

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФГБОУ ВО СГУ имени Н.Г. Чернышевского  
Институт физической культуры и спорта



УТВЕРЖДАЮ

Ректор

Чумаченко А.Н.

"17" октября 2022

План одобрен Ученым советом института

Протокол № 8 от 26.10.2021

# РАБОЧИЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН

по программе бакалавриата

49.03.01

49.03.01 Физическая культура

Профиль: физкультурно-оздоровительные технологии  
Кафедра: Теоретических основ физического воспитания  
Факультет: ФФК

Квалификация: бакалавр

Форма обучения: Заочная

Срок получения образования: 5л

Год начала подготовки (по учебному плану) 2019  
Учебный год 2021-2022  
Образовательный стандарт (ФГОС) № 940 от 19.09.2017

Код	Области профессиональной деятельности и (или) сферы профессиональной деятельности. Профессиональные стандарты
01	ОБРАЗОВАНИЕ
01.003	ПЕДАГОГ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ
05	ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ
05.003	ТРЕНЕР
05.005	ИНСТРУКТОР-МЕТОДИСТ

Основной	Типы задач профессиональной деятельности
+	рекреационный
-	тренировочный
-	педагогический
-	организационно-методический

СОГЛАСОВАНО

Проректор по УР

Начальник УУ

Директор

Зав. кафедрой

Малинский И.Г.  
Удалов С.В.  
Бриленок Н.Б.  
Беспалова Т.А.



План Учебный план бакалавриата 'z49.03.01 30 19-21-22 - 2,3 курс с доп. компетенциями (1).plx', код направления 49.03.01, профиль : физкультурно-оздоровительные технологии, год I

		Курс 2																											
		Установочная сессия							Зимняя сессия							Летняя сессия													
Формы контр.	з.е. на курсе	Итого	Лек	Лаб	Пр	Практика	ГИА	СР	Конт роль	Формы контр.	Итого	Лек	Лаб	Пр	Практика	ГИА	СР	Конт роль	Формы контр.	Итого	Лек	Лаб	Пр	Практика	ГИА	СР	Конт роль	Формы контр.	
	49										828	16	2	76				692	42		936	14	4	88				774	56
	39										720	14	2	68				594	42		684	8	2	70				556	48
	2										72			8				55	9	эк									
	3										108	4		8				87	9	эк									
эк	6										108	4		10				90	4	эк	108	4		10			85	9	эр
	1																				36	2		2			32		
За	18										288	4		26				242	16	4э2к	360			40			298	22	2э4к
з	4										72			6				62	4	эк	72			10			58	4	эк
з	3										72			10				58	4	з	36			4			32		к
з	6										72	4						64	4	з	144			20			115	9	эк
	5										72			10				58	4	эк	108			6			93	9	эк
	6										108			14				90	4	эк	108			16			84	8	2э2к
	2										36			4				32			36			6			26	4	эк
	2										36	2		4				32			36			6			26	4	эк
	1										36			6				26	4	эк				4			32		
	1																				36			4			32		
эк																													
	3										36	2	2	2				30			72	2	2	2			57	9	э
	10										108	2		8				98			252	6	2	18			218	8	
з											110			4				102	4	з	108			4			100	4	з
з											110			4				102	4	з	108			4			100	4	з

План Учебный план бакалавриата 'z49.03.01 ЗО 19-21-22 - 2,3 курс с доп. компетенциями (1).plx', код направления 49.03.01, профиль : физкультурно-оздоровительные технологии, год 1

з.е. на курсе	Установочная сессия								Зимняя сессия								Летняя сессия											
	Итого	Лек	Лаб	Пр	Практика	ГИА	СР	Конт роль	Формы контр.	Итого	Лек	Лаб	Пр	Практика	ГИА	СР	Конт роль	Формы контр.	Итого	Лек	Лаб	Пр	Практика	ГИА	СР	Конт роль	Формы контр.	
38									828	32	12	66				680	38		540	14	4	54				439	29	
27									576	24	10	34				482	26		396	12	4	36				319	25	
2									72	2		2				64	4	ок										
10									288	10		18				242	18	2эк	72	2		8				58	4	ор
3									36	2		4				30			72	2		8				58	4	ор
4									144	4		10				121	9	э										
3									108	4		4				91	9	жк										
1									36			6				26	4	жк										
1									36			6				26	4	жк										
1																			36	2		4				30		
4									36	2	2					32			108	2	2	2				93	9	э
3									72	6	6	4				56			36			6				26	4	жк
3									36	2		4				30			72	2		12				54	4	э
1																			36	2		4				30		
2									36	2	2					32			36	2	2					28	4	э
11									252	8	2	32				198	12		144	2		18				120	4	
1																			36	2		6				28		



План Учебный план бакалавриата 'z49.03.01 ЗО 19-21-22 - 2,3 курс с доп. компетенциями (1).plx', код направления 49.03.01, профиль : физкультурно-оздоровительные технологии, год I

з.е. на курсе	Курс 4																									
	Установочная сессия								Зимняя сессия								Летняя сессия									
	Итого	Лек	Лаб	Пр	Практика	ГИА	СР	Конт роль	Формы контр.	Итого	Лек	Лаб	Пр	Практика	ГИА	СР	Конт роль	Формы контр.	Итого	Лек	Лаб	Пр	Практика	ГИА	СР	Конт роль
47									864	36	12	40			746	30		828	26	16	50			686	50	
39									612	28	12	24			531	17		792	24	16	46			660	46	
6									108	10		4			94			108	4		10			85	9 эк	
2									36	2		2			32			36	2		4			26	4 з	
1																		36	2					34		
1																		36	2					34		
3									36	2	2				32			72	2		6			60	4 з	
1									36	2		2			28	4 з										
3									36	2	2	2			30			72		2	6			60	4 эк	
4									144	2	4	4			125	9 з										
5									72	2		2			64	4 з		108	4		6			89	9 эк	
4									36	2	2	2			30			108	2	8	2			92	4 з	
3									36			2			34			72	4	4	4			56	4 эк	
4									36	2	2	2			30			108	2	2	2			98	4 з	
1																		36	2		2			32		
2									36	2		2			32			36			4			28	4 з	
8									252	8		16			215	13		36	2		4			26	4	
2									36	2		2			32			36	2		4			26	4 з	
2									36	2		2			32			36	2		4			26	4 з	
2									36	2		2			32			36	2		4			26	4 з	
3									108	2		6			96	4 з										

з.е. на курсе	Курс 5																	Закрепленная кафедра		Компетенции														
	Установочная сессия							Зимняя сессия							Летняя сессия							Код	Наименование											
	Итого	Лек	Лаб	Пр	Практика	ГИА	СР	Конт роль	Формы контр.	Итого	Лек	Лаб	Пр	Практика	ГИА	СР	Конт роль	Формы контр.	Итого		Лек			Лаб	Пр	Практика	ГИА	СР	Конт роль	Формы контр.				
11									324	24		48				216	36		72	4		4				55	9							
11									324	24		48				216	36		72	4		4				55	9							
																																22	Российской цивилизации и методики	УК-5
																																144	Этики и эстетики	УК-5
																																198	Английского языка для гуманитарных	УК-4; УК-5
																																170	Технологического образования	УК-8; ОПК-7
																																148	Социальной психологии образования	ОПК-5; ОПК-6
																																152	Методологии образования	ОПК-5; ОПК-6
																																172	Теоретических основ физического	УК-2; ОПК-1; ПК 1
																																95	Экономической теории и национальной экономики	ОПК-12; УК-10
																																171	Спортивных дисциплин	УК-7; ОПК-3
																																172	Теоретических основ физического	ОПК-1
																																		<b>УК-2; ОПК-4; ОПК-15; ПК 1; ПК -2</b>
																																171	Спортивных дисциплин	УК-2; ОПК-15; ПК 1; ПК -2
																																172	Теоретических основ физического	ОПК-4; ПК -2
																																171	Спортивных дисциплин	ОПК-4; ПК -2
																																171	Спортивных дисциплин	ОПК-4; ПК -2
																																174	Спортивных игр	ОПК-4; ПК -2
1									36	8						19	9	э																<b>УК-2; УК-3; ОПК-4; ОПК-10; ОПК-15; ПК</b>
																																174	Спортивных игр	ОПК-4; ОПК-10; ПК -2
																																174	Спортивных игр	ОПК-4; ОПК-10; ПК -2
																																174	Спортивных игр	ОПК-4; ОПК-10; ПК -2
1									36	8						19	9	э														174	Спортивных игр	УК-2; УК-3; ОПК-15; ПК 1
3									36	6		6				24			72	4		4				55	9	э			144	Этики и эстетики	УК-5	
																																172	Теоретических основ физического	ОПК-1
																																172	Теоретических основ физического	ОПК-1
																																172	Теоретических основ физического	УК-5
																																147	Информационных систем и технологий в обучении	УК-1; ОПК-16
																																174	Спортивных игр	ОПК-2
																																174	Спортивных игр	ОПК-11
																																172	Теоретических основ физического	ОПК-1
																																172	Теоретических основ физического	ОПК-4; ОПК-10; ПК -2
																																171	Спортивных дисциплин	ОПК-8
																																172	Теоретических основ физического воспитания	ОПК-1; ОПК-6
																																49	Органической и биологической	ОПК-1
																																172	Теоретических основ физического воспитания	ОПК-1; ОПК-11; ПК-3
3									108	4		14				81	9	э													172	Теоретических основ физического	ОПК-7; ОПК-9; ПК-3	
2									72	2		16				45	9	эк													172	Теоретических основ физического	ОПК-7; ОПК-9	
2									72	4		12				47	9	эк													171	Спортивных дисциплин	ОПК-13; ОПК-15	
																																95	Экономической теории и национальной экономики	УК-9
																																147	Информационных систем и технологий в обучении	УК-1; ОПК-16
																																150	Начального языкового и	УК-4
																																171	Спортивных дисциплин	УК-7
																																171	Спортивных дисциплин	УК-7
																																		<b>ПК-7</b>
																																171	Спортивных дисциплин	ПК-7
																																172	Теоретических основ физического	ПК-7
																																		<b>ПК-8</b>
																																144	Этики и эстетики	ПК-8
																																172	Теоретических основ физического	ПК-8
																																		<b>УК-3; ПК-8</b>



План Учебный план бакалавриата 'z49.03.01 ЗО 19-21-22 - 2,3 курс с доп. компетенциями (1).plx', код направления 49.03.01, профиль : физкультурно-оздоровительные технологии, год 1

		Курс 2																												
		Установочная сессия									Зимняя сессия									Летняя сессия										
Формы контр.	з.е. на курсе	Итого	Лек	Лаб	Пр	Практика	ГИА	СР	Конт роль	Формы контр.	Итого	Лек	Лаб	Пр	Практика	ГИА	СР	Конт роль	Формы контр.	Итого	Лек	Лаб	Пр	Практика	ГИА	СР	Конт роль	Формы контр.		
	3										36	2		4				30			72	2		6				60	4	з
	3										36	2		4				30			72	2		6				60	4	з
	3										36	2		4				30			72	2		6				60	4	з
	1																				36	2	2	2				30		
	1																				36	2	2	2				30		
	1																				36	2	2	2				30		
з	5										72			4				68			108			6				98	4	эк
з	5										72			4				68			108			6				98	4	эк
з	5										72			4				68			108			6				98	4	эк
з	5										72			4				68			108			6				98	4	эк
	1																				36	2		4				30		
	1																				36	2		4				30		
	1																				36	2		4				30		



План Учебный план бакалавриата '49.03.01 ЗО 19-21-22 - 2,3 курс с доп. компетенциями (1).plx', код направления 49.03.01, профиль : физкультурно-оздоровительные технологии, год 1

з.е. на курсе	Установочная сессия								Курс 3								Летняя сессия											
									Зимняя сессия																			
	Итого	Лек	Лаб	Пр	Практика	ГИА	СР	Конт роль	Формы контр.	Итого	Лек	Лаб	Пр	Практика	ГИА	СР	Конт роль	Формы контр.	Итого	Лек	Лаб	Пр	Практика	ГИА	СР	Конт роль	Формы контр.	
1																			36	2		6				28		
1																			36	2		6				28		
3									108	2	2	6				94	4	эк										
3									108	2	2	6				94	4	эк										
3									108	2	2	6				94	4	эк										
4									36	4		20				8	4	з	108			12				92	4	эк
4									36	4		20				8	4	з	108			12				92	4	эк
4									36	4		20				8	4	з	108			12				92	4	эк
4									36	4		20				8	4	з	108			12				92	4	эк
3									108	2		6				96	4	з										
3									108	2		6				96	4	з										
3									108	2		6				96	4	з										
12																			432	2						430		
12																			432	2						430		
12																			432	2						430		о
4									72	4		4				64			72			6				58	8	
2									36	2		2				32			36			2				30	4	з
2									36	2		2				32			36			4				28	4	з

План Учебный план бакалавриата '49.03.01 ЗО 19-21-22 - 2,3 курс с доп. компетенциями (1).plx', код направления 49.03.01, профиль : физкультурно-оздоровительные технологии, год 1

з.е. на курсе	Курс 4																									
	Установочная сессия								Зимняя сессия								Летняя сессия									
	Итого	Лек.	Лаб.	Пр.	Практика	ГИА	СР	Конт роль	Формы контр.	Итого	Лек.	Лаб.	Пр.	Практика	ГИА	СР	Конт роль	Формы контр.	Итого	Лек.	Лаб.	Пр.	Практика	ГИА	СР	Конт роль
3									108	2		6			96	4	з									
3									108	2		6			96	4	з									
3									108	4		8			87	9	з									
3									108	4		8			87	9	з									
3									108	4		8			87	9	з									
3									108	4		8			87	9	з									
12																		432								432
12																		432								432
12																		432								432
																										о







№ Индекс	Наименование	Учебная неделя																					Средний балл	Единицы	Средний балл	Единицы	Итого за курс																					Максимальное количество ЕД	Каф	Курс
		Учебная неделя											Итого за курс																																					
		Академический час	Литературные часы										Итого за курс																																					
Всего	Лек	СР	Конт. роль	Дней	Контроль	Всего	Лек	СР	Конт. роль	Дней	Контроль	Всего	Лек	СР	Конт. роль	Дней	Контроль	Всего	Лек	СР	Конт. роль	Дней	Контроль	Всего	Лек	СР	Конт. роль	Дней	Контроль	Всего	Лек	СР	Конт. роль	Дней	Контроль															
<b>ИТОГО (с факультативами)</b>																																																		
<b>ИТОГО по ОП (без факультативов)</b>																																																		
<b>УЧЕБНАЯ НАГРУЗКА ОП факультетом (акад.час/нед)</b>																																																		
<b>КОНТАКТНАЯ РАБОТА, ОП (час/нед)</b>																																																		
<b>ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛИ)</b>																																																		
1	Б1.О.01	Иностранный язык																																																
2	Б1.О.02	Психология																																																
3	Б1.О.07	Теория и история физической культуры																																																
4	Б1.О.10	Возрастная анатомия, физиология, гигиена																																																
5	Б1.О.11	Физическое оздоровительные технологии:																																																
6	Б1.О.11.02	Плавание																																																
7	Б1.О.11.03	Легкая атлетика																																																
8	Б1.О.11.04	Лыжный спорт																																																
9	Б1.О.11.05	Гимнастика																																																
10	Б1.О.12	Спортивные игры в оздоровительной деятельности:																																																
11	Б1.О.12.01	Баскетбол																																																
12	Б1.О.12.02	Гандбол																																																
13	Б1.О.12.03	Футбол																																																
14	Б1.О.12.04	Волейбол																																																
15	Б1.О.21	Познавательные игры																																																
16	Б1.А.ДВ.01.01	Профессиональные спортивные соревнования (физическая культура)																																																
17	Б1.А.ДВ.01.02	Общая физическая подготовка																																																
18	Б1.А.ДВ.05.01	Основы медицинских знаний																																																
19	Б1.А.ДВ.05.02	Здоровый образ жизни																																																
20	Б1.А.ДВ.06.01	Основы спортивной теории и тренировок																																																
21	Б1.А.ДВ.06.02	Прикладные виды спорта (физическая культура и спорт)																																																
22	Б1.А.ДВ.07.01	Профессиональное физкультурно-спортивное совещательное (легкая атлетика, спортивные игры)																																																
23	Б1.А.ДВ.07.02	Профессиональное физкультурно-спортивное совещательное (легкая атлетика, лыжный спорт)																																																
24	Б1.А.ДВ.07.03	Профессиональное физкультурно-спортивное совещательное (плавание, олимпийский спорт)																																																
25	Б1.А.ДВ.08.01	Организация работы в спортивном зале																																																
26	Б1.А.ДВ.08.02	Педагогика физической культуры и спорта																																																
<b>ФОРМЫ КОНТРОЛЯ</b>																																																		
<b>ПРАКТИКИ</b>																																																		
Б2.О.01.01		Ознакомительная практика																																																
<b>ГОСУДАРСТВЕННАЯ ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ</b>																																																		
<b>КАНИКУЛЫ</b>																																																		









Название практики	Курс	Кафедра	+	Продолжительность (недель)	Студ.	Часов				
						на студента	на студента в неделю	на подгруппу	на подгруппу в неделю	
Вид практики: Учебная практика										
Ознакомительная практика	1			2						
		174	+	2						
Вид практики: Производственная практика										
Тренерская практика	3			8						
		174	+	8						
Профессионально-ориентированная практика	4			8						
		171	+	8						
Вид практики: Преддипломная практика										
Преддипломная практика	5			6						
		172	+	6						
				24						
				24						
Итого по факту					24					
Итого по плану					24					

	Итого					Курс 1	Курс 2	Курс 3	Курс 4	Курс 5
	Баз.%	Вар.%	ДВ(от Вар.)%	з.е.						
				Не менее	Факт					
Итого (с факультативами)				220	244	53	49	54	59	29
Итого по ОП (без факультативов)				216	240	53	49	50	59	29
Дисциплины (модули)	81%	19%	94.7%	180	195	50	49	38	47	11
Обязательная часть					157	41	39	27	39	11
Часть, формируемая участниками образовательных отношений					38	9	10	11	8	
Практика	75%	25%	0%	30	36	3		12	12	9
Обязательная часть					27	3		12	12	
Часть, формируемая участниками образовательных отношений					9					9
Государственная итоговая аттестация				6	9					9
Факультативы				4	4			4		
					4			4		
Учебная нагрузка (акад.час/нед)	ОП, факультативы			41.8		45.4	43.2	47.5	53.5	14.4
Контактная работа (акад.час/год)	обязательная			168.4		200	200	182	180	80
	необязательная			14				14		
Суммарная контактная работа (акад. час)	Блок Б1			842		200	200	182	180	80
	Блок Б2			2				2		
	Блок Б3									
	Блок ФТД			14				14		
	Итого по всем блокам			858		200	200	198	180	80
Обязательные формы контроля	ЭКЗАМЕН (Эк)					5	6	3	4	5
	ЗАЧЕТ (За)					12	11	8	11	
	ЗАЧЕТ С ОЦЕНКОЙ (ЗаО)						1	3	1	1
	КУРСОВАЯ РАБОТА (КР)						1	1		
	КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА (К)					2	13	6	4	2
Процент ... занятий от аудиторных (%)	лекционных				25.66%					
Объём обязательной части от общего объёма программы (%)					76.7%					
Объём конт. работы от общего объёма времени на реализацию дисциплин (модулей) (%)					11.99%					
Процент практической подготовки от общего объёма часов (%)	Б1				0%					
	Б2				0%					
	Б3				0%					
	Итого по блокам				0%					

Вид	Курс	Каф.	Студ.	Замечания
<b>Теория и методика физической культуры</b>				
КР	2	172		
		171		
		173		
<b>Физкультурные технологии в оздоровительной деятельности</b>				
КР	3	172		
		171		
		174		