

УТВЕРЖДАЮ

Ректор

_____ Н.В. Дубив

План одобрен Ученым советом вуза
Протокол № от

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

20 2.

по программе бакалавриата

49.03.01

Направление подготовки 49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль): Спортивная тренировка

Кафедра: Физическая культура и спорт

Институт: Педагогики, психологии и физической культуры

Квалификация: Бакалавр

Год начала подготовки (по учебному плану) 2024

Форма обучения: Заочная

Образовательный стандарт (ФГОС) № 940 от 19.09.2017

Срок получения образования: 4 г. 10 м.

Код		Области профессиональной деятельности и (или) сферы профессиональной деятельности. Профессиональные стандарты
01		ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА
01.001		ПЕДАГОГ (ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В СФЕРЕ ДОШКОЛЬНОГО, НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО, ОСНОВНОГО ОБЩЕГО, СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ) (ВОСПИТАТЕЛЬ, УЧИТЕЛЬ)
05		ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ
05.005		СПЕЦИАЛИСТ ПО ИНСТРУКТОРСКОЙ И МЕТОДИЧЕСКОЙ РАБОТЕ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Типы задач профессиональной деятельности

тренерский

организационно-управленческий

педагогический

СОГЛАСОВАНО

Первый проректор

_____ / Т.Р. Змызгова/

Начальник УОД

_____ / И.В. Григоренко/

Директор

_____ / Н.Ф. Усынина/

Зав. кафедрой

_____ / Д.А. Корюкин/

Календарный учебный график

График сессий

	Курс 1			Курс 2		
	Установочная сессия	Зимняя сессия	Летняя сессия	Установочная сессия	Зимняя сессия	Летняя сессия
Продолжительность	5	20	14		20	19
Дата начала/Номер недели						
Дата окончания/Номер недели						
	Курс 3			Курс 4		
	Установочная сессия	Зимняя сессия	Летняя сессия	Установочная сессия	Зимняя сессия	Летняя сессия
Продолжительность		20	29		20	29
Дата начала/Номер недели						
Дата окончания/Номер недели						
	Курс 5					
	Установочная сессия	Зимняя сессия	Летняя сессия			
Продолжительность		20	29			
Дата начала/Номер недели						
Дата окончания/Номер недели						

Сводные данные

		Курс 1	Курс 2	Курс 3	Курс 4	Курс 5	Итого
	Теоретическое обучение	26	34	32	28	15	135
Э	Экзаменационные сессии	6	6	8	8	3	31
У	Учебная практика				4		4
П	Производственная практика					16	16
Д	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы					4	4
Г	Подготовка к сдаче и сдача гос. экзамена					2	2
К	Каникулы	10	10	10	10	10	50
*	Нерабочие праздничные дни (не включая воскресенья)	2 (12 дн)	10 (60 дн)				
Продолжительность обучения							
Итого		44	52	52	52	52	252

Индекс	Содержание	Тип
УК-1	Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	УК
Б1.01	Философия	
Б1.0.12	Математические методы обработки информации	
Б1.0.29	Общественный проект "Обучение служением"	
Б3.01	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	
Б3.02	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	
УК-2	Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	УК
Б1.0.05	Экономика	
Б1.0.06	Правоведение	
Б1.0.29	Общественный проект "Обучение служением"	
Б1.В.13	Информационные технологии в физической культуре и спорте	
Б3.01	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	
Б3.02	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	
УК-3	Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	УК
Б1.0.04	Психология делового общения	
Б1.0.29	Общественный проект "Обучение служением"	
Б1.В.04	Педагогика физической культуры и спорта	
Б3.01	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	
Б3.02	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	
УК-4	Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)	УК
Б1.0.07	Русский язык делового общения	
Б1.0.08	Иностранный язык	
Б1.В.03	Психология физической культуры и спорта	
Б3.01	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	
Б3.02	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	
УК-5	Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	УК
Б1.0.01	Философия	
Б1.0.02	История России	
Б1.0.03	Межкультурное взаимодействие	
Б1.0.28	Основы российской государственности	
Б1.0.28.01	Что такое Россия	
Б1.0.28.02	Российское государство - цивилизация	
Б1.0.28.03	Российское мировоззрение и ценности российской цивилизации	
Б1.0.28.04	Политическое устройство России	
Б1.0.28.05	Вызовы будущего и развитие страны	
Б1.0.29	Общественный проект "Обучение служением"	
Б3.01	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	

Б3.02	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	
ФТД.03	Великая Отечественная война: без срока давности	
УК-6	Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК
Б1.0.11	Персональный менеджмент	
Б1.0.29	Общественный проект "Обучение служением"	
Б3.01	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	
Б3.02	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	
ФТД.01	Адаптационная дисциплина	
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК
Б1.0.10	Физическая культура и спорт	
Б1.В.15	Профилактика наркомании средствами физической культуры и спорта	
Б3.01	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	
Б3.02	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	
УК-8	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	УК
Б1.0.09	Безопасность жизнедеятельности	
Б3.01	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	
Б3.02	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	
УК-9	Способен принимать обоснованные экономические решения в различных областях жизнедеятельности	УК
Б1.0.05	Экономика	
Б3.01	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	
Б3.02	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	
УК-10	Способен формировать неприменное отношение к проявлениям экстремизма, терроризма, коррупционному поведению и противодействовать им в профессиональной деятельности	УК
Б1.0.06	Правоведение	
Б3.01	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	
Б3.02	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	
ОПК-1	Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	ОПК
Б1.0.19	Теория и методика физической культуры и спорта	
Б1.0.25	Организация и планирование спортивной подготовки по избранному виду спорта	
Б3.01	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	
Б3.02	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	
ОПК-2	Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий	ОПК
Б1.0.16	Спортивная физиология	
Б3.01	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	
Б3.02	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	
ОПК-3	Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке	ОПК
Б1.0.19	Теория и методика физической культуры и спорта	
Б1.0.22	Теория спорта	

53.01	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	
53.02	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	
ОПК-4	Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта	ОПК
51.0.22	Теория спорта	
51.0.30	Физкультурно-спортивное совершенствование	
51.0.31	Физическая реабилитация	
53.01	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	
53.02	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	
ОПК-5	Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения	ОПК
51.0.14	Возрастная физиология	
53.01	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	
53.02	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	
ОПК-6	Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни	ОПК
51.0.26	Анатомия человека	
51.0.27	Физиология человека	
53.01	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	
53.02	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	
ОПК-7	Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	ОПК
51.0.13	Основы медицинских знаний	
53.01	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	
53.02	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	
ОПК-8	Способен проводить работу по предотвращению применения допинга	ОПК
51.0.15	Химия	
51.0.18	Биохимия человека	
53.01	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	
53.02	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	
ОПК-9	Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	ОПК
51.0.23	Контроль тренировок и соревновательных нагрузок	
53.01	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	
53.02	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	
ОПК-10	Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта	ОПК
51.0.17	Биомеханика	
53.01	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	
53.02	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	
ОПК-11	Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности	ОПК
51.0.20	Спортивная медицина	
53.01	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	
53.02	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	

ОПК-12	Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики	ОПК
Б1.0.21	Менеджмент и экономика физической культуры и спорта	
Б1.0.24	Правовые основы профессиональной деятельности	
Б3.01	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	
Б3.02	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	
ФТД.02	Основы законодательства в области образования	
ОПК-13	Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта	ОПК
Б1.0.25	Организация и планирование спортивной подготовки по избранному виду спорта	
Б1.0.30	Физкультурно-спортивное совершенствование	
Б1.0.31	Физическая реабилитация	
Б3.01	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	
Б3.02	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	
ОПК-14	Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса	ОПК
Б1.0.23	Контроль тренировок и соревновательных нагрузок	
Б3.01	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	
Б3.02	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	
ОПК-15	Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий	ОПК
Б1.0.25	Организация и планирование спортивной подготовки по избранному виду спорта	
Б3.01	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	
Б3.02	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	
ПК-1	Способен осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму	-
Б1.0.29	Общественный проект "Обучение служением"	
Б1.В.02	Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности	
Б1.В.05	Лечебная физическая культура и массаж	
Б1.В.11	Спортивные сооружения и экипировка	
Б1.В.12	Спортивная метрология	
Б1.В.14	Здоровьесохраняющие технологии в образовательном процессе	
Б1.В.15	Профилактика наркомании средствами физической культуры и спорта	
Б1.В.ДВ.01.01	Социология физической культуры и спорта	
Б1.В.ДВ.01.02	Социальные аспекты управленческой деятельности в физической культуре и спорте	
Б2.0.01.01(У)	Ознакомительная практика	
Б2.0.02.01(П)	Организационная практика	
Б2.В.01.01(П)	Тренерская практика	
Б2.В.01.02(П)	Педагогическая практика	
Б2.В.01.03(П)	Преддипломная практика	
Б3.01	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	
Б3.02	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	
ОПК-16	Способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности	ОПК
Б1.0.19	Теория и методика физической культуры и спорта	

Б3.01	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	
Б3.02	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	
ПК-2	Способен совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеет в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности	-
Б1.В.01	Введение в профессиональную деятельность	
Б1.В.03	Психология физической культуры и спорта	
Б1.В.04	Педагогика физической культуры и спорта	
Б1.В.06	Гимнастика и методика преподавания	
Б1.В.07	Легкая атлетика и методика преподавания	
Б1.В.08	Лыжный спорт и методика преподавания	
Б1.В.09	Плавание и методика преподавания	
Б1.В.10	Методика преподавания спортивных игр	
Б1.В.13	Информационные технологии в физической культуре и спорте	
Б1.В.14	Здоровьесохраняющие технологии в образовательном процессе	
Б1.В.ДВ.02.01	Туристические слеты и соревнования	
Б1.В.ДВ.02.02	Туризм и спортивное ориентирование	
Б2.О.01.01(У)	Ознакомительная практика	
Б2.О.02.01(П)	Организационная практика	
Б2.В.01.01(П)	Тренерская практика	
Б2.В.01.02(П)	Педагогическая практика	
Б2.В.01.03(П)	Преддипломная практика	
Б3.01	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	
Б3.02	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	

№	Индекс	Наименование	Установочная сессия								Зимняя сессия								Летняя сессия								Итого за курс								Каф.	Курсы							
			Академических часов								Академических часов								Академических часов								Академических часов																
			Контроль	Всего	Кон такт.	Лек	Лаб	Пр	СР	Конт роль	Дней	Контроль	Всего	Кон такт.	Лек	Лаб	Пр	СР	Конт роль	Дней	Контроль	Всего	Кон такт.	Лек	Лаб	Пр	СР	Конт роль	Дней	Контроль	Всего	Кон такт.	Лек	Лаб	Пр	СР	Конт роль						
ИТОГО (с факультативами)				12									1006							20		854								1872							52	40					
ИТОГО по ОП (без факультативов)				12									934									854									1800							50					
УЧЕБНАЯ НАГРУЗКА, ОП, факультативы (акад.час/нед)																															46,8												
КОНТАКТНАЯ РАБОТА, ОП (час/год)																																166											
ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛИ)				12	12	12							1006	92	40		52	725	189				854	62	20		42	612	180				1872	166	72		94	1337	369	52	ТО: 34 Э: 6		
1	Б1.0.01	Философия											2	2	2							За К	106	4							За К	108	6	2						32	2		
2	Б1.0.02	История России				2	2	2					70	28	12		16	24	18			Эк К	72	30	14						Эк За К(2)	144	60	28						10	2		
3	Б1.0.04	Психология делового общения			2	2	2						70	2			2	50	18			За К	72	4	2						За К	72	4	2						29	2		
4	Б1.0.05	Экономика											2	2	2						За К	72	4	2						За К	72	4	2						84	2			
5	Б1.0.08	Иностранный язык											72	6			6	48	18			Эк К	72	6			6	39	27		Эк За К(2)	144	12							67	12		
6	Б1.0.10	Физическая культура и спорт											2	2	2						За К	70	2	2						За К	72	4	4						21	2			
7	Б1.0.14	Возрастная физиология			2	2	2						70	4			4	48	18			Эк	106	6	2			4	73	27		За	72	6	2						9	2	
8	Б1.0.15	Химия			2	2	2						106	4			4	84	18			Эк	106	6	2			4	84	18		За	108	6	2						49	2	
9	Б1.0.16	Спортивная физиология											2	2	2						За	106	6	2			4	73	27		За	108	8	4						21	2		
10	Б1.0.18	Биохимия человека											2	2	2						Эк	178	6	2			4	145	27		Эк	180	8	4						49	2		
11	Б1.0.22	Теория спорта			2	2	2						214	14	6		8	173	27			За	180	6			6	156	18		Эк	216	16	8						21	2		
12	Б1.0.29	Общественный проект "Обучение служением"											72	4	2		2	50	18			За	72	4	2			2	50	18		За	72	4	2						34	2	
13	Б1.0.30	Физкультурно-спортивное совершенствование											144	6			6	120	18			3а(2)	324	12				12	276	36	9	3а(2)	324	12						21	12345		
14	Б1.В.15	Профилактика наркомании средствами физической культуры и спорта			2	2	2						106	6	2		4	82	18			3а	108	8	4			4	82	18	3	3а	108	8	4						21	2	
15	ФТД.03	Великая Отечественная война: без срока давности											72	8	8			46	18			3а	72	8	8					46	18	2	3а	72	8	8						10	2
ПРАКТИКИ			(План)																																								
ГОСУДАРСТВЕННАЯ ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ			(План)																																								
ФОРМЫ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ											Эк За(8) ЗаО К(4)								Эк(4) За(4) К(6)								Эк(5) За(12) ЗаО К(10)																
КАНИКУЛЫ																																			10								

		Итого						Курс 1	Курс 2	Курс 3	Курс 4	Курс 5
		Баз.%	Вар.%	ДВ(от Вар.)%	з.е.							
					Мин.	Макс.	Факт					
	Итого (с факультативами)				220	246	246	47	52	49	49	49
	Итого по ОП (без факультативов)				216	240	240	45	50	47	49	49
Б1	Дисциплины (модули)	70%	30%	8.1%	180	201	201	45	50	47	43	16
Б1.0	Обязательная часть					140	140	31	47	24	28	10
Б1.В	Часть, формируемая участниками образовательных отношений					63	61	14	3	23	15	6
Б2	Практика	30%	70%	0%	30	30	30				6	24
Б2.0	Обязательная часть					9	9				6	3
Б2.В	Часть, формируемая участниками образовательных отношений					21	21					21
Б3	Государственная итоговая аттестация				6	9	9					9
ФТД	Факультативы				4	6	6	2	2	2		
	Учебная нагрузка (акад.час/нед)	ОП, факультативы				44.9	52.9	46.8	44.1	43	32	
	Контактная работа (акад.час/год)	обязательная				97.6	108	166	86	92	36	
		необязательная				10	10		10			
	Суммарная контактная работа (акад. час)	Блок Б1				480	108	158	86	92	36	
		Блок Б2										
		Блок Б3										
		Блок ФТД				28	10	8	10			
		Итого по всем блокам				508	118	166	96	92	36	
	Обязательные формы промежуточной аттестации	ЭКЗАМЕН (Эк)					5	5	5	3	4	
		ЗАЧЕТ (За)					8	11	8	10	2	
		ЗАЧЕТ С ОЦЕНКОЙ (ЗаО)					1	1		1	4	
		КУРСОВАЯ РАБОТА (КР)								2	1	
		КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА (К)					5	10	4			
	Процент ... занятий от аудиторных (%)	лекционных				32.92%						
	Объём обязательной части от общего объема программы (%)					62.1%						
	Объём конт. работы от общего объема времени на реализацию дисциплин (модулей) (%)					6.63%						