

**Контрольный
экземпляр**

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФГАОУ ВО "Северный (Арктический) федеральный университет имени М.В. Ломоносова"
Высшая школа психологии и педагогического образования

УТВЕРЖДАЮ

РАБОЧИЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН

подготовки бакалавров



[Signature]
Ректор Кудряшова Е.В.
2016 г.

План одобрен Ученым советом вуза
Протокол № 9 от 22.09.16

49.03.01

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Кафедра: 101

Квалификация: бакалавр
Программа подготовки: академ. бакалавриат
Форма обучения: очная
Срок обучения: 4г
Виды деятельности
- педагогическая
- тренерская

Год начала подготовки 2017

Образовательный стандарт 935

07.08.2014

СОГЛАСОВАНО

Проректор по УМР _____ / Коршунов А.А./

Начальник учебного управления _____ / Чуркина Ю.В./

Директор высшей школы _____ / Флотская Н.Ю./

Зав. кафедрой _____ / Румянцева О.А./

№	Индекс	Наименование	Семестр 1										Семестр 2										Итого за курс										Каф.	Семестры			
			Контроль	Часов						ЗЕТ	Неделя	Контроль	Часов						ЗЕТ	Неделя	Контроль	Часов						ЗЕТ	Неделя								
				Всего	Контакт.р.(по уч.зан.)			СРС	Контр оль				Всего	Контакт.р.(по уч.зан.)			СРС	Контр оль				Всего	Контакт.р.(по уч.зан.)			СРС	Контр оль			Всего							
					Всего	Лек	Лаб							Пр	Всего	Лек							Лаб	Пр	Всего						Лек	Лаб			Пр		
ИТОГО				1144							30	22		1180							31	23		2324						61	45						
ИТОГО по ООП (без факультативов)				1144							30			1144							30			2288						60							
УЧЕБНАЯ НАГРУЗКА, (час/нед)	ООП, факультативы (в период ТО)			53,2										52										53													
	ООП, факультативы (в период экз. сес.)			45										36										41													
	Аудиторная (ООП - физ.к.) (чистое ТО)			22,3										18,9										21													
	Ауд. (ООП - физ.к.) с расср. практ. и НИ			22,3										18,9										21													
Аудиторная (физ.к.)			3,4										3										3														
ДИСЦИПЛИНЫ			(□)	□ 44						□ 27		ТО: 19□		□ 62							□ 18		ТО: 22□		□ 106				□ 45	ТО: 41□							
			(Предельное)	1188						162				ТО*: 19□	1242								54		ТО*: 22□	2430			216	ТО*: 41□							
			(План)	1144	486	136	122	228	523	135	30		Э: 3	1180	496	108	146	242	648	36	31		Э: 1	2324	982	244	268	470	##	171	61	Э: 4					
1	Б1.Б.1	История. История Русского Севера и Арктики	За	108	42	24	18	66		3													За	108	42	24	18	66		3	96	1					
2	Б1.Б.2	Философия	Экз Эс	108	42	24	18	30	36	3													Экз Эс	108	42	24	18	30	36	3	51	1					
3	Б1.Б.6	Основы естественнонаучных знаний	За К	108	42	18	24	66		3													За К	108	42	18	24	66		3	84	1					
4	Б1.Б.7	Модуль языковой подготовки											За К	180	64		64	116		5			За К	180	64		64	116		5		23					
5	Б1.Б.7.1	Иностранный язык											За К	180	64		64	116		5			За К	180	64		64	116		5		63	23				
6	Б1.Б.8	Модуль культура здоровья и основы безопасности жизнедеятельности											За(3)	216	84	30	54	132		6			За(3)	216	84	30	54	132		6		2					
7	Б1.Б.8.1	Физическая культура и спорт. Здоровьесбережение в условиях Крайнего Севера											За	72	28	10	18	44		2			За	72	28	10	18	44		2		101	2				
8	Б1.Б.8.2	Безопасность жизнедеятельности											За	72	28	10	18	44		2			За	72	28	10	18	44		2		114	2				
9	Б1.Б.8.3	Анатомия и физиология человека											За	72	28	10	18	44		2			За	72	28	10	18	44		2		114	2				
10	Б1.Б.9	Обучение базовым видам спорта	За Реф	108	42	4	34	4	66	3			За(2) Реф(2)	216	84	10	66	8	132		6		За(3) Реф(3)	324	126	14	100	12	198		9		1234567				
11	Б1.Б.9.3	Спортивные игры											За Реф	108	42	4	34	4	66		3		За Реф	108	42	4	34	4	66		3		101	24567			
12	Б1.Б.9.4	Легкая атлетика	За Реф	108	42	4	34	4	66	3			За Реф	108	42	6	32	4	66		3		За(2) Реф(2)	216	84	10	66	8	132		6		101	123			
13	Б1.Б.13	Единые для направлений подготовки	Экз(2) К	252	98	38	26	34	91	63	7		За Реф	144	56	20	26	10	88		4		Экз(2) За К Реф	396	154	58	52	44	179	63	11		123458				
14	Б1.Б.13.1	Педагогика и психология	Экз	108	42	18	24	30	36	3													Экз	108	42	18	24	30	36	3		107	1				
15	Б1.Б.13.2	Анатомия человека	Экз К	144	56	20	26	10	61	27	4												Экз К	144	56	20	26	10	61	27	4		114	1			
16	Б1.Б.13.3	Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности											За Реф	144	56	20	26	10	88		4		За Реф	144	56	20	26	10	88		4		114	2			
17	Б1.В.ОД.2	Коммуникация в поликультурном пространстве / Русский язык в межличностном и межкультурном взаимодействии	Экз К(2)	180	72	18	54	72	36	5													Экз К(2)	180	72	18	54	72	36	5		76	1				
18	Б1.В.ОД.9	Единые для направлений подготовки	За Реф	108	42	10	20	12	66	3													За Реф	108	42	10	20	12	66		3		13567				
19	Б1.В.ОД.9.4	Введение в профессиональную деятельность	За Реф	108	42	10	20	12	66	3													За Реф	108	42	10	20	12	66		3		101	1			
20	Б1.В.ОД.10	Повышение профессионального мастерства	Реф	108	42	42		66		3			За Реф	108	42	42		66		3			За Реф(2)	216	84	84		132		6		101	12345678				
21		Прикладная физическая культура и спорт	За	64	64		64						За	64	64		64						За(2)	128	128		128					101	123456				
22	Б1.В.ДВ.1.1	Спортивные сооружения и экипировка	Экз Реф	108	42	20	12	10	48	18	3		Экз Реф	108	42	20	12	10	48	18	3		Экз Реф	108	42	20	12	10	48	18	3		101	2			
23	Б1.В.ДВ.1.2	Материально-техническое обеспечение спортивных объектов											Экз Реф	108	42	20	12	10	48	18	3		Экз Реф	108	42	20	12	10	48	18	3		101	2			
24	Б1.В.ДВ.12.1	История ФК и С											Экз Реф	108	42	20	22	48	18	3			Экз Реф	108	42	20	22	48	18	3		114	2				
25	Б1.В.ДВ.12.2	История ФК Архангельской области	Экз Реф	108	42	20	22	48	18	3			Экз Реф	108	42	20	22	48	18	3			Экз Реф	108	42	20	22	48	18	3		114	2				
26	ФТД.1	Общеуниверситетский факультатив	За	36	18	8	10	18		1			За	36	18	8	10	18		1			За	36	18	8	10	18		1		101	2				
ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ ФОРМЫ КОНТРОЛЯ			Экз(4) За(4) К(4) Реф(3) Эс										Экз(2) За(8) К Реф(6)										Экз(6) За(12) К(5) Реф(9) Эс														
ГОСУДАРСТВЕННАЯ ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ																																					
КАНИКУЛЫ																																	2	5	7		

№	Индекс	Наименование	Семестр 3										Семестр 4										Итого за курс										Каф.	Семестры	
			Контроль	Часов						ЗЕТ	Неделя	Контроль	Часов						ЗЕТ	Неделя	Контроль	Часов						ЗЕТ	Неделя						
				Всего	Контакт.р.(по уч.зан.)			СРС	Контр оль				Всего	Контакт.р.(по уч.зан.)			СРС	Контр оль				Всего	Контакт.р.(по уч.зан.)			СРС	Контр оль			Всего					
					Всего	Лек	Лаб							Пр	Всего	Лек							Лаб	Пр	Всего						Лек	Лаб			Пр
ИТОГО				1144							30	22		1144							30	22		2 288						60	44				
ИТОГО по ООП (без факультативов)				1144							30			1144							30			2 288					60						
УЧЕБНАЯ НАГРУЗКА, (час/нед)	ООП, факультативы (в период ТО)			53,2										53,6										54											
	ООП, факультативы (в период экз. сес.)			45										36										41											
	Аудиторная (ООП - физ.к.) (чистое ТО)			22										19,5										21											
	Ауд. (ООП - физ.к.) с расср. практ. и НИ			22										19,5										21											
Аудиторная (физ.к.)			3,4										3,6										4												
ДИСЦИПЛИНЫ			(□)	□ 44							□ 27	ТО: 19□		□ 44							□ 36	ТО: 18□		□ 88					□ 63	ТО: 37□					
			(Предельное)	1188							162	ТО*: 19□	1080								108	ТО*: 18□	2 268					270	ТО*: 37□						
			(План)	1144	482	130	152	200	527	135	30	Э: 3	1036	414	76	228	110	550	72	27	Э: 2	2 180	896	206	380	310	##	207	57	Э: 5					
1	Б1.Б.3	Экономическая теория	Экз К	108	42	24		18	39	27	3												Экз К	108	42	24		18	39	27	3		45	3	
2	Б1.Б.4	Основы правовых знаний											За	108	42	24		18	66		3		За	108	42	24		18	66		3		62	4	
3	Б1.Б.5	Информационные технологии											За К	108	42	18	24		66		3		За К	108	42	18	24		66		3		91	4	
4	Б1.Б.7	Модуль языковой подготовки	Экз К	180	64			64	80	36	5												Экз К	180	64			64	80	36	5			23	
5	Б1.Б.7.1	Иностранный язык	Экз К	180	64			64	80	36	5												Экз К	180	64			64	80	36	5			63	23
6	Б1.Б.9	Обучение базовым видам спорта	Экз(2) К(2)	216	84	20	48	16	87	45	6		Экз За К Реф	216	84	10	66	8	105	27	6		Экз(3) За К(3) Реф	432	168	30	114	24	192	72	12			1234567	
7	Б1.Б.9.2	Гимнастика	Экз К	108	42	10	24	8	48	18	3												Экз К	108	42	10	24	8	48	18	3			114	3
8	Б1.Б.9.3	Спортивные игры											За Реф	108	42	4	34	4	66		3		За Реф	108	42	4	34	4	66		3			101	24567
9	Б1.Б.9.4	Легкая атлетика	Экз К	108	42	10	24	8	39	27	3												Экз К	108	42	10	24	8	39	27	3			101	123
10	Б1.Б.9.5	Лыжный спорт											Экз К	108	42	6	32	4	39	27	3		Экз К	108	42	6	32	4	39	27	3			101	4
11	Б1.Б.13	Единые для направлений подготовки	За Реф	108	42	20	10	12	66		3		За Реф	108	42	12	20	10	66		3		За(2) Реф(2)	216	84	32	30	22	132		6			123458	
12	Б1.Б.13.4	Биохимия двигательной деятельности	За Реф	108	42	20	10	12	66		3												За Реф	108	42	20	10	12	66		3			89	3
13	Б1.Б.13.5	Теория и методика физической культуры и спорта											За Реф	108	42	12	20	10	66		3		За Реф	108	42	12	20	10	66		3			114	45
14	Б1.В.ОД.1	Модуль языковой подготовки											За К	108	36		36		72		3		За К	108	36		36		72		3			45	
15	Б1.В.ОД.1.1	Иностранный язык в профессиональной сфере											За К	108	36		36		72		3		За К	108	36		36		72		3			63	45
16	Б1.В.ОД.3	Модуль проектный	За К	108	44	32		12	64		3		Экз КП	108	20		20		61	27	3		Экз За КП К	216	64	32	20	12	125	27	6			346	
17	Б1.В.ОД.3.1	Введение в проектную деятельность	За К	108	44	32		12	64		3												За К	108	44	32		12	64		3			101	3
18	Б1.В.ОД.3.2	Проекты											Экз КП	108	20		20		61	27	3		Экз КП	108	20		20		61	27	3			101	46
19	Б1.В.ОД.4	Спортивная метрология	За Реф	108	42	16	26		66		3												За Реф	108	42	16	26		66		3			101	3
20	Б1.В.ОД.9	Единые для направлений подготовки	Экз К	108	42	18	10	14	39	27	3												Экз К	108	42	18	10	14	39	27	3			13567	
21	Б1.В.ОД.9.1	Физиология человека	Экз К	108	42	18	10	14	39	27	3												Экз К	108	42	18	10	14	39	27	3			114	3
22	Б1.В.ОД.10	Повышение профессионального мастерства	За Реф	144	58		58		86		4		За Реф	108	42		42		66		3		За(2) Реф(2)	252	100		100		152		7			101	12345678
23		Прикладная физическая культура и спорт	За	64	64			64					За	64	64			64					За(2)	128	128			128						101	123456
24	Б1.В.ДВ.2.1	Физиология ФСД											Экз К	108	42	12	20	10	48	18	3		Экз К	108	42	12	20	10	48	18	3			114	4
25	Б1.В.ДВ.2.2	Спортивная физиология											Экз К	108	42	12	20	10	48	18	3		Экз К	108	42	12	20	10	48	18	3			114	4
ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ ФОРМЫ КОНТРОЛЯ			Экз(5) За(4) К(6) Реф(3)										Экз(3) За(6) КП К(4) Реф(3)										Экз(8) За(10) КП К(10) Реф(6)												
УЧЕБНАЯ ПРАКТИКА			(План)											108							3	2		108						3	2				
Учебная практика по получению первичных профессиональных умений и навыков													ЗаО	108							3	2	ЗаО	108						3	2			4	
ГОСУДАРСТВЕННАЯ ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ																																			
КАНИКУЛЫ											2										6									8					

№	Индекс	Наименование	Семестр 7										Семестр 8										Итого за курс										Каф.	Семестры			
			Контроль	Часов							ЗЕТ	Неделя	Контроль	Часов							ЗЕТ	Неделя	Контроль	Часов							ЗЕТ	Неделя					
				Всего	Контакт.р.(по уч.зан.)					СРС				Контр оль	Всего	Контакт.р.(по уч.зан.)								СРС	Контр оль	Всего	Контакт.р.(по уч.зан.)								СРС	Контр оль	
					Всего	Лек	Лаб	Пр	СРС							Всего	Лек	Лаб	Пр	СРС							Всего	Лек	Лаб	Пр							СРС
ИТОГО				1080								30	21		864								30	22		1944							60	43			
ИТОГО по ООП (без факультативов)				1080								30			864								30			1944						60					
УЧЕБНАЯ НАГРУЗКА, (час/нед)	ООП, факультативы (в период ТО)			51,6											48,9											50											
	ООП, факультативы (в период экз. сес.)			45											36											41											
	Аудиторная (ООП - физ.к.) (чистое ТО)			22,6											21,3											22											
	Ауд. (ООП - физ.к.) с расср. практ. и НИ			22,6											21,3											22											
Аудиторная (физ.к.)																																					
ДИСЦИПЛИНЫ			(□)	□ 54							□ 18		ТО: 15□		□ 108							□ 36		ТО: 14□		□ 162					□ 54		ТО: 29□				
			(Предельное)	918							108		ТО*: 15□		864							108		ТО*: 14□		1782				216		ТО*: 29□					
			(План)	864	338	92	176	70	436	90	24		Э: 2		756	298	102	96	100	386	72	21		Э: 2		1620	636	194	272	170	822	162	45				
1	Б1.Б.9	Обучение базовым видам спорта	Экз К	108	42	10	24	8	48	18	3														Экз К	108	42	10	24	8	48	18	3		1234567		
2	Б1.Б.9.3	Спортивные игры	Экз К	108	42	10	24	8	48	18	3														Экз К	108	42	10	24	8	48	18	3		101 24567		
3	Б1.Б.12	Теория и методика избранного вида спорта	Экз К	108	42	16	16	10	48	18	3														Экз К	108	42	16	16	10	48	18	3		101 67		
4	Б1.Б.13	Единые для направлений подготовки												Экз К	108	42	20	10	12	48	18	3			Экз К	108	42	20	10	12	48	18	3		123458		
5	Б1.Б.13.6	Биомеханика двигательной деятельности												Экз К	108	42	20	10	12	48	18	3			Экз К	108	42	20	10	12	48	18	3		101 8		
6	Б1.В.ОД.7	Комплексный контроль в спорте	За Реф	108	42	10	24	8	66		3														За Реф	108	42	10	24	8	66		3		114 7		
7	Б1.В.ОД.8	Спортивный отбор и прогнозирование результатов												За Реф	108	42	10	24	8	66		3			За Реф	108	42	10	24	8	66		3		101 8		
8	Б1.В.ОД.9	Единые для направлений подготовки	За Реф	108	42	10	24	8	66		3														За Реф	108	42	10	24	8	66		3		13567		
9	Б1.В.ОД.9.5	Организация спортивно-массовых мероприятий	За Реф	108	42	10	24	8	66		3														За Реф	108	42	10	24	8	66		3		114 7		
10	Б1.В.ОД.10	Повышение профессионального мастерства	За Реф	108	42		42		66		3			Экз К	180	72	20	36	16	72	36	5			Экз За К Реф	288	114	20	78	16	138	36	8		101 12345678		
11	Б1.В.ДВ.6.1	Основы детско-юношеского спорта	Экз Реф	108	42	16	14	12	48	18	3														Экз Реф	108	42	16	14	12	48	18	3		114 7		
12	Б1.В.ДВ.6.2	Система спортивного отбора	Экз Реф	108	42	16	14	12	48	18	3														Экз Реф	108	42	16	14	12	48	18	3		114 7		
13	Б1.В.ДВ.7.1	Психология физической культуры	Экз К	108	42	18		24	30	36	3														Экз К	108	42	18		24	30	36	3		114 7		
14	Б1.В.ДВ.7.2	Психология спорта	Экз К	108	42	18		24	30	36	3														Экз К	108	42	18		24	30	36	3		114 7		
15	Б1.В.ДВ.8.1	Методы математической статистики	За К	108	44	12	32		64		3														За К	108	44	12	32		64		3		82 7		
16	Б1.В.ДВ.8.2	Основы математической обработки информации	За К	108	44	12	32		64		3														За К	108	44	12	32		64		3		82 7		
17	Б1.В.ДВ.9.1	Психология детского спорта												За Реф	144	56	20	26	10	88		4			За Реф	144	56	20	26	10	88		4		114 8		
18	Б1.В.ДВ.9.2	Психологический тренинг спортсмена												За Реф	144	56	20	26	10	88		4			За Реф	144	56	20	26	10	88		4		114 8		
19	Б1.В.ДВ.10.1	Правовые основы ФК и С												Экз К	108	42	20		22	48	18	3			Экз К	108	42	20		22	48	18	3		101 8		
20	Б1.В.ДВ.10.2	Нормативно-правовые основы ФК												Экз К	108	42	20		22	48	18	3			Экз К	108	42	20		22	48	18	3		101 8		
21	Б1.В.ДВ.11.1	Основы делового общения												За	108	44	12		32	64		3			За	108	44	12		32	64		3		76 8		
22	Б1.В.ДВ.11.2	Конфликтология												За	108	44	12		32	64		3			За	108	44	12		32	64		3		107 8		
23	Б1.В.ДВ.11.3	Толерантность												За	108	44	12		32	64		3			За	108	44	12		32	64		3		84 8		
24	Б1.В.ДВ.11.4	Профессиональная этика												За	108	44	12		32	64		3			За	108	44	12		32	64		3		51 8		
ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ ФОРМЫ КОНТРОЛЯ				Экз(4) За(4) К(4) Реф(4)											Экз(3) За(3) К(3) Реф(2)											Экз(7) За(7) К(7) Реф(6)											
ПРОИЗВОДСТВЕННАЯ ПРАКТИКА			(План)		216						6	4			108							3	2				324						9	6			
		Производственная практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности	ЗаО		216						6	4													ЗаО	216						6	4		7		
		Преддипломная практика												ЗаО	108							3	2			ЗаО	108					3	2		8		
ГОСУДАРСТВЕННАЯ ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ																						6	4								6	4					
КАНИКУЛЫ												3																				9					