

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН И КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Направление подготовки:	49.03.01 Физическая культура
Направленность (профиль):	Физкультурно-оздоровительные технологии
Присваиваемая квалификация:	Бакалавр
Срок получения образования:	4 года 6 месяцев
Форма обучения:	Заочная

Утверждено\* на заседании  
Ученого совета Тульского  
государственного университета,  
протокол №8  
от «28» января 2021 г.

Согласовано:

Проректор по УР

электронно

КОТОВ В.В.

«31» января 2023г.

Начальник УМУ

электронно

Моржов А.В.

«31» января 2023г.

Директор СО

ЭЛЕКТРОННО

Мельник М.С.

«31» января 2023г.

Зав. кафедрой ФОТ

электронно

Архипова С.А.

«31» января 2023г.

## I. Календарный учебный график

Курс	Месяцы и недели																																																			
	Сентябрь				Октябрь				Ноябрь				Декабрь				Январь				Февраль				Март				Апрель				Май				Июнь				Июль				Август							
	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	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	Э	Э	Э	=	=	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	Э	Э	Э	=	=	=	=	=	=		
II	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	Э	Э	Э	=	=	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	Э	Э	Э	П	П	=	=	=	=	=		
III	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	Э	Э	Э	=	=	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	Э	Э	П	П	П	П	=	=	=	=	=	
IV	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	Э	Э	Э	=	=	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	Э	Э	=	=	=	=	=	=	=	=			
V	П	П	П	П	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	

### Условные обозначения

Т	Учебные занятия по дисциплинам (модулям)
П	Учебный процесс по практикам, в том числе НИР (при наличии)
#	Учебные занятия по дисциплинам (модулям), чередуемые с учебным процессом по практикам, в том числе НИР (при наличии) (при дискретной форме проведения практики)
Э	Промежуточная аттестация по дисциплинам (модулям)
Г	Государственная итоговая аттестация
=	Каникулы

При расчете продолжительности обучения и каникул в указанную продолжительность не входят нерабочие праздничные дни. Образовательная деятельность по образовательной программе в нерабочие праздничные дни не осуществляется.

## II. Учебный план

Курс		I		II		III		IV		V		VI		VII	Итого
Семестр		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	
Блок 1 «Дисциплины (модули)»	Объем в зачетных единицах		30	27	27	27	28	20	27	18					204
	Учебные занятия	Продолжительность в неделях	20	17	20	17	19	16	19	16					144
	Промежуточная аттестация	Продолжительность в неделях	3	3	3	3	4	2	4	3					25
		Количество экзаменов	3	3	3	3	3	3	4	3					25
		Количество зачетов	5	2	4	3	3	4	1	3					25
		Количество дифференцированных зачетов	3	5	3	3	2		3						19
		Количество курсовых работ					2	2	2	1					7
Блок 2 «Практика»		Объем в зачетных единицах		3	3	3	3	9	3		6				30
		Продолжительность в неделях				2		4			4				10
Блок 3 «Государственная итоговая аттестация»		Объем в зачетных единицах									6				6
		Продолжительность в неделях									19				19
Каникулы		Продолжительность в неделях	2	7	2	5	2	5	2	8	3				36
Объем учебных занятий в форме контактной работы за семестр в академических часах			88	76	76	76	74	58	74	52					
Всего за семестр		Зачетных единиц	30	30	30	30	31	29	30	18	12				240
		Недель	25	27	25	27	25	27	25	27	26				234
Всего за учебный год		Зачетных единиц	60		60		60		48		12				240
		Недель	52		52		52		52		26				234

Индекс компонента ОПОП ВО	Наименование компонента ОПОП ВО	Кафедра	Семестр	Формы промежуточной аттестации	Общий объем в зачетных единицах	Общий объем в академических часах	Объем контактной работы в академических часах						Объем самостоятельной работы в академических часах
							ЛЗ	ПСЗ	ЛР	КЛПЗ	КНС	ПА	
<b>Б1</b>	<b>Блок 1 «Дисциплины (модули)»</b>				<b>204</b>	<b>7344</b>	<b>114</b>	<b>450</b>	<b>10</b>		<b>57</b>	<b>15,25</b>	<b>6697,75</b>
<b>Б1.Ч1</b>	<b>Обязательная часть ОПОП ВО</b>				<b>135</b>	<b>4860</b>	<b>86</b>	<b>282</b>	<b>10</b>		<b>39</b>	<b>10,65</b>	<b>4432,35</b>
Б1.Ч1.01	Иностранный язык	Ин.яз.	1	ЗЧ	2	72		6				0,1	65,9
			2	ДЗ	3	108		6				0,25	101,75
Б1.Ч1.02	История России	ИГиП	2	Э	3	108	2	6			2	0,25	97,75
Б1.Ч1.03	Всеобщая история	ИГиП	1	ЗЧ	2	72	2	6				0,1	63,9
Б1.Ч1.04	Философия	Философия	3	Э	3	108	2	6			2	0,25	97,75
Б1.Ч1.05	Безопасность жизнедеятельности	ОТиОС	7	ДЗ	3	108	4	6				0,25	97,75
Б1.Ч1.06	Физическая культура и спорт	ФОТ	1	ЗЧ	2	72	10					0,1	61,9
Б1.Ч1.07	Экономика	ГУиВЭД	1	ЗЧ	2	72	2	6				0,1	63,9
Б1.Ч1.08	Психология лидерства и командной работы	Психология	3	ДЗ	3	108	2	6				0,25	99,75
Б1.Ч1.09	Деловая коммуникация	ОДРИ	5	ЗЧ	2	72	2	6				0,1	63,9
Б1.Ч1.10	Социальные и политические институты и процессы в современном обществе	СиП	2	ДЗ	3	108	2	6				0,25	99,75
Б1.Ч1.11	Математика	ВММ	1	ДЗ	3	108	2	6				0,25	99,75
Б1.Ч1.12	Физика	Физика	2	ДЗ	2	72	2	6				0,25	63,75
Б1.Ч1.13	Химия	Химия	1	ДЗ	2	72	2	6				0,25	63,75
Б1.Ч1.14	Информатика	ВММ	1	Э	4	144	2	2	4		2	0,25	133,75
Б1.Ч1.15	Возрастная анатомия, физиология и гигиена	АФЧ	2	Э	4	144	2	8			2	0,25	131,75
Б1.Ч1.16	Биология с основами экологии	Биол.	1	Э	4	144	2	8			2	0,25	131,75
Б1.Ч1.17	Биохимия	БТ	2	Э	3	108	2	6			2	0,25	97,75
Б1.Ч1.18	Биомеханика	ФОТ	5	ДЗ	4	144	2	2	6			0,25	133,75
Б1.Ч1.19	Лечебная физическая культура и массаж	ФОТ	6	Э	3	108	2	6			2	0,25	97,75
			7	ЗЧ,КР	3	108	2	6			1	0,35	98,65
Б1.Ч1.20	История физической культуры	ФОТ	1	Э	4	144	2	6			2	0,25	133,75
Б1.Ч1.21	Теория и методика физической культуры	ФОТ	4	Э	4	144	2	8			2	0,25	131,75
			5	ДЗ,КР	4	144	2	8			1	0,5	132,5
Б1.Ч1.22	Психология физической культуры	ФОТ	7	Э	4	144	2	8			2	0,25	131,75
Б1.Ч1.23	Педагогика физической культуры	ФОТ	6	КР,Э	4	144	2	8			3	0,5	130,5
Б1.Ч1.24	Менеджмент и экономика физической культуры	ФОТ	5	Э	4	144	2	8			2	0,25	131,75
			6	ЗЧ	2	72	2	4				0,1	65,9
Б1.Ч1.25	Правовые основы в профессиональной деятельности	ФОТ	4	ЗЧ	3	108	2	6				0,1	99,9
Б1.Ч1.26	Теория и методика избранного вида спорта	ФОТ	5	Э	4	144	2	8			2	0,25	131,75
			6	ЗЧ	2	72	2	6				0,1	63,9
			7	ДЗ	4	144	2	8				0,25	133,75
Б1.Ч1.27	Лыжный спорт	ФОТ	2	ЗЧ	2	72		6				0,1	65,9
			3	ДЗ	2	72		6				0,25	65,75
Б1.Ч1.28	Гимнастика	ФОТ	2	ДЗ	3	108		6				0,25	101,75
			3	ЗЧ	2	72		6				0,1	65,9
Б1.Ч1.29	Легкая атлетика	ФОТ	2	ДЗ	2	72	2	6				0,25	63,75
			3	Э	3	108		6			2	0,25	99,75
Б1.Ч1.30	Плавание	ФОТ	6	ЗЧ	2	72	2	6				0,1	63,9
			7	ДЗ	2	72	2	6				0,25	63,75
Б1.Ч1.31	Подвижные игры	ФОТ	1	ЗЧ	2	72		6				0,1	65,9
Б1.Ч1.32	Спортивная медицина	ФОТ	5	КР,Э	4	144	2	8			3	0,5	130,5
Б1.Ч1.33	Информационные технологии в физкультурно-оздоровительной деятельности	ФОТ	6	КР,Э	4	144	2	8			3	0,5	130,5

Б1.Ч1.34	Управление проектной деятельностью и бизнес-планирование	ФиМ	4	Э	3	108	2	6			2	0,25	97,75
Б1.Ч1.35	Технологии самоорганизации и саморазвития личности	ТиМО	1	ДЗ	3	108	2	6				0,25	99,75
Б1.Ч1.36	Правоведение и противодействие коррупции	ГиПП	3	ЗЧ	2	72	2	6				0,1	63,9
Б1.Ч2	Часть ОПОП ВО, формируемая участниками образовательных отношений				69	2484	28	168			18	4,6	2265,4
Б1.Ч2.01	Дисциплина (модуль) по выбору												
Б1.Ч2.01.01	Спортивная метрология	ФОТ	4	Э	4	144	2	8			2	0,25	131,75
Б1.Ч2.01.02	Основы статистики	ФОТ	4	Э	4	144	2	8			2	0,25	131,75
Б1.Ч2.02	Дисциплина (модуль) по выбору												
Б1.Ч2.02.01	Спортивное ориентирование	ФОТ	3	ЗЧ	3	108	2	6				0,1	99,9
Б1.Ч2.02.02	Атлетическая гимнастика	ФОТ	3	ЗЧ	3	108	2	6				0,1	99,9
Б1.Ч2.03	Дисциплина (модуль) по выбору												
Б1.Ч2.03.01	Оздоровительно-реабилитационные технологии	ФОТ	8	КР,Э	5	180	2	10			3	0,5	164,5
Б1.Ч2.03.02	Физиологические основы нормирования физических нагрузок	ФОТ	8	КР,Э	5	180	2	10			3	0,5	164,5
Б1.Ч2.04	Основы рационального питания при занятиях физической культурой	ФОТ	8	ЗЧ	2	72	2	6				0,1	63,9
Б1.Ч2.05	Маркетинг физической культуры и спорта	ФОТ	4	ДЗ	4	144	2	8				0,25	133,75
Б1.Ч2.06	Туризм	ФОТ	3	ЗЧ	2	72		8				0,1	63,9
			4	ДЗ	2	72		8				0,25	63,75
Б1.Ч2.07	Оздоровительная аэробика	ФОТ	4	ЗЧ	2	72		6				0,1	65,9
Б1.Ч2.08	Теоретические основы физкультурно-оздоровительной деятельности	ФОТ	7	КР,Э	4	144	2	8			3	0,5	130,5
Б1.Ч2.09	Физкультурно-оздоровительные технологии	ФОТ	5	ЗЧ	3	108	2	6				0,1	99,9
Б1.Ч2.10	Адаптивная физическая культура	ФОТ	8	Э	3	108	2	6			2	0,25	97,75
Б1.Ч2.11	Основы физической реабилитации	ФОТ	3	ДЗ	4	144	2	8				0,25	133,75
Б1.Ч2.12	Организация контроля физкультурно-оздоровительной деятельности	ФОТ	4	ЗЧ	2	72	2	6				0,1	63,9
Б1.Ч2.13	Технические средства обучения физической культуре	ФОТ	8	ЗЧ	3	108	2	6				0,1	99,9
Б1.Ч2.14	Повышение профессионального мастерства	ФОТ	2	ЗЧ	2	72	2	6				0,1	63,9
			3	Э	3	108		8			2	0,25	97,75
			4	ДЗ	3	108		8				0,25	99,75
			5	ЗЧ	3	108		8				0,1	99,9
			6	ЗЧ	3	108		8				0,1	99,9
			7	Э	3	108		8			2	0,25	97,75
			8	Э	3	108		8			2	0,25	97,75
Б1.Ч2.15	Основы научно-методической деятельности	ФОТ	8	ЗЧ	2	72	2	6				0,1	63,9
Б1.Ч2.16	Физиология физкультурно-оздоровительной деятельности	ФОТ	7	Э	4	144	2	8			2	0,25	131,75
Индекс компонента ОПОП ВО	Наименование компонента ОПОП ВО	Кафедра	Семестр	Формы промежуточной аттестации	Общий объем в зачетных единицах	Продолжительность		Объем контактной работы в академических часах				Объем иных форм образовательной деятельности в академических часах	
						в неделях	в академических часах	Работа с руководителем практики от университета		Промежуточная аттестация			

Б2	Блок 2 «Практика»				30	12	1080	8	2	1070			
Б2.Ч1	Обязательная часть ОПОП ВО				9	2	324	2,25	0,75	321			
Б2.Ч1.УП	Учебная практика				9	2	324	2,25	0,75	321			
Б2.Ч1.УП.01	Ознакомительная практика	ФОТ	2	ДЗ	3	#	108	0,75	0,25	107			
Б2.Ч1.УП.02	Тренерская практика	ФОТ	3	ДЗ	3	#	108	0,75	0,25	107			
Б2.Ч1.УП.03	Организационная практика	ФОТ	4	ДЗ	3	2	108	0,75	0,25	107			
Б2.Ч2	Часть ОПОП ВО, формируемая участниками образовательных отношений				21	10	756	5,75	1,25	749			
Б2.Ч2.ПП	Производственная практика				21	10	756	5,75	1,25	749			
Б2.Ч2.ПП.01	Тренерская практика	ФОТ	5	ДЗ	3	2	108	0,75	0,25	107			
Б2.Ч2.ПП.02	Педагогическая практика	ФОТ	6	ДЗ	3	#	108	0,75	0,25	107			
Б2.Ч2.ПП.03	Профессионально-ориентированная практика	ФОТ	6	ДЗ	6	4	216	1,75	0,25	214			
Б2.Ч2.ПП.04	Организационная практика	ФОТ	7	ДЗ	3	#	108	0,75	0,25	107			
Б2.Ч2.ПП.05	Преддипломная практика	ФОТ	9	ДЗ	6	4	216	1,75	0,25	214			
Индекс компонента ОПОП ВО	Наименование компонента ОПОП ВО	Кафедра	Семестр	Формы ГИА	Общий объем в зачетных единицах	Продолжительность		Объем контактной работы в академических часах		Объем самостоятельной работы в академических часах			
						в неделях	в академических часах	Консультации	Государственные аттестационные испытания				
Б3	Блок 3 «Государственная итоговая аттестация»				6	19	216	10	0,5	205,5			
Б3.Ч1.01	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	ФОТ	9	Защита ВКР	6	19	216	10	0,5	205,5			
Индекс компонента ОПОП ВО	Наименование компонента ОПОП ВО	Кафедра	Семестр	Формы промежуточной аттестации	Общий объем в зачетных единицах	Общий объем в академических часах	Объем контактной работы в академических часах						Объем самостоятельной работы в академических часах
							ЛЗ	ПСЗ	ЛР	КЛПЗ	КНС	ПА	
ФДМ	Факультативные дисциплины (модули)				4	144	4					0,2	139,8
ФДМ.01	Валеология	АФЧ	1	ЗЧ	2	72	2					0,1	69,9
ФДМ.02	Введение в проектную деятельность	ФиМ	1	ЗЧ	2	72	2					0,1	69,9

### Примечания

- Фактические сроки начала и окончания каникул, периодов проведения учебных занятий по дисциплинам (модулям), промежуточных аттестаций, практик, ГИА и т.д. определяются приказом о графике учебного процесса на конкретный учебный год с учетом утвержденного производственного календаря и иных нормативных правовых и распорядительных актов.
- При реализации основной профессиональной образовательной программы используется понятие академического часа.
- Продолжительность академического часа составляет 45 минут.
- Объем зачетной единицы составляет 36 академических часов (27 астрономических часов).
- Все виды практик и клинические практические занятия (при наличии) организуются в форме практической подготовки обучающихся.
- В учебном плане используются следующие условные сокращения и обозначения: ОПОП ВО - основная профессиональная образовательная программа высшего образования; ЛЗ - лекционные занятия; ПСЗ - практические (семинарские) занятия; ЛР - лабораторные работы или лабораторные практикумы; КЛПЗ - клинические практические занятия; КНС - консультации; ПА - промежуточная аттестация; Э - экзамен; ЗЧ - зачет; ДЗ - дифференцированный зачет (зачет с оценкой); КР - защита курсовой работы; КП - защита курсового проекта; ГИА - государственная итоговая аттестация; ГЭ - государственный экзамен; ВКР - выпускная квалификационная работа; # - практика проводится в течение семестра и чередуется с учебными занятиями по дисциплинам (модулям), продолжительность практики исчисляется только в академических часах.

\* с учетом изменений и дополнений, внесенных в учебный план и календарный учебный график и утвержденных на заседаниях Ученого совета Тульского государственного университета:

- протокол №7 от 31 января 2023 года (в рамках ежегодного обновления образовательных программ)