

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 № 13 от 26.06.2025

# УЧЕБНЫЙ ПЛАН

по программе бакалавриата

49.03.02

49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура),  
направленность (профиль) образовательной программы: Образовательные и рекреационные направления адаптивной физической культуры

УТВЕРЖДАЮ



Квалификация: Бакалавр
Форма обучения: Заочная
Срок получения образования: 4 г. 8 м.

Типы задач профессиональной деятельности
развивающий;
педагогический;
профилактический;

Год начала подготовки (по учебному плану) 2025  
Образовательный стандарт (ФГОС) № 942 от 19.09.2017

## СОГЛАСОВАНО

Проректор по УВР / Щенникова М.Ю./  
Начальник управления развития образования и карьеры / Брейдер Н.А./  
Руководитель ОП / Шелехов А.А./







№	Индекс	Наименование	Семестр 3										Семестр 4										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	з.е.	Всего	Кон. такт.	Лек.	Лаб.						Пр.	Сем.	СР	Конт роль	Всего	Неделя
ИТОГО (с факультативами)				936								26	20 2/6		828										23	20 1/6		1764									49	40 3/6			
ИТОГО по ОП (без факультативов)				936								26	20 2/6		828										23	20 1/6		1764									49	40 3/6			
УЧЕБНАЯ НАГРУЗКА, (акад. час/нед.)	ОП, факультативы (в период ТО)		46,1												41,1													43,6													
	ОП, факультативы (в период экз. сес.)		19,7												18													18,9													
	Ауд. нагр. (ОП)		4,8												4,4													4,6													
	Конт. раб. (ОП)		4,8												4,4													4,6													
	Ауд. нагр. (элект. курсы по физк.)																																								
ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛИ)				936	82	28		56			795	59	26	ТО: 17 1/3 2, 3		828	76	32		44			701	51	23	ТО: 17 1/3 2, 2, 5, 6		1764	158	58		100		1496	110	49	ТО: 34 2/3 2, 3, 5, 6				
1	Б1.0.02	Экономика	Эк К	72	6	2		4			62	4	2													Эк К	72	6	2		4			62	4	2		31	менеджмента и экономики спорта	3	
2	Б1.0.03	Биология человека	Эк К	108	10	4		6			89	9	3													Эк К	108	10	4		6			89	9	3		25	Биология	3	
3	Б1.0.06	История адаптивной физической культуры	Эк К	108	10	4		6			89	9	3													Эк К	108	10	4		6			89	9	3		36	теории и методики адаптивной физической культуры	3	
4	Б1.0.07	Комплексная реабилитация и абилитация инвалидов и детей-инвалидов	Эк К	72	6	2		4			62	4	2													Эк К	72	6	2		4			62	4	2		36	теории и методики адаптивной физической культуры	3	
5	Б1.0.09	Современные информационные технологии	Эк	72	6	2		4			62	4	2					4				57	9	2		Эк ЭК К	144	12	4		8			119	13	4		34	социальных технологий и массовых коммуникаций в спорте	34	
6	Б1.0.14	Физическая культура и спорт	Эк К	72	6	2		4			62	4	2													Эк К	72	6	2		4			62	4	2		23	теории и методики физической культуры	3	
7	Б1.0.17	Теория и методика обучения базовым видам спорта: лыжная подготовка	Эк К	108	8			8			96	4	3													Эк К	108	8			8			96	4	3		10	теории и методики лыжных видов спорта	3	
8	Б1.0.19	Теория и организация адаптивной физической культуры	Эк КР К											Эк КР К	216	20	10		10				187	9	6		Эк КР К	216	20	10		10			187	9	6		36	теории и методики адаптивной физической культуры	4
9	Б1.0.21	Философия	Эк К	108	8	4		4			96	4	3													Эк К	108	8	4		4			96	4	3		33	социально-гуманитарных дисциплин им. В.У. Агеева	3	
10	Б1.0.22	Общая патология и тератология	Эк К	72	6	2		4			62	4	2													Эк К	72	6	2		4			62	4	2		27	профилактической медицины и основ здоровья	4	
11	Б1.0.25	Создание и реализация проектов	Эк К	72	6	2		4			62	4	2													Эк К	72	6	2		4			62	4	2		31	менеджмента и экономики спорта	4	
12	Б1.0.26	Математическая статистика в физической культуре и спорте	Эк К	72	6	2		4			62	4	2													Эк К	72	6	2		4			62	4	2		22	биомеханики	4	
13	Б1.0.27	Теория и методика обучения базовым видам спорта: плавание	Эк	36	6			6			26	4	1													Эк К	36	6			6			26	4	1		6	теории и методики плавания	34	
14	Б1.0.29	Физиология человека	Эк К	108	10	6		4			89	9	3													Эк К	108	10	6		4			94	4	3		26	физиологии	45	
15	Б1.0.30	Биомеханика двигательных действий человека	Эк К	108	10	4		6			89	9	3													Эк К	108	10	4		6			89	9	3		22	биомеханики	3	
16	Б1.0.31	Теория и методика физической культуры	Эк К	108	10	6		4			89	9	3													Эк К	108	10	6		4			89	9	3		23	теории и методики физической культуры	4	
17	Б1.0.32	Основы российской государственности	Эк К	72	6	2		4			62	4	2													Эк К	72	6	2		4			62	4	2		33	социально-гуманитарных дисциплин им. В.У. Агеева	3	
18	Б1.0.35	Научно-методическая деятельность	Эк К	72	6	2		4			62	4	2													Эк К	72	6	2		4			62	4	2		21	педагогика	4	
ФОРМЫ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ			Эк(3) Эк(7) Эк(9)										Эк(3) Эк(5) Эк(9) КР(9)										Эк(6) Эк(12) Эк(7) КР(18)																		
ПРАКТИКИ			(План)																																						
ГОСУДАРСТВЕННАЯ ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ			(План)																																						
КАНИКУЛЫ																																									
													9 2/6										9 2/6																		

№	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)				1404								39	20	5/6		972								27	19	3/6		2376							66	40	2/6		
ИТОГО по ОП (без факультативов)				1404								39				972								27				2376						66					
УЧЕБНАЯ НАГРУЗКА, (акад. час/нед)	ОП, факультативы (в период ТО)		67,4												49,9												58,7												
	ОП, факультативы (в период экз. сес.)		17,5												14,6												16,1												
	Ауд. нагр. (ОП)		5,8												5,2												5,5												
	Конт. раб. (ОП)		5,8												5,2												5,5												
	Ауд. нагр. (элект. курсы по физ.к.)																																						
ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛИ) И РАССРЕД. ПРАКТИКИ				1404	98	38		60			1242	64	39	ТО: 17 1/6 2, 3, 7/8		972	82	30		52			839	51	27	ТО: 16 3, 3, 1/2		2376	180	68		112	2081	115	66	ТО: 31 1/6 3, 7, 1/6			
1	Б1.О.20	Врачебный контроль в адаптивной физической культуре	Эк К	72	6	2		4			57	9	2														Эк К	72	6	2		4		57	9	2	30	теория и методики адаптивного спорта	5
2	Б1.О.23	Профилактика негативных социальных явлений	Эк К	72	6	2		4			62	4	2														Эк К	72	6	2		4		62	4	2	36	теория и методики адаптивной физической культуры	5
3	Б1.О.24	Цифровая трансформация физической культуры и спорта	Эк К												Эк К	108	6	2		4			93	9	3		Эк К	108	6	2		4		93	9	3	22	биоинженерия	6
4	Б1.О.28	Теория и методики обучения базовым видам спорта: спортивные и подвижные игры	Эк	108	8			8			96	4	3		Эк К	108	8			8			96	4	3		Эк К	216	16			16		192	8	6	7	теория и методики спортивных игр	56
5	Б1.О.29	Физиология человека	Эк КР	108	10	4		6			89	9	3														Эк КР	108	10	4		6		89	9	3	20	физиология	45
6	Б1.О.33	Частная патология	Эк К	72	6	2		4			62	4	2														Эк К	72	6	2		4		62	4	2	27	профилактической медицины и основ здоровья	5
7	Б1.О.36	Частные методики адаптивной физической культуры	Эк К	72	6	2		4			62	4	2		Эк К	108	10	4		6			94	4	3		Эк К	180	16	6		10		156	8	5	36	теория и методики адаптивной физической культуры	567
8	Б1.О.37	Технологии физкультурно-спортивной деятельности	Эк К	72	6	2		4			62	4	2		Эк К	72	6	2		4			62	4	2		Эк К	72	6	2		4		62	4	2	39	теория и методики адаптивного спорта	678
9	Б1.О.39	Психология развития	Эк К	72	6	2		4			62	4	2														Эк К	72	6	2		4		62	4	2	36	теория и методики адаптивной физической культуры	5
10	Б1.О.41	Организация антидопинговой работы с различными группами населения	Эк К	72	6	2		4			62	4	2		Эк К	72	6	2		4			62	4	2		Эк К	72	6	2		4		62	4	2	25	биохимия	6
11	Б1.О.42	Специальная педагогика	Эк К	72	6	2		4			62	4	2		Эк К	72	6	2		4			62	4	2		Эк К	72	6	2		4		62	4	2	36	теория и методики адаптивной физической культуры	6
12	Б1.В.01	Адаптивное физическое воспитание в дошкольных и общеобразовательных организациях	Эк К	216	20	10		10			187	9	6														Эк К	216	20	10		10		187	9	6	36	теория и методики адаптивной физической культуры	5
13	Б1.В.02	Адаптивное физическое воспитание лиц с сенсорными нарушениями	Эк К	72	6	2		4			62	4	2		Эк К	108	10	4		6			89	9	3		Эк К	180	16	6		10		151	13	5	36	теория и методики адаптивной физической культуры	56
14	Б1.В.03	Адаптивное физическое воспитание лиц с поражением опорно-двигательного аппарата	Эк К	108	10	4		6			94	4	3		Эк К	108	10	4		6			94	4	3		Эк К	108	10	4		6		94	4	3	36	теория и методики адаптивной физической культуры	67
15	Б1.В.ДЭ.01.01	Адаптивная двигательная рекреация	Эк К	216	20	10		10			187	9	6														Эк К	216	20	10		10		187	9	6	36	теория и методики адаптивной физической культуры	5
16	Б1.В.ДЭ.01.02	Взаимодействие с родителями детей-инвалидов	Эк К	216	20	10		10			187	9	6														Эк К	216	20	10		10		187	9	6	39	теория и методики адаптивного спорта	5
17	Б1.В.ДЭ.01.03	Этика в профессиональной деятельности	Эк К	216	20	10		10			187	9	6														Эк К	216	20	10		10		187	9	6	36	теория и методики адаптивной физической культуры	5
18	Б1.В.ДЭ.02.01	Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности	Эк К	216	20	10		10			187	9	6		Эк К	216	20	10		10			187	9	6		Эк К	216	20	10		10		187	9	6	39	теория и методики адаптивного спорта	6
19	Б1.В.ДЭ.02.02	Коррекционные и подвижные игры	Эк К	216	20	10		10			187	9	6		Эк К	216	20	10		10			187	9	6		Эк К	216	20	10		10		187	9	6	30	теория и методики адаптивного спорта	6
20	Б2.0.01(У)	Учебная практика (Педагогическая практика)	Эк О	324	4	2		2			316	4	9		Эк О	324	4	2		2			316	4	9		Эк О	324	4	2		2		316	4	9	30	теория и методики адаптивного спорта	5
ФОРМЫ ПРОМЕЖОТЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ				Эк(4) Эк(5) Эк(2) КР К(8)											Эк(3) Эк(4) Эк(2) К(9)											Эк(7) Эк(9) Эк(4) КР К(17)													
ПРАКТИКИ			(План)																																				
ГОСУДАРСТВЕННАЯ ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ			(План)																																				
КАНИКУЛЫ																																							
													9/4/6										9/4/6																

№	Индекс	Наименование	Семестр 7										Семестр 8										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	з.е.	Неделя	Всего	Кон такт.	Лек						Лаб	Пр	Сем	СР	Конт роль
ИТОГО (с факультативами)				972								27	20 3/5		1044								29	20 1/6		2016								56	40 4/5					
ИТОГО по ОП (без факультативов)				900								25			972								27				1872							52						
УЧЕБНАЯ НАГРУЗКА, (акад.час/нед)		ОП, факультативы (в период ТО)		44										48,2												46,1														
		ОП, факультативы (в период экз. сес.)		16,6										12,6												14,6														
		Ауд. нагр. (ОП)		4,9										3,8												4,4														
		Конт. раб. (ОП)		4,9										3,8												4,4														
		Ауд. нагр. (элект. курсы по физ.к.)																																						
ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛИ) И РАССРЕД. ПРАКТИКИ				900	82	36		46			760	58	25	ТО: 17 Э: 3 1/2		972	62	28		34			866	44	27	ТО: 16 2/3 Э: 3 1/2		1872	144	64		80		1626	102	52	ТО: 33 2/3 Э: 7			
1	Б1.0.34	Адаптивный спорт	Эк К	108	10	4		6			89	9	3													Эк К	108	10	4		6			89	9	3	38	теории и методики адаптивного спорта	7	
2	Б1.0.36	Частные методики адаптивной физической культуры	Эк КР	144	12	6		6			123	9	4													Эк КР	144	12	6		6			123	9	4	36	теории и методики адаптивной физической культуры	567	
3	Б1.0.37	Технологии физкультурно-спортивной деятельности	Эк К	108	10	4		6			94	4	3		Эк К	144	12	6		6			123	9	4	Эк ЭК К(2)	252	22	10		12			217	13	7	39	теории и методики адаптивного спорта	678	
4	Б1.0.38	Спортивная медицина												Эк К	108	10	4		6				89	9	3		Эк К	108	10	4		6			89	9	3	42	спортивной медицины и комплексной реабилитации	8
5	Б1.0.40	Менеджмент	Эк К	108	10	4		6			89	9	3													Эк К	108	10	4		6			89	9	3	31	менеджмента и экономики спорта	7	
6	Б1.0.43	Специальная психология												Эк К	72	6	2		4				62	4	2		Эк К	72	6	2		4			62	4	2	36	теории и методики адаптивной физической культуры	8
7	Б1.0.44	Массаж	Эк К	108	10	4		6			89	9	3													Эк К	108	10	4		6			89	9	3	39	теории и методики адаптивного спорта	7	
8	Б1.0.48	Физическая реабилитация												Эк К	108	10	4		6				89	9	3		Эк К	108	10	4		6			89	9	3	38	физической реабилитации	8
9	Б1.В.03	Адаптивное физическое воспитание лиц с поражением опорно-двигательного аппарата	Эк К	108	10	4		6			89	9	3													Эк К	108	10	4		6			89	9	3	36	теории и методики адаптивной физической культуры	87	
10	Б1.В.04	Адаптивное физическое воспитание лиц с нарушением интеллектуального развития												Эк К	216	20	10		10				187	9	6		Эк К	216	20	10		10			187	9	6	36	теории и методики адаптивной физической культуры	8
11	Б1.В.ДЭ.03.01	Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья	Эк К	216	20	10		10			187	9	6													Эк К	216	20	10		10			187	9	6	36	теории и методики адаптивной физической культуры	7	
12	Б1.В.ДЭ.03.02	ИПРА как компонент адаптивного физического воспитания инвалидов и детей-инвалидов	Эк К	216	20	10		10			187	9	6													Эк К	216	20	10		10			187	9	6	36	теории и методики адаптивной физической культуры	7	
13	Б2.В.01(П)	Производственная практика (Профессионально-ориентированная практика)												ЭкО	324	4	2		2				316	4	9		ЭкО	324	4	2		2			316	4	9	36	теории и методики адаптивной физической культуры	8
14	ФТД.02	Адаптивная физическая культура основанная на взаимодействии человека с животными	Эк	72	6	2		4			62	4	2													Эк	72	6	2		4			62	4	2	36	теории и методики адаптивной физической культуры	7	
15	ФТД.03	Эрготерапия в адаптивной физической культуре												Эк	72	6	2		4				62	4	2		Эк	72	6	2		4			62	4	2	39	теории и методики адаптивного спорта	8
ФОРМЫ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ				Эк(6) Эк(2) КР К(6)											Эк(4) Эк(2) ЭкО К(5)											Эк(10) Эк(4) ЭкО КР К(11)														
ПРАКТИКИ			(План)																																					
ГОСУДАРСТВЕННАЯ ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ			(План)																																					
КАНИКУЛЫ																																								

