


 8. ТВЕРЖДАЮ
 Проректор по учебной работе
 ФГБОУ ВО «СГУС»
 И.А. Дьячук
 «_____» _____ 2023 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

дополнительной профессиональной программы профессиональной подготовки «Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа с населением», реализуемой по профилю основной образовательной программы – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура»

№	Наименование учебных дисциплины	Трудоемкость, ч	Аудиторные занятия			Самостоятельная работа	Форма контроля	
			Всего	Лекции	Практ. и сем. занятия		зачет	экзамен
Базовые дисциплины								
1	Биомеханика	8	6	4	2	2	зачет	
2	Психолого-педагогические основы физической культуры и спорта	16	12	6	6	4	зачет	
3	Медико-биологические основы физической культуры и спорта	26	20	12	8	6	зачет	
4	Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности, спортивная медицина	28	24	14	10	4	зачет	
5	Нормативно-правовые и социально-экономические основы физической культуры и спорта	16	14	10	4	2	зачет	
6	Теория и методика физической культуры и спорта	16	14	6	8	2	зачет	
7	Основы здорового образа жизни	10	8	4	4	2	зачет	
8	Базовые виды спорта (гимнастика, легкая атлетика, спортивные и подвижные игры, плавание)	24	22	12	10	2	зачет	
9	Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО)	22	20	8	12	2	зачет	

Вариативные модули по выбору

10	МОДУЛЬ 1. Организация спортивно-массовой работы на предприятиях, в учреждениях	96	60	12	48	36		экзамен
10.1	Организация и проведение спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий	40	28	4	24	12		
10.2	Оздоровительная гимнастика во внерабочее время. Оздоровительная гимнастика для инвалидов	40	28	4	24	12		
10.3	Организация гимнастики на рабочем месте и активного отдыха в рабочее время	16	4	4	-	12		
11	МОДУЛЬ 2. Организация спортивно-массовой работы на спортивных сооружениях, в том числе на открытых/ закрытых спортивных площадках, а также в парках для лиц различных возрастных групп, в том числе старших возрастных групп	96	60	12	48	36		экзамен
11.1	Содержание занятий на спортивных сооружениях	40	28	4	24	12		
11.2	Возрастные особенности проведения занятий. Профилактика травматизма	40	28	4	24	12		
11.3	Содержание физкультурно-оздоровительных занятий. Физкультурно-оздоровительные занятия для инвалидов	16	4	4	-	12		
12	МОДУЛЬ 3. Организация спортивно-массовой работы в физкультурно-оздоровительных клубах и фитнес центрах для лиц различных возрастных групп, в том числе старших возрастных групп	96	60	12	48	36		экзамен
12.1	Физкультурно-оздоровительные клубы, фитнес центры, их виды деятельности	24	10	4	6	12		
12.2	Организация дополнительных спортивных и оздоровительных услуг для детей в физкультурно-оздоровительных клубах	30	20	4	16	12		
12.3	Современные виды оздоровительной гимнастики	42	30	4	26	12		
13	МОДУЛЬ 4. Организация спортивно-массовой работы специалистов центров тестирования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)	96	60	12	48	36		экзамен
13.1	Особенности работы стационарных площадок для ГТО	24	10	4	6	12		
13.2	Организация судейства соревнований комплекса ГТО	30	20	4	16	12		
13.3	Методика подготовки к выполнению нормативов ВФСК ГТО для лиц разного возраста. Подготовка инвалидов к ГТО	42	30	4	26	12		
14	МОДУЛЬ 5. Организация спортивно-массовой работы в школьном и студенческом спортивном клубе	96	60	12	48	36		экзамен
14.1	Организация и проведение спортивно-массовой работы для детей школьного возраста	-	-	4	24	12		
14.2	Организация и проведение спортивно-массовой работы для студентов	-	-	4	8	12		

14.3	Фитнес программы в повышении физического состояния и физической подготовленности школьников и студентов	-	-	4	16	12		
15	Практика	18	-	-	-	18	зачет	
16	Итоговая аттестация	20	8	-	8	12		Защита ИАР
Всего		300	208	88	120	92		

Согласовано:

Начальник учебно-методического управления

Декан факультета дополнительного образования



С.В. Девятилова

А.В. Мазурина