

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Российский университет спорта "ГЦОЛИФК"
Факультет адаптивной физической культуры, рекреации и туризма

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
и
Календарный учебный
график

Одобрено Ученым советом РГУФКСМиТ
Протокол № 132 от 30.08.2022

по образовательной программе бакалавриата



Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профиль: Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Квалификация: бакалавр
Форма обучения: Заочная
Срок получения образования: 4 года 8 месяцев

Типы задач профессиональной деятельности
тренировочный
педагогический
рекреационный

Год начала подготовки (по учебному плану) 2023, 2024
Образовательный стандарт (ФГОС) № 940 от 19.09.2017

СОГЛАСОВАНО

Проректор по учебно-методической работе / Павлов Е.А./
Декан факультета адаптивной физической культуры, рекреации и туризма / Мирошников А.Б./
Руководитель направления подготовки / Шевцов А.В./

Календарный учебный график 2023 год набора

Мес	Сентябрь				29 - 5	Октябрь			27 - 2	Ноябрь				Декабрь				29 - 4	Январь				26 - 1	Февраль				23 - 1	Март				30 - 5	Апрель				27 - 3	Май				Июнь				29 - 5	Июль			27 - 2	Август			
Числа	1 - 7	8 - 14	15 - 21	22 - 28		6 - 12	13 - 19	20 - 26		3 - 9	10 - 16	17 - 23	24 - 30	1 - 7	8 - 14	15 - 21	22 - 28		5 - 11	12 - 18	19 - 25	2 - 8		9 - 15	16 - 22	2 - 8	9 - 15		16 - 22	23 - 29	6 - 12	13 - 19		20 - 26	4 - 10	11 - 17	18 - 24		25 - 31	1 - 7	8 - 14	15 - 21	22 - 28	6 - 12	13 - 19	20 - 26		3 - 9	10 - 16	17 - 23		24 - 31			
Нед	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52			
I	=	=	=	=	== ==					*								*	*		К	К				*								*		*											К	К	К						
II	К	К	К	К	К К					*								*	*		К	К				*										*												К	К	К					
III	К	К	К	К	К К	у	у	у	у	*	у	у	у	у	у	у	у	у	*	*	у	К	К	у	у	у	*	у	у	у	у	у	у	у														К	К	К					
IV	К	К	К	К	К К					*	уп	уп	уп	уп	уп	уп	уп	уп	*	*	уп	К	К	уп	уп	уп	*	уп	уп	уп	уп																	К	К	К					
V	К	К	К	К	К К	п	п	п	п	*	п	п	п	п	п	п	п	п	*	*	п	К		п	п	п	*	п		Г	Г	Д	Д	К	К	К	К	К	К	К	К	К	К	К	К	К	К	К	К	К	К	К			

График сессий

	Курс 1						Курс 2				Курс 3			
	Установочная сессия		Зимняя сессия		Летняя сессия		Зимняя сессия		Летняя сессия		Зимняя сессия		Летняя сессия	
Продолжительность	12		14		14		20		20		25		25	
Дата начала/Номер недели	26 октября 2023 г. 8		15 декабря 2023 г. 16		13 апреля 2024 г. 33		17 ноября 2024 г. 12		16 марта 2025 г. 29		6 октября 2025 г. 6		30 марта 2026 г. 31	
Дата окончания/Номер недели	6 ноября 2023 г. 10		28 декабря 2023 г. 17		26 апреля 2024 г. 35		6 декабря 2024 г. 14		4 апреля 2025 г. 31		30 октября 2025 г. 9		23 апреля 2026 г. 34	
	Курс 4				Курс 5									
	Зимняя сессия		Летняя сессия		Зимняя сессия		Летняя сессия							
Продолжительность	25		25		25		25							
Дата начала/Номер недели	10 ноября 2026 г. 11		9 марта 2027 г. 28		13 октября 2027 г. 7		9 февраля 2028 г. 24							
Дата окончания/Номер недели	4 декабря 2026 г. 14		2 апреля 2027 г. 31		6 ноября 2027 г. 10		4 марта 2028 г. 27							

Сводные данные

		Курс 1	Курс 2	Курс 3	Курс 4	Курс 5	Итого
у	Теоретическое обучение и практики	40 3/6	40 3/6	40 3/6	40 3/6	22	184
п							
Д	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы					2	2
Г	Подготовка к сдаче и сдача гос. экзамена					2	2
К	Каникулы	9 2/6	9 2/6	9 2/6	9 2/6	6 4/6	44
*	Нерабочие праздничные дни (не включая воскресенья)	2 1/6□ (13 дн)	2 1/6□ (13 дн)	2 1/6□ (13 дн)	2 1/6□ (13 дн)	2□ (12 дн)	10 4/6□ (64 дн)
Продолжительность обучения		более 39 нед.	более 39 нед.	более 39 нед.	более 39 нед.	не менее 12 нед. и□ не более 39 нед.	
Итого		52	52	52	52	34 4/6	242 4/6

Календарный учебный график 2024 год набора

Мес	Сентябрь					Октябрь			27 - 2	Ноябрь				Декабрь				29 - 4	Январь				26 - 1	Февраль			23 - 1	Март				30 - 5	Апрель			27 - 3	Май				Июнь				29 - 5	Июль			27 - 2	Август			
Числа	1 - 7	8 - 14	15 - 21	22 - 28	29 - 5	6 - 12	13 - 19	20 - 26		3 - 9	10 - 16	17 - 23	24 - 30	1 - 7	8 - 14	15 - 21	22 - 28		5 - 11	12 - 18	19 - 25	2 - 8		9 - 15	16 - 22	2 - 8		9 - 15	16 - 22	23 - 29	6 - 12		13 - 19	20 - 26	4 - 10		11 - 17	18 - 24	25 - 31	1 - 7	8 - 14	15 - 21	22 - 28	6 - 12		13 - 19	20 - 26	3 - 9		10 - 16	17 - 23	24 - 31	
Нед	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	
I	=	=	=	=	=					*								*	*		К	К				*								*				*								К	К	К					
II	К	К	К	К	К					*								*	*		К	К				*										*				*							К	К	К				
III	К	К	К	К	К	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	*	*	у	К	К	у	у	у	*	у	у	у	у	у	у	у													К	К	К				
IV	К	К	К	К	К					*	уп	уп	уп	рп	уп	уп	уп	рп	*	*	уп	К	К	уп	уп	уп	*	рп	уп	уп	уп	рп															К	К	К				
V	К	К	К	К	К	п	п	п	п	*	п	п	п	п	п	п	п	п	*	*	п	п	К	п	п	п	*	п			Г	Г	Д	Д	К	К	К	К	К	К	К	=	=	=	=	=	=	=	=	=	=	=	

График сессий

	Курс 1						Курс 2				Курс 3			
	Установочная сессия		Зимняя сессия		Летняя сессия		Зимняя сессия		Летняя сессия		Зимняя сессия		Летняя сессия	
Продолжительность	12		14		14		20		20		25		25	
Дата начала/Номер недели	25 октября 2024 г. 8		15 декабря 2024 г. 16		13 апреля 2025 г. 33		17 ноября 2025 г. 12		16 марта 2026 г. 29		6 октября 2026 г. 6		30 марта 2027 г. 31	
Дата окончания/Номер недели	5 ноября 2024 г. 10		28 декабря 2024 г. 17		26 апреля 2025 г. 35		6 декабря 2025 г. 14		4 апреля 2026 г. 31		30 октября 2026 г. 9		23 апреля 2027 г. 34	
	Курс 4				Курс 5									
	Зимняя сессия		Летняя сессия		Зимняя сессия		Летняя сессия							
Продолжительность	25		25		25		25							
Дата начала/Номер недели	10 ноября 2027 г. 11		9 марта 2028 г. 28		13 октября 2028 г. 7		9 февраля 2029 г. 24							
Дата окончания/Номер недели	4 декабря 2027 г. 14		2 апреля 2028 г. 31		6 ноября 2028 г. 10		5 марта 2029 г. 27							

Сводные данные

		Курс 1	Курс 2	Курс 3	Курс 4	Курс 5	Итого
у	Теоретическое обучение и практики	40 3/6	40 3/6	40 3/6	40 3/6	22	184
п							
Д	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы					2	2
Г	Подготовка к сдаче и сдача гос. экзамена					2	2
К	Каникулы	9 2/6	9 2/6	9 2/6	9 2/6	6 4/6	44
*	Нерабочие праздничные дни (не включая воскресенья)	2 1/6□ (13 дн)	2 1/6□ (13 дн)	2 1/6□ (13 дн)	2 1/6□ (13 дн)	2□ (12 дн)	10 4/6□ (64 дн)
Продолжительность обучения		более 39 нед.	более 39 нед.	более 39 нед.	более 39 нед.	не менее 12 нед. и□ не более 39 нед.	
Итого		52	52	52	52	34 4/6	
Групп							

-	-	-	Формы пром. атт.					з.е.		-	Итого акад.часов					Курс 1					Курс 2					Курс 3					Курс 4					Курс 5					
Считать в плане	Индекс	Наименование	Экза мен	Зачет	Зачет с оц.	КП	КР	Экспертное	Факт	Часов в з.е.	Экспертное	По плану	Аудитор. раб.	СР	Конт роль	з.е.	Лек	Пр	СР	Контр оль	з.е.	Лек	Пр	СР	Контр оль	з.е.	Лек	Пр	СР	Контр оль	з.е.	Лек	Пр	СР	Контр оль	з.е.	Лек	Пр	СР	Контр оль	
Блок 1.Дисциплины (модули)									204	204		7344	7344	814	6341	189	46	40	100	1471	45	48	30	110	1561	27	45	36	124	1397	63	33	28	132	1001	27	32	56	158	911	27
Обязательная часть									162	162		5832	5832	646	5024	162	42	40	90	1337	45	41	30	94	1325	27	30	28	84	923	45	25	26	90	757	27	24	52	112	682	18
+	Б1.О.01	Философия		1				1	1	36	36	36	4	32		1	2	2	32																						
+	Б1.О.02	История России		15				4	4	36	144	144	58	86		2	2	2	68													2	34	20	18						
+	Б1.О.03	Иностранный язык	1					3	3	36	108	108	8	91	9	3		8	91	9																					
+	Б1.О.04	Педагогика			2			2	2	36	72	72	10	62		1	2	4	30		1		4	32																	
+	Б1.О.05	Психология			2			2	2	36	72	72	10	62		1	2	4	30		1		4	32																	
+	Б1.О.06	Речевое общение в профессиональной деятельности		2				3	3	36	108	108	6	102		2	2	2	68		1		2	34																	
+	Б1.О.07	Безопасность жизнедеятельности		1				1	1	36	36	36	4	32		1	2	2	32																						
+	Б1.О.08	Физическая культура и спорт		1				2	2	36	72	72	4	68		2	2	2	68																						
+	Б1.О.09	Анатомия человека	1	1				6	6	36	216	216	20	187	9	6	4	16	187	9																					
+	Б1.О.10	Спортивная биомеханика			3			3	3	36	108	108	12	96							2	4	6	62		1		2	34												
+	Б1.О.11	Физиология человека	2					5	5	36	180	180	14	157	9	3	4	6	98		2		4	59	9																
+	Б1.О.12	Физиология физкультурно-оздоровительной деятельности	2					4	4	36	144	144	12	123	9						4	4	8	123	9																
+	Б1.О.13	Биохимия человека			3			3	3	36	108	108	12	96							2	4	4	64		1		4	32												
+	Б1.О.14	Спортивная биоэнергетика	4					3	3	36	108	108	10	89	9											2	2	4	66		1		4	23	9						
+	Б1.О.15	Основы медицинских знаний и спортивная медицина	5					4	4	36	144	144	14	121	9															2	4	6	62		2		4	59	9		
+	Б1.О.16	Массаж			5			3	3	36	108	108	10	98															2	2	4	66		1		4	32				
+	Б1.О.17	Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности		4				2	2	36	72	72	10	62											1	2	4	30		1		4	32								
+	Б1.О.18	Педагогика физической культуры и спорта	3					2	2	36	72	72	10	53	9						1	2	4	30		1		4	23	9											
+	Б1.О.19	Психология физической культуры и спорта	3					2	2	36	72	72	10	53	9						1	2	4	30		1		4	23	9											
+	Б1.О.20	История физической культуры и спорта	1					3	3	36	108	108	8	91	9	3	4	4	91	9																					
+	Б1.О.21	Теория и методика физической культуры	3			3*		4	4	36	144	144	22	113	9						3	4	10	94		1	2	6	19	9											
+	Б1.О.22	Теория спорта	3					4	4	36	144	144	14	121	9											4	4	10	121	9											
+	Б1.О.23	Теория детско-юношеского спорта		4				2	2	36	72	72	10	62												1	2	4	30		1		4	32							
+	Б1.О.24	Социология физической культуры и спорта		5				2	2	36	72	72	6	66																					2	2	4	66			
+	Б1.О.25	Экономика физической культуры и спорта			4			2	2	36	72	72	8	64												1	2	2	32		1		4	32							
+	Б1.О.26	Менеджмент физической культуры и спорта			5			2	2	36	72	72	8	64																					2	2	6	64			
+	Б1.О.27	Правовые основы профессиональной деятельности			5			2	2	36	72	72	8	64																					2	2	6	64			
+	Б1.О.28	Информационные технологии в сфере физической культуры и спорта			1			2	2	36	72	72	8	64		2	2	6	64																						
+	Б1.О.29	Научно-методическая деятельность			4			3	3	36	108	108	10	98																	3	2	8	98							
+	Б1.О.30	Основы антидопингового обеспечения		5				3	3	36	108	108	8	100																				3	4	4	100				
+	Б1.О.31	Спортивная метрология		5				2	2	36	72	72	14	58																1	4	6	26		1		4	32			

* форма контроля "курсовой проект" реализуется с 2024 года набора

** - практика организуется в форме практической подготовки

[illegible]

[illegible]

На основании решения Ученого совета от 25.04.2023 (протокол № 141) внести изменения в основную образовательную программу (основную профессиональную образовательную программу) в части требований к структуре программы и к результатам освоения программы.

Изменения вступают в силу с 01.09.2023 года

На основании решения Ученого совета от 25.06.2024 (протокол № 159) внести изменения в основную образовательную программу (основную профессиональную образовательную программу) в части требований к результатам освоения программы и к форме контроля.

Изменения вступают в силу с 01.09.2024 года