

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФГБОУ ВО Уральский государственный университет физической культуры
Башкирский институт физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО "УралГУФК"

РАБОЧИЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН

по программе бакалавриата

49.03.01 Физическая культура

Профиль "Спортивная тренировка в избранном виде спорта"

План одобрен Ученым советом вуза

Протокол № 3 от 06.10.2021

49.03.01

Профиль: Спортивная тренировка в избранном виде спорта

Факультет: Спорта и адаптивной физической культуры

Квалификация: бакалавр
Программа подготовки: академический бакалавриат
Форма обучения: Заочная форма
Срок получения образования: 4г 10м

Основной	Виды профессиональной деятельности
+	педагогическая
+	тренерская
+	научно-исследовательская

Год начала подготовки (по учебному плану)

2018

Учебный год

2021-2022

Образовательный стандарт (ФГОС)

№ 935 от 07.08.2014

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по учебной работе

/ Карюк Е.А./

Декан

/ Швец Р.Р./

Директор



Макина Лилия Рафкатовна

-	-	Форма контроля				з.е.		Итого акад.часов					
		Экзамен	Зачет	Зачет с оц.	КР	Экспертное	Факт	Экспертное	По плану	Конт. раб.	СР	Конт роль	Интер часы
Считать в плане	Наименование					216	216	8104	8104	880	6754	470	192
Блок 1.Дисциплины (модули)						216	216	8104	8104	880	6754	470	192
Базовая часть						116	116	4176	4176	454	3463	259	98
+	История	1				3	3	108	108	12	87	9	4
+	Иностранный язык	2	11			6	6	216	216	36	163	17	8
+	Философия	2				3	3	108	108	14	85	9	4
+	Экономика	4				3	3	108	108	10	89	9	
+	Естественнонаучные основы физической культуры	1	11			6	6	216	216	36	163	17	12
+	Естественнонаучные основы физической культуры (физика)	1				2	2	72	72	12	51	9	4
+	Естественнонаучные основы физической культуры (химия)		1			2	2	72	72	12	56	4	4
+	Естественнонаучные основы физической культуры (биология)		1			2	2	72	72	12	56	4	4
+	Информатика	2				3	3	108	108	14	85	9	4
+	Анатомия человека	1		1		6	6	216	216	26	177	13	
+	Биомеханика двигательной деятельности	3				3	3	108	108	14	85	9	2
+	Биохимия человека	2				3	3	108	108	14	85	9	4
+	Физиология человека	2	2			6	6	216	216	20	183	13	
+	Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности	4				3	3	108	108	10	89	9	2
+	Психология физической культуры	3				3	3	108	108	8	91	9	2
+	Педагогика физической культуры	3				3	3	108	108	8	91	9	2
+	История физической культуры	3				3	3	108	108	10	89	9	2
+	Теория и методика физической культуры	4	4			6	6	216	216	22	181	13	4
+	Менеджмент физической культуры и спорта	4				3	3	108	108	10	89	9	2
+	Правовые основы профессиональной деятельности		4			3	3	108	108	10	94	4	4
+	Теория и методика обучения базовым видам спорта	1	12223			21	21	756	756	76	647	33	20
+	Теория и методика обучения базовым видам спорта (Гимнастика)	1	1			7	7	252	252	24	215	13	6
+	Теория и методика обучения базовым видам спорта (Баскетбол)		2			3	3	108	108	12	92	4	4
+	Теория и методика обучения базовым видам спорта (Легкая атлетика)		22			5	5	180	180	14	158	8	4
+	Теория и методика обучения базовым видам спорта (Лыжный спорт)		2			4	4	144	144	12	128	4	4
+	Теория и методика обучения базовым видам спорта (Волейбол)		3			2	2	72	72	14	54	4	2
+	Теория и методика избранного вида спорта	3	1223		3	17	17	612	612	52	535	25	12
+	Безопасность жизнедеятельности		3			3	3	108	108	10	94	4	
+	Русский язык и культура речи		3			2	2	72	72	8	60	4	2
+	Культурология		1			2	2	72	72	12	56	4	4
+	Политология и социология	3				3	3	108	108	12	87	9	4
+	Физическая культура		2			2	2	72	72	10	58	4	
Вариативная часть						100	100	3928	3928	426	3291	211	94
+	Психология и педагогика	2				4	4	144	144	16	119	9	4
+	Математика	1				3	3	108	108	12	87	9	4

Курс 4																								
-		Сессия 1							Сессия 2							Сессия 3								
з.е. на курсе	Лек	Лаб	Пр	КНИР	СР	КРНП	Конт роль	Формы контр.	Лек	Лаб	Пр	КНИР	СР	КРНП	Конт роль	Формы контр.	Лек	Лаб	Пр	КНИР	СР	КРНП	Конт роль	Формы контр.
52									42		72		943		59		28		46		625		57	
18									12		20		275		17		12		18		267		27	
3																	4		6		89		9	э
3									4		6		89		9	э								
6									4		8		92		4	э	4		6		89		9	э
3																	4		6		89		9	э
3									4		6		94		4	э								
34									30		52		668		42		16		28		358		30	

-	-	Форма контроля				з.е.		Итого акад.часов					
		Экзамен	Зачет	Зачет с оц.	КР	Экспертное	Факт	Экспертное	По плану	Конт. раб.	СР	Конт роль	Интер часы
+	Технология спортивной тренировки в избранном виде спорта	4	4	3		8	8	288	288	28	243	17	<u>6</u>
+	Повышение профессионального мастерства	5	223344			17	17	612	612	52	527	33	<u>10</u>
+	Спортивная метрология		4			2	2	72	72	10	58	4	<u>2</u>
+	Основы антидопингового обеспечения		3			2	2	72	72	10	58	4	<u>2</u>
+	Спортивная биохимия		3			2	2	72	72	10	58	4	<u>2</u>
+	Физиология спорта	3				3	3	108	108	14	85	9	<u>4</u>
+	Информационные технологии в спорте		5			3	3	108	108	10	94	4	<u>2</u>
+	Научно-методическая деятельность в спорте		3			3	3	108	108	10	94	4	<u>2</u>
+	Теория спорта	4				3	3	108	108	14	85	9	<u>4</u>
+	Спортивная психология		4			2	2	72	72	10	58	4	<u>2</u>
+	Спортивная медицина		4			3	3	108	108	10	94	4	<u>2</u>
+	Теория и методика физического воспитания в дошкольных учреждениях		2			2	2	72	72	10	58	4	<u>2</u>
+	Лечебная физическая культура		5			3	3	108	108	16	88	4	<u>4</u>
+	Профилактика антисоциальных явлений		5			2	2	72	72	8	60	4	<u>2</u>
+	Дисциплины по выбору Б1.В.ДВ.1		4			2	2	72	72	10	58	4	<u>2</u>
+	Деловой русский язык		4			2	2	72	72	10	58	4	<u>2</u>
-	Делопроизводство		4			2	2	72	72	10	58	4	<u>2</u>
+	Дисциплины по выбору Б1.В.ДВ.2		4			3	3	108	108	10	94	4	<u>2</u>
+	Психолого-педагогическая диагностика личности		4			3	3	108	108	10	94	4	<u>2</u>
-	Современные проблемы массовой физической культуры, рекреации и спорта		4			3	3	108	108	10	94	4	<u>2</u>
-	Психофизиология		4			3	3	108	108	10	94	4	<u>2</u>
+	Дисциплины по выбору Б1.В.ДВ.3	5				4	4	144	144	14	121	9	<u>2</u>
+	Организация и проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий	5				4	4	144	144	14	121	9	<u>2</u>
-	Организация и проведение спортивных мероприятий	5				4	4	144	144	14	121	9	<u>2</u>
-	Организация и проведение занятий танцевальной направленности в фитнес-индустрии	5				4	4	144	144	14	121	9	<u>2</u>
+	Дисциплины по выбору Б1.В.ДВ.4	5				4	4	144	144	28	107	9	<u>6</u>
+	Спортивный массаж	5				4	4	144	144	28	107	9	<u>6</u>
-	Лечебный массаж	5				4	4	144	144	28	107	9	<u>6</u>
+	Дисциплины по выбору Б1.В.ДВ.5	5				3	3	108	108	16	83	9	<u>4</u>
+	Планирование тренировочного процесса в циклических видах спорта	5				3	3	108	108	16	83	9	<u>4</u>
-	Планирование тренировочного процесса в единоборствах	5				3	3	108	108	16	83	9	<u>4</u>
-	Планирование тренировочного процесса в спортивных играх	5				3	3	108	108	16	83	9	<u>4</u>
+	Дисциплины по выбору Б1.В.ДВ.6		5			3	3	108	108	16	88	4	<u>4</u>
+	Основы организации и проведения судейства соревнований по циклическим видам спорта		5			3	3	108	108	16	88	4	<u>4</u>
-	Основы организации и проведения судейства соревнований по единоборствам		5			3	3	108	108	16	88	4	<u>4</u>

Курс 5																									
Сессия 1									Сессия 2									Сессия 3							Компетенции
з.е. на курсе	Лек	Лаб	Пр	КНИР	СР	КРНП	Конт роль	Формы контр.	Лек	Лаб	Пр	КНИР	СР	КРНП	Конт роль	Формы контр.	Лек	Лаб	Пр	КНИР	СР	КРНП	Конт роль	Формы контр.	
																									ОПК-3; ОПК-5; ОПК-11; ПК-2; ПК-5; ПК-8; ПК-12; ПК-13
3									2		8		89		9	э									ОК-7; ОК-8; ОПК-2; ОПК-4; ПК-5; ПК-14; ПК-15
																									ОПК-11; ПК-10; ПК-29; ПК-30
																									ОК-4; ПК-9
																									ОПК-1; ОПК-5; ОПК-11; ПК-8; ПК-10; ПК-15
																									ОПК-1; ОПК-5; ОПК-11; ПК-8; ПК-10; ПК-13; ПК-15
3									2		8		94		4	э									ОПК-8; ОПК-13; ПК-29
																									ОПК-5; ОПК-11; ПК-10; ПК-15; ПК-28; ПК-29; ПК-30
																									ОПК-2; ОПК-9; ПК-2; ПК-3; ПК-8; ПК-11
																									ОПК-10; ПК-8
																									ОК-9; ОПК-7; ПК-8; ПК-10; ПК-12; ПК-15
																									ОПК-6; ПК-4
3									4		12		88		4	э									ПК-5; ПК-12
2																	2		6		60		4	э	ОК-4; ОПК-10; ОПК-12; ПК-6
																									ОК-5; ПК-3; ПК-29
																									ОК-5; ПК-3; ПК-29
																									ОК-5; ПК-3; ПК-29
																									ОПК-1; ОПК-12; ПК-1; ПК-6; ПК-15
																									ОПК-1; ОПК-12; ПК-1; ПК-6; ПК-15
																									ОПК-12; ПК-1; ПК-6; ПК-11; ПК-15
																									ОПК-1; ОПК-12; ПК-6; ПК-15
4									4		10		121		9	э									ОПК-6; ПК-6
4									4		10		121		9	э									ОПК-6; ПК-6
4									4		10		121		9	э									ОПК-6; ПК-6
4									4		10		121		9	э									ОПК-6; ПК-4; ПК-6
4									4		24		107		9	э									ПК-12
4									4		24		107		9	э									ПК-12
4									4		24		107		9	э									ПК-12
3																	4		12		83		9	э	ОПК-3; ОПК-9; ПК-3; ПК-5; ПК-10; ПК-11
3																	4		12		83		9	э	ОПК-3; ОПК-9; ПК-3; ПК-5; ПК-10; ПК-11
3																	4		12		83		9	э	ОПК-3; ОПК-9; ПК-3; ПК-5; ПК-10; ПК-11
3																	4		12		83		9	э	ОПК-3; ОПК-9; ПК-3; ПК-5; ПК-10; ПК-11
3																	4		12		88		4	э	ОПК-8; ПК-9
3																	4		12		88		4	э	ОПК-8; ПК-9
3																	4		12		88		4	э	ОПК-8; ПК-9

-	-	Форма контроля				з.е.		Итого акад.часов					
		Экзамен	Зачет	Зачет с оц.	КР	Экспертное	Факт	Экспертное	По плану	Конт. раб.	СР	Контроль	Интер часы
-	Основы организации и проведения судейства соревнований по спортивным играм		5			3	3	108	108	16	88	4	4
+	Дисциплины по выбору Б1.В.ДВ.7		5			3	3	108	108	14	90	4	4
+	Управление и организация работы в сфере физической культуры и спорта		5			3	3	108	108	14	90	4	4
-	Управление и организация работы в спортивных школах и производственных коллективах		5			3	3	108	108	14	90	4	4
+	Дисциплины по выбору Б1.В.ДВ.08		5			3	3	108	108	12	92	4	4
+	Функциональные состояния организма спортсменов		5			3	3	108	108	12	92	4	4
-	Экстремальные и патологические состояния в спорте		5			3	3	108	108	12	92	4	4
+	Дисциплины по выбору Б1.В.ДВ.09	4				5	5	180	180	16	155	9	4
-	Комплексный контроль и научная деятельность в физическом воспитании	4				5	5	180	180	16	155	9	4
-	Комплексный контроль и научная деятельность в единоборствах	4				5	5	180	180	16	155	9	4
-	Комплексный контроль и научная деятельность в спортивных играх	4				5	5	180	180	16	155	9	4
+	Комплексный контроль и научная деятельность в циклических видах спорта	4				5	5	180	180	16	155	9	4
+	Дисциплины по выбору Б1.В.ДВ.10	4				4	4	144	144	10	125	9	2
+	Физиологические основы восстановления в спорте и профилактика травматизма	4				4	4	144	144	10	125	9	2
-	Медико-биологические подходы к восстановлению в спорте	4				4	4	144	144	10	125	9	2
-	Спортивная морфология	4				4	4	144	144	10	125	9	2
+	Дисциплины по выбору Б1.В.ДВ.11		4			2	2	72	72	8	60	4	2
+	Спортивные сооружения и экипировка		4			2	2	72	72	8	60	4	2
-	Основные спортивные сооружения		4			2	2	72	72	8	60	4	2
+	Дисциплины по выбору Б1.В.ДВ.12		5			2	2	72	72	12	56	4	4
+	Построение тренировочного процесса в юношеском спорте		5			2	2	72	72	12	56	4	4
-	Основы юношеского спорта		5			2	2	72	72	12	56	4	4
+	Элективные курсы по физической культуре		223					328	328	20	296	12	
+	Прикладная физическая культура		223					328	328	20	296	12	
-	Адаптивная физическая культура		223					328	328	20	296	12	
Блок 2.Практики						15	15	540	540	30	498	12	
Вариативная часть						15	15	540	540	30	498	12	
+	Учебная практика (практика по получению первичных профессиональных умений и навыков)			4		6	6	216	216	12	200	4	
+	Производственная практика (практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности)			5		6	6	216	216	12	200	4	
+	Преддипломная практика			5		3	3	108	108	6	98	4	
Блок 3.Государственная итоговая аттестация						9	9	324	324	36	288		
Базовая часть						9	9	324	324	36	288		

-	-	Форма контроля				з.е.		Итого акад.часов					
		Экзамен	Зачет	Зачет с оц.	КР	Экспертное	Факт	Экспертное	По плану	Конт. раб.	СР	Конт роль	Интер часы
+	Защита выпускной квалификационной работы, включая подготовку к процедуре защиты и процедуру защиты					6	6	216	216	30	186		
+	Подготовка и сдача государственного экзамена					3	3	108	108	6	102		
ФТД.Факультативы						6	6	216	216	30	174	12	
Вариативная часть						6	6	216	216	30	174	12	
+	Организация и проведение физкультурных занятий в дошкольном учреждении		4			2	2	72	72	8	60	4	
+	Основы информационно-библиографической культуры		3			2	2	72	72	12	56	4	
+	Основы здорового образа жизни		2			2	2	72	72	10	58	4	

Курс 2																									
-	Сессия 1								Сессия 2								Сессия 3								
з.е. на курсе	Лек	Лаб	Пр	КНИР	СР	КРНП	Конт роль	Формы контр.	Лек	Лаб	Пр	КНИР	СР	КРНП	Конт роль	Формы контр.	Лек	Лаб	Пр	КНИР	СР	КРНП	Конт роль	Формы контр.	
2																	2		8		58		4		
2																	2		8		58		4		
2																	2		8		58		4		3

Курс 5																									-
-	Сессия 1								Сессия 2								Сессия 3								-
з.е. на курсе	Лек	Лаб	Пр	КНИР	СР	КРНП	Конт роль	Формы контр.	Лек	Лаб	Пр	КНИР	СР	КРНП	Конт роль	Формы контр.	Лек	Лаб	Пр	КНИР	СР	КРНП	Конт роль	Формы контр.	Компетенции
6																				30	186				ОК-1; ОК-2; ОК-3; ОК-4; ОК-5; ОК-6; ОК-7; ОК-8; ОК-9; ОПК-1; ОПК-2; ОПК-3; ОПК-4; ОПК-5; ОПК-6; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-9; ОПК-10; ОПК-11; ОПК-12; ОПК-13; ПК-1; ПК-2; ПК-3; ПК-4; ПК-5; ПК-6; ПК-7; ПК-8; ПК-9; ПК-10; ПК-11; ПК-12; ПК-13; ПК-14; ПК-15; ПК-28; ПК-29; ПК-30
3																	6								ОК-1; ОК-2; ОК-3; ОК-4; ОК-5; ОК-6; ОК-7; ОК-8; ОК-9; ОПК-1; ОПК-2; ОПК-3; ОПК-4; ОПК-5; ОПК-6; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-9; ОПК-10; ОПК-11; ОПК-12; ОПК-13; ПК-1; ПК-2; ПК-3; ПК-4; ПК-5; ПК-6; ПК-7; ПК-8; ПК-9; ПК-10; ПК-11; ПК-12; ПК-13; ПК-14; ПК-15; ПК-28; ПК-29; ПК-30
																									ОК-6; ОПК-6; ОПК-9; ПК-4
																									ОПК-13; ПК-28
																									ОПК-6; ОПК-10; ОПК-12; ПК-6; ПК-12