

**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург"

План одобрен Ученым советом вуза  
Протокол № 15 от 24.06.2022

План переутвержден Ученым советом вуза  
Протокол № 13 от 26.06.2025

# УЧЕБНЫЙ ПЛАН

по программе бакалавриата

УТВЕРЖДАЮ

И.о. ректора

Гришиков В.Ф.

"27"

2025



49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)  
направленность (профиль) образовательной программы: Адаптивное физическое воспитание

Профиль: Адаптивное физическое воспитание

Квалификация: бакалавр

Год начала подготовки (по учебному плану) 2022

Форма обучения: Заочная

Образовательный стандарт (ФГОС) № 942 от 19.09.2017

Срок получения образования: 4 г. 6 м.

Типы задач профессиональной деятельности

педагогический

развивающий

профилактический

**СОГЛАСОВАНО**

Проректор по УВР

Начальник управления развития образования  
и карьеры

 / Шенникова М.Ю./  
 / Брейдер Н.А./

Считать в плане	Индекс	Наименование	Формы пром. атт.					з.е.		Итого акад. часов							Курс 1		Курс 2		Курс 3		Курс 4		Курс 5		Закрепленная кафедра					
			Экзамен	Зачет	Зачет с оц.	КР	Контр.	Экспер тное	Факт	Экспер тное	По плану	Конт. раб.	Ауд.	СР	Конт роль	Пр. подгот	Семест р 1	Семест р 2	Семест р 3	Семест р 4	Семест р 5	Семест р 6	Семест р 7	Семест р 8	Семест р 9	Семест р А	Код	Наименование				
																	з.е.			з.е.	з.е.											
<b>Блок 1. Дисциплины (модули)</b>																23	24	25	28	14	29	19	27	21								
<b>Обязательная часть</b>																168	168	6376	6376	618	618	5387	371									
+	Б1.О.01	История (история России, всеобщая история)	1				1	4	4	144	144	12	12	123	9	4											33	социально-гуманитарных дисциплин им. В.У. Агеева				
+	Б1.О.02	Безопасность жизнедеятельности		7			7	3	3	108	108	6	6	98	4						3						34	социальных технологий и массовых коммуникаций в спорте				
+	Б1.О.03	Биохимия человека	1				1	3	3	108	108	8	8	91	9	3											25	биохимии				
+	Б1.О.04	Физическая культура и спорт		1			1	2	2	72	72	6	6	62	4	2											23	теории и методики физической культуры				
+	Б1.О.05	Информационные технологии в адаптивной физической культуре		1			1	3	3	108	108	8	8	96	4	3											22	биомеханики				
+	Б1.О.06	Социальная защита инвалидов	1				1	4	4	144	144	14	14	126	4	4											36	теории и методики адаптивной физической культуры				
+	Б1.О.07	Теория и методика обучения гимнастике		1	2		2	4	4	144	144	16	16	120	8	2	2										3	теории и методики гимнастики				
+	Б1.О.08	Теория и методика обучения легкой атлетике		1	2		2	4	4	144	144	16	16	120	8	2	2										5	теории и методики легкой атлетики				
+	Б1.О.09	Анатомия человека	2	1			12	6	6	216	216	20	20	183	13	3	3										24	анатомии				
+	Б1.О.10	Иностранный язык	2				2	4	4	144	144	14	14	121	9		4										14	иностранных языков				
+	Б1.О.11	История адаптивной физической культуры	2				2	3	3	108	108	10	10	89	9		3										36	теории и методики адаптивной физической культуры				
+	Б1.О.12	Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре	2				2	3	3	108	108	10	10	89	9		3										39	теории и методики адаптивного спорта				
+	Б1.О.13	Теория и методика обучения лыжной подготовке		3			3	3	3	108	108	10	10	94	4			3									10	теории и методики лыжных видов спорта				
+	Б1.О.14	Русский язык и культура речи		2			2	3	3	108	108	6	6	98	4			3									34	социальных технологий и массовых коммуникаций в спорте				
+	Б1.О.15	Психология		2			2	2	2	72	72	8	8	60	4		2										20	психологии имени А.Ц. Пуни				
+	Б1.О.16	Педагогика		2			2	2	2	72	72	8	8	60	4		2										21	педагогике				
+	Б1.О.17	Теория и методика физической культуры		3			3	4	4	144	144	12	12	128	4			4									23	теории и методики физической культуры				
+	Б1.О.18	Менеджмент физической культуры и спорта		9			9	3	3	108	108	10	10	94	4								3				31	менеджмента и экономики спорта				
+	Б1.О.19	Биомеханика двигательной деятельности	4				4	3	3	108	108	10	10	89	9				3								22	биомеханики				
+	Б1.О.20	Теория и организация адаптивной физической культуры	3			3	3	6	6	216	216	18	18	189	9			6									36	теории и методики адаптивной физической культуры				
+	Б1.О.21	Врачебный контроль в адаптивной физической культуре	4				4	3	3	108	108	8	8	91	9				3								39	теории и методики адаптивного спорта				
+	Б1.О.22	Философия		3			3	3	3	108	108	8	8	96	4				3								33	социально-гуманитарных дисциплин им. В.У. Агеева				
+	Б1.О.23	Общая патология и тератология		4			4	2	2	72	72	10	10	58	4				2								27	профилактической медицины и основ здоровья				
+	Б1.О.24	Теория и методика обучения плаванию		3	4		4	4	4	144	144	16	16	120	8				2	2							6	теории и методики плавания				
+	Б1.О.25	Теория и методика обучения спортивным и подвижным играм		3	4		34	6	6	216	216	16	16	192	8				3	3							7	теории и методики спортивных игр				
+	Б1.О.26	Физиология человека	4	3		4	3	6	6	216	216	16	16	187	13			3	3								26	физиологии				
+	Б1.О.27	Адаптивный спорт	9				9	3	3	108	108	10	10	89	9									3			39	теории и методики адаптивного спорта				
+	Б1.О.28	Спортивная медицина	8				8	3	3	108	108	10	10	89	9								3				42	спортивной медицины и комплексной реабилитации				
+	Б1.О.29	Профилактика негативных социальных явлений		7			7	3	3	108	108	10	10	94	4						3						36	теории и методики адаптивной физической культуры				
+	Б1.О.30	Частная патология		5			5	3	3	108	108	8	8	96	4					3							27	профилактической медицины и основ здоровья				
+	Б1.О.31	Частные методики адаптивной физической культуры	7	5	6	7	6	9	9	324	324	38	38	269	17				2	3	4						36	теории и методики адаптивной физической культуры				
+	Б1.О.32	Психология развития	6				6	3	3	108	108	10	10	89	9					3							36	теории и методики адаптивной физической культуры				
+	Б1.О.33	Специальная педагогика	6				6	3	3	108	108	10	10	89	9					3							36	теории и методики адаптивной физической культуры				
+	Б1.О.34	Научно-методическая деятельность		6			6	3	3	108	108	8	8	96	4					3							21	педагогике				
+	Б1.О.35	Технологии физкультурно-спортивной деятельности	7	6			67	9	9	324	324	42	42	269	13					5	4						39	теории и методики адаптивного спорта				
+	Б1.О.36	Адаптивное физическое воспитание в дошкольных и общеобразовательных организациях	6		5		6	6	6	216	216	20	20	183	13				3	3							36	теории и методики адаптивной физической культуры				
+	Б1.О.37	Профилактика применения допинга		8			8	2	2	72	72	6	6	62	4								2				25	биохимии				
+	Б1.О.38	Специальная психология	8				8	3	3	108	108	10	10	89	9								3				36	теории и методики адаптивной физической культуры				
+	Б1.О.39	Математическая статистика в физической культуре и спорте		7			7	2	2	72	72	6	6	62	4					2							22	биомеханики				
+	Б1.О.40	Физическая реабилитация	8				8	4	4	144	144	14	14	121	9							4					38	физической реабилитации				
+	Б1.О.41	Психология болезни и инвалидности		9			9	3	3	108	108	12	12	92	4												38	физической реабилитации				
+	Б1.О.42	Материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры	9				9	3	3	108	108	12	12	87	9									3			36	теории и методики адаптивной физической культуры				
+	Б1.О.43	Нейробиология двигательной деятельности	8				8	3	3	108	108	10	10	89	9								3				38	физической реабилитации				
+	Б1.О.44	Массаж	9				9	3	3	108	108	12	12	87	9									3			39	теории и методики адаптивного спорта				
+	Б1.О.45	Материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры	9				9	3	3	108	108	12	12	87	9												36	теории и методики адаптивной физической культуры				

+	Б1.О.46	Возрастная психопатология и психоконсультирование	9			9	3	3	108	108	12	12	87	9						3	36	теории и методики адаптивной физической культуры						
+	Б1.О.47	Основы российской государственности		3		3	1	1	36	36	12	12	20	4		1						33	социально-гуманитарных дисциплин им. В.У. Агеева					
+	Б1.О.ДВ.01	Элективные дисциплины по физической культуре и спорту		23445 67		23445 67			328	328	40	40	260	28														
-	Б1.О.ДВ.01.01	Элективные дисциплины по физической культуре и спорту		23445 67		23445 67			328	328	40	40	260	28														
-	Б1.О.ДВ.01.01.01	Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: Народные и национальные виды спорта	2			2			60	60	6	6	50	4								19	теории и методики неолимпийских видов спорта					
-	Б1.О.ДВ.01.01.02	Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: Туризм	3			3			42	42	6	6	32	4								19	теории и методики неолимпийских видов спорта					
-	Б1.О.ДВ.01.01.03	Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: Атлетизм	4			4			42	42	6	6	32	4								15	теории и методики атлетизма					
-	Б1.О.ДВ.01.01.04	Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: Голбол	4			4			22	22	4	4	14	4								39	теории и методики адаптивного спорта					
-	Б1.О.ДВ.01.01.05	Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: Музыкально-ритмическое воспитание	5			5			64	64	6	6	54	4								3	теории и методики гимнастики					
-	Б1.О.ДВ.01.01.06	Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: Бочче	6			6			48	48	6	6	38	4								39	теории и методики адаптивного спорта					
-	Б1.О.ДВ.01.01.07	Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: Волейбол сидя	7			7			50	50	6	6	40	4								39	теории и методики адаптивного спорта					
+	Б1.О.ДВ.01.02	Спортивные игры в адаптивной физической культуре		234456 7		234456 7			328	328	40	40	260	28								39	теории и методики адаптивного спорта					
<b>Часть, формируемая участниками образовательных отношений</b>											42	42	1512	1512	136	136	1314	62				12	6	9	3	12		
+	Б1.В.01	Адаптивное физическое воспитание лиц с сенсорными нарушениями	5			5	6	6	216	216	20	20	187	9								36	теории и методики адаптивной физической культуры					
+	Б1.В.02	Адаптивное физическое воспитание лиц с поражением опорно-двигательного аппарата	7	6		67	6	6	216	216	22	22	181	13							3	3	36	теории и методики адаптивной физической культуры				
+	Б1.В.03	Адаптивное физическое воспитание лиц с нарушением интеллектуального развития	8			8	6	6	216	216	20	20	187	9								6	36	теории и методики адаптивной физической культуры				
+	Б1.В.ДВ.01	<b>Элективные дисциплины (модули)</b>		4		4	6	6	216	216	18	18	194	4								6						
+	Б1.В.ДВ.01.01	Адаптивная двигательная рекреация	4			4	6	6	216	216	18	18	194	4								6	36	теории и методики адаптивной физической культуры				
-	Б1.В.ДВ.01.02	Взаимодействие с родителями детей-инвалидов	4			4	6	6	216	216	18	18	194	4								6	39	теории и методики адаптивного спорта				
-	Б1.В.ДВ.01.03	Этика в профессиональной деятельности	4			4	6	6	216	216	18	18	194	4								6	36	теории и методики адаптивной физической культуры				
+	Б1.В.ДВ.02	<b>Элективные дисциплины (модули)</b>		4		4	6	6	216	216	18	18	189	9								6						
+	Б1.В.ДВ.02.01	Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности	4			4	6	6	216	216	18	18	189	9								6	39	теории и методики адаптивного спорта				
-	Б1.В.ДВ.02.02	Коррекционные и подвижные игры	4			4	6	6	216	216	18	18	189	9								6	39	теории и методики адаптивного спорта				
+	Б1.В.ДВ.03	<b>Элективные дисциплины (модули)</b>		8		8	6	6	216	216	20	20	187	9								6						
+	Б1.В.ДВ.03.01	Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья	8			8	6	6	216	216	20	20	187	9								6	36	теории и методики адаптивной физической культуры				
-	Б1.В.ДВ.03.02	ИПРА как компонент адаптивного физического воспитания инвалидов и детей-инвалидов	8			8	6	6	216	216	20	20	187	9								6	36	теории и методики адаптивной физической культуры				
+	Б1.В.ДВ.04	<b>Элективные дисциплины (модули)</b>		6		6	6	6	216	216	18	18	189	9								6						
+	Б1.В.ДВ.04.01	Инклюзивные занятия по физической культуре в дошкольных образовательных организациях	6			6	6	6	216	216	18	18	189	9								6	39	теории и методики адаптивного спорта				
-	Б1.В.ДВ.04.02	Инклюзивные занятия по физической культуре в общеобразовательных организациях	6			6	6	6	216	216	18	18	189	9								6	39	теории и методики адаптивного спорта				
<b>Блок 2.Практика</b>											21	21	756	756	12	12	732	12				9	9		3			
<b>Обязательная часть</b>											9	9	324	324	4	4	316	4				9						
+	Б2.О.01(У)	Учебная практика (Педагогическая практика)			5				9	9	324	324	4	4	316	4						9	39	теории и методики адаптивного спорта				
<b>Часть, формируемая участниками образовательных отношений</b>											12	12	432	432	8	8	416	8						9	3			
+	Б2.В.01(П)	Производственная практика (Профессионально-ориентированная практика)			7				9	9	324	324	4	4	316	4						9	36	теории и методики адаптивной физической культуры				
+	Б2.В.02(Пд)	Производственная практика (Преддипломная практика)			9				3	3	108	108	4	4	100	4							3	36	теории и методики адаптивной физической культуры			
<b>Блок 3.Государственная итоговая аттестация</b>											9	9	324	324	22	22	302							9				
+	Б3.01(Г)	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена							3	3	108	108	6	6	102								3	36	теории и методики адаптивной физической культуры			
+	Б3.02(Д)	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы							6	6	216	216	16	16	200								6	36	теории и методики адаптивной физической культуры			
<b>ФТД.Факультативы</b>											8	8	288	288	24	24	248	16		1	3		2			2		
+	ФТД.01	Цифровые образовательные ресурсы	1						1	1	36	36	4	4	28	4						1	34	социальных технологий и массовых коммуникаций в спорте				
+	ФТД.02	Основы медицинских знаний	2						3	3	108	108	8	8	96	4						3	27	профилактической медицины и основ здоровья				
+	ФТД.03	Адаптивная физическая культура основанная на взаимодействии человека с животными	4						4	2	72	72	6	6	62	4						2	36	теории и методики адаптивной физической культуры				
+	ФТД.04	Эрготерапия в адаптивной физической культуре	8						8	2	72	72	6	6	62	4							2	39	теории и методики адаптивного спорта			





№	Индекс	Наименование	Семестр 5											Семестр 6											Итого за курс											Каф.	Наименование кафедры	Семестр
			Контроль	Академических часов								з.е.	Неделя	Контроль	Академических часов								з.е.	Неделя	Контроль	Академических часов								з.е.	Неделя			
				Всего	Кон такт.	Лек	Лаб	Пр	Сем	СР	Конт роль				Всего	Кон такт.	Лек	Лаб	Пр	Сем	СР	Конт роль				Всего	Кон такт.	Лек	Лаб	Пр	Сем	СР	Конт роль					
ИТОГО (с факультативами)				892								23	19 4/6		1092									29	22 1/6		1984										52	41 5/6
ИТОГО по ОП (без факультативов)				892							23			1092										29			1984									52		
УЧЕБНАЯ НАГРУЗКА, (акад. час/нед)	ОП, факультативы (в период ТО)			45,4											49,3												47,4											
	ОП, факультативы (в период экз. сес.)			7,3											14												10,7											
	Ауд. нагр. (ОП)			3,4											6												4,7											
	Конт. раб. (ОП)			3,4											6												4,7											
	Ауд. нагр. (элект. курсы по физ.к.)			0,4											0,4												0,4											
ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛИ) И РАССРЕД. ПРАКТИКИ				892	58	20		38		805	29	23	ТО: 15 2/3 3,4		1092	114	44		70		922	56	29	ТО: 18 1/6 3,4		1984	172	64		108		1727	85	52	ТО: 33 5/6 3,8			
1	Б1.О.30	Частная патология	Зак	108	8	4		4		96	4	3		Зак	108	14	6		8		90	4	3		Зак	108	8	4		4		96	4	3	27	профилактической медицины и основ здоровья	5	
2	Б1.О.31	Частные методики адаптивной физической культуры	Зак	72	10	4		6		58	4	2		Зак	108	14	6		8		90	4	3		Зак	180	24	10		14		148	8	5	36	теории и методики адаптивной физической культуры	567	
3	Б1.О.32	Психология развития												Зак	108	10	4		6		89	9	3		Зак	108	10	4		6		89	9	3	36	теории и методики адаптивной физической культуры	6	
4	Б1.О.33	Специальная педагогика												Зак	108	10	4		6		89	9	3		Зак	108	10	4		6		89	9	3	36	теории и методики адаптивной физической культуры	6	
5	Б1.О.34	Научно-методическая деятельность												Зак	108	8	2		6		96	4	3		Зак	108	8	2		6		96	4	3	21	педагогика	6	
6	Б1.О.35	Технологии физкультурно-спортивной деятельности												Зак	180	28	12		16		148	4	5		Зак	180	28	12		16		148	4	5	39	теории и методики адаптивного спорта	67	
7	Б1.О.36	Адаптивное физическое воспитание в дошкольных и общеобразовательных организациях	Зак	108	10	4		6		94	4	3		Зак	108	10	4		6		89	9	3		Зак	216	20	8		12		183	13	6	36	теории и методики адаптивной физической культуры	56	
8	Б1.О.ДВ.01.01	Элективная дисциплина по физической культуре и спорту	Зак	64	6			6		54	4			Зак	48	6			6		38	4			Зак	112	12			12		92	8			234567		
9	Б1.О.ДВ.01.01.05	Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: Музыкально-ритмическое воспитание	Зак	64	6			6		54	4														Зак	64	6			6		54	4			3	теории и методики гимнастики	5
10	Б1.О.ДВ.01.01.06	Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: Бочче												Зак	48	6			6		38	4			Зак	48	6			6		38	4			39	теории и методики адаптивного спорта	6
11	Б1.О.ДВ.01.02	Спортивные игры в адаптивной физической культуре	Зак	64	6			6		54	4			Зак	48	6			6		38	4			Зак	112	12			12		92	8			39	теории и методики адаптивного спорта	234567
12	Б1.В.01	Адаптивное физическое воспитание лиц с сенсорными нарушениями	Зак	216	20	8		12		187	9	6													Зак	216	20	8		12		187	9	6	36	теории и методики адаптивной физической культуры	5	
13	Б1.В.02	Адаптивное физическое воспитание лиц с поражением опорно-двигательного аппарата												Зак	108	10	4		6		94	4	3		Зак	108	10	4		6		94	4	3	36	теории и методики адаптивной физической культуры	67	
14	Б1.В.ДВ.04.01	Инклюзивные занятия по физической культуре в дошкольных образовательных организациях												Зак	216	18	8		10		189	9	6		Зак	216	18	8		10		189	9	6	39	теории и методики адаптивного спорта	6	
15	Б1.В.ДВ.04.02	Инклюзивные занятия по физической культуре в общеобразовательных организациях												Зак	216	18	8		10		189	9	6		Зак	216	18	8		10		189	9	6	39	теории и методики адаптивного спорта	6	
16	Б2.О.01(У)	Учебная практика (Педагогическая практика)	Зак	324	4			4		316	4	9		Зак	324	4			4		316	4	9		Зак	324	4			4		316	4	9	39	теории и методики адаптивного спорта	5	
ФОРМЫ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ				Эк 3(3) ЗкО(2) К(3)										Эк(4) Зк(4) ЗкО К(9)										Эк(5) Зк(7) ЗкО(3) К(12)														
ПРАКТИКИ			(План)																																			
ГОСУДАРСТВЕННАЯ ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ			(План)																																			
КАНИКУЛЫ																																						



