МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Уральский государственный университет физической культуры"

План одобрен Ученым советом вуза
Протокол № 8 от 29.03.2019

УТВЕРЖДАЮ

И.о. ректора _____ *Сериков С.Г.*

"29" марта 2019 г.

РАБОЧИЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН

по программе магистратуры

49.04.01

49.04.01 Физическая культура Магистерская программа "Адаптация к физическим (мышечным) нагрузкам"

Программа магистратуры: Адаптация к физическим (мышечным) нагрузкам

Кафедра: Анатомии

Факультет: Оздоровительных технологий и спортивной медицины

Квалификация: магистр физической культуры
Программа подготовки: академическая магистратура
Форма обучения: Очная
Срок получения образования: 2г

+	*Основной*	*Типы задач профессиональной деятельности*
+	+	научно-исследовательский
+	-	аналитический

Год начала подготовки (по учебному плану) 2019

Учебный год 2019-2020

Образовательный стандарт (ФГОС) № 944 от 19.09.2017

СОГЛАСОВАНО

Проректор по УР _____ */ Сериков С.Г./*

Начальник УМУ _____ */ Клестова О.А./*

Декан _____ */ Кондакова О.Н./*

Руководитель магистерской программы _____ */ Латюшин Я.В./*

Календарный учебный график

Мес	Сентябрь					Октябрь				Ноябрь				Декабрь					Январь				Февраль				Март					Апрель				Май					Июнь					Июль				Август			
Числа	1 - 7	8 - 14	15 - 21	22 - 28	29 - 5	6 - 12	13 - 19	20 - 26	27 - 2	3 - 9	10 - 16	17 - 23	24 - 30	1 - 7	8 - 14	15 - 21	22 - 28	29 - 4	5 - 11	12 - 18	19 - 25	26 - 1	2 - 8	9 - 15	16 - 22	23 - 1	2 - 8	9 - 15	16 - 22	23 - 29	30 - 5	6 - 12	13 - 19	20 - 26	27 - 3	4 - 10	11 - 17	18 - 24	25 - 31	1 - 7	8 - 14	15 - 21	22 - 28	29 - 5	6 - 12	13 - 19	20 - 26	27 -2	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										*					У	У	У	У	*	У	У	Э	Э	К	К	*		*										П	П	П	П	П	Э	Э	К	К	К	К	К	К	К	К
II										*					Э	Э	К	К	*	П	П	П	П	П	П	*									Пд	Пд	Э	Д	Д	Г	Г	Д	К	К	К	К	К	К	К	К

Сводные данные

		Курс 1			Курс 2			Итого
		сем. 1	сем. 2	Всего	сем. 3	сем. 4	Всего	
	Теоретическое обучение и практики	13 5/6	12 2/6	26 1/6	14 4/6	9 3/6	24 1/6	50 2/6
Э	Экзаменационные сессии	2	2	4	1	1	2	6
У	Учебная практика	5 5/6		5 5/6				5 5/6
П	Производственная практика		3 5/6	3 5/6		6	6	9 5/6
Пд	Преддипломная практика					1 5/6	1 5/6	1 5/6
Д	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы					4	4	4
Г	Подготовка к сдаче и сдача гос. экзамена					1 5/6	1 5/6	1 5/6
К	Каникулы	2	8	10	1 5/6	8 1/6	10	20
*	Нерабочие праздничные дни (не включая воскресенья)	1 2/6□ (8	5/6□ (5	2 1/6□ (13	1 2/6□ (8	5/6□ (5	2 1/6□ (13	4 2/6□ (26
Продолжительность обучения □ (не включая нерабочие праздничные дни и каникулы)		более 39 нед			более 39 нед			
Итого		25	27	**52**	18 5/6	33 1/6	**52**	104
Студентов								
Групп								

-	-	-	Форма контроля			з.е.		Итого акад.часов						Курс 1																	Курс 2																		Закрепленная кафедр
														Сем. 1									Сем. 2									Сем. 3									Сем. 4									
Считать в плане	Индекс	Наименование	Экзамен	Зачет	Зачет с оц.	Экспертное	Факт	Экспертное	По плану	Контактчасы	СР	Контроль	Интерчасы	з.е.	Лек	Лаб	Пр	Пр интер.	КАтЗ	СР	КАтЭ	Контроль	з.е.	Лек	Лаб	Пр	Пр интер.	КАтЗ	СР	КАтЭ	Контроль	з.е.	Лек	Лаб	Пр	Пр интер.	КАтЗ	СР	КАтЭ	Контроль	з.е.	Лек	Лаб	Пр	Пр интер.	КАтЗ	СР	КАтЭ	Контроль	Код
Блок 1.Дисциплины (модули)																																																			
Обязательная часть																																																			
+	Б1.О.01	История и методология науки	1			3	3	108	108	24.4	57	26.6	10	3	4		20	10		57	0.4	26.6																													18
+	Б1.О.02	Информационные технологии в науке и образовании в области физической культуры и спорта		2		3	3	108	108	24.25	83.75		10										3	4		20	10	0.25	83.75																							24
+	Б1.О.03	Философские и социальные проблемы физической культуры	1			3	3	108	108	24.4	57	26.6	10	3	4		20	10		57	0.4	26.6																													18
+	Б1.О.04	Современные проблемы наук о физической культуре и спорте	2	1		6	6	216	216	48.65	140.75	26.6	20	3	4		20	10	0.25	83.75			3	4		20	10		57	0.4	26.6																				24
+	Б1.О.05	Технология научных исследований в физической культуре		1		3	3	108	108	24.25	83.75		10	3	4		20	10	0.25	83.75																															38
+	Б1.О.06	Управленческая деятельность в физической культуре и спорте (в том числе управление проектами)		2		3	3	108	108	24.25	83.75		10										3	4		20	10	0.25	83.75																							29
+	Б1.О.07	Иностранный язык		1		3	3	108	108	24.25	83.75		14	3			24	14	0.25	83.75																															13
+	Б1.О.08	Современные технологии физкультурно-оздоровительной деятельности	2	1		6	6	216	216	48.65	140.75	26.6	20	3	4		20	10	0.25	83.75			3	4		20	10		57	0.4	26.6																				16
						30	*30*	*1080*	*1080*	*243.1*	*730.5*	*106.4*	*104*	*18*	*20*		*124*	*64*	*1*	*449*	*0.8*	*53.2*	*12*	*16*		*80*	*40*	*0.5*	*281.5*	*0.8*	*53.2*																				
Часть, формируемая участниками образовательных отношений																																																			
+	Б1.В.01	Биохимические аспекты адаптации к мышечным нагрузкам	1			4	4	144	144	24.4	93	26.6	10	4	4		20	10		93	0.4	26.6																													32
+	Б1.В.02	Психофизиологические основы адаптации к мышечным нагрузкам	2			3	3	108	108	30.4	51	26.6	12										3	4		26	12		51	0.4	26.6																				10
+	Б1.В.03	Возрастная анатомия, физиология и гигиена физической культуры и спорта	3			3	3	108	108	28.4	53	26.6	10																			3	4		24	10		53	0.4	26.6										10
+	Б1.В.04	Психофизиологические и биохимические основы отбора и прогнозирования в спорте	3			4	4	144	144	28.4	89	26.6	10																			4	4		24	10		89	0.4	26.6										32
+	Б1.В.05	Медико-биологические средства оптимизации функционального состояния спортсмена	4			4	4	144	144	30.4	78	35.6	12																												4	4		26	12		78	0.4	35.6	17
+	Б1.В.ДВ.01	**Дисциплины по выбору Б1.В.ДВ.1**		**3**		2	**2**	**72**	**72**	**30.25**	**41.75**		**12**																			2	**4**		**26**	**12**	**0.25**	**41.75**													
+	Б1.В.ДВ.01.01	Организационно-правовые основы деятельности тренера-преподавателя		3		2	2	72	72	30.25	41.75		12																			2	4		26	12	0.25	41.75													78
-	Б1.В.ДВ.01.02	Технология физического воспитания		3		2	2	72	72	30.25	41.75		12																			2	4		26	12	0.25	41.75													26
+	Б1.В.ДВ.02	**Дисциплины по выбору Б1.В.ДВ.2**		**3**		3	**3**	**108**	**108**	**30.25**	**77.75**		**12**																			3	**4**		**26**	**12**	**0.25**	**77.75**													
+	Б1.В.ДВ.02.01	Проблемы перетренированности и переадаптации в спорте		3		3	3	108	108	30.25	77.75		12																			3	4		26	12	0.25	77.75													24
-	Б1.В.ДВ.02.02	Комплексный контроль в физиологии с основами управления подготовкой спортсмена		3		3	3	108	108	30.25	77.75		12																			3	4		26	12	0.25	77.75													24
+	Б1.В.ДВ.03	**Дисциплины по выбору Б1.В.ДВ.3**		**3**		2	**2**	**72**	**72**	**30.25**	**41.75**		**12**																			2	**4**		**26**	**12**	**0.25**	**41.75**													
+	Б1.В.ДВ.03.01	Биоритмология в спорте		3		2	2	72	72	30.25	41.75		12																			2	4		26	12	0.25	41.75													24
-	Б1.В.ДВ.03.02	Медико-биологические и социально-этические проблемы допинга в спорте		3		2	2	72	72	30.25	41.75		12																			2	4		26	12	0.25	41.75													32
+	Б1.В.ДВ.04	**Дисциплины по выбору Б1.В.ДВ.4**		**4**		3	**3**	**108**	**108**	**30.25**	**77.75**		**12**																											3	**4**		**26**	**12**	**0.25**	**77.75**			
+	Б1.В.ДВ.04.01	Питание спортсменов		4		3	3	108	108	30.25	77.75		12																											3	4		26	12	0.25	77.75			10
-	Б1.В.ДВ.04.02	Возрастно-половые реакции человека на физические нагрузки		4		3	3	108	108	30.25	77.75		12																											3	4		26	12	0.25	77.75			10
+	Б1.В.ДВ.05	**Дисциплины по выбору Б1.В.ДВ.5**		**4**		2	**2**	**72**	**72**	**30.25**	**41.75**		**12**																											2	**4**		**26**	**12**	**0.25**	**41.75**			
+	Б1.В.ДВ.05.01	Основы спортивной генетики		4		2	2	72	72	30.25	41.75		12																											2	4		26	12	0.25	41.75			10
-	Б1.В.ДВ.05.02	Фармакологические средства восстановления физической работоспособности спортсмена		4		2	2	72	72	30.25	41.75		12																											2	4		26	12	0.25	41.75			32
						30	*30*	*1080*	*1080*	*293.25*	*644.75*	*142*	*114*	*4*	*4*		*20*	*10*		*93*	*0.4*	*26.6*	*3*	*4*		*26*	*12*		*51*	*0.4*	*26.6*	*14*	*20*		*126*	*56*	*0.75*	*303.25*	*0.8*	*53.2*	*9*	*12*		*78*	*36*	*0.5*	*197.5*	*0.4*	*35.6*	
						60	*60*	*2160*	*2160*	*536.35*	*1375.25*	*248.4*	*218*	*22*	*24*		*144*	*74*	*1*	*542*	*1.2*	*79.8*	*15*	*20*		*106*	*52*	*0.5*	*332.5*	*1.2*	*79.8*	*14*	*20*		*126*	*56*	*0.75*	*303.25*	*0.8*	*53.2*	*9*	*12*		*78*	*36*	*0.5*	*197.5*	*0.4*	*35.6*	
Блок 2.Практика																																																			
Обязательная часть																																																			
+	Б2.О.01(Н)	Научно-исследовательская работа			234	24	24	864	864	70	794												8					24	264			8					28	260			8					18	270			43
						24	*24*	*864*	*864*	*70*	*794*												*8*					*24*	*264*			*8*					*28*	*260*			*8*					*18*	*270*			
Часть, формируемая участниками образовательных отношений																																																			
+	Б2.В.01(У)	Учебная (ознакомительная) практика			1	9	9	324	324		324			9						324																															10
+	Б2.В.02	**Производственная практика**			**244**	18	**18**	**648**	**648**	**48**	**600**												6					**16**	**200**												12					**32**	**400**			
+	Б2.В.02.01(П)	Производственная (1 профессионально-ориентированная) практика			2	6	6	216	216	16	200												6					16	200																					10
+	Б2.В.02.02(П)	Производственная (2 профессионально-ориентированная) практика			4	9	9	324	324	24	300																													9					24	300			10
+	Б2.В.02.03(Пд)	Производственная (преддипломная) практика			4	3	3	108	108	8	100																													3					8	100			10
						27	*27*	*972*	*972*	*48*	*924*			*9*						*324*			*6*					*16*	*200*											*12*					*32*	*400*			
						51	*51*	*1836*	*1836*	*118*	*1718*			*9*						*324*			*14*					*40*	*464*			*8*					*28*	*260*			*20*					*50*	*670*			
Блок 3.Государственная итоговая аттестация																																																			
+	Б3.01(Г)	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена				3	3	108	108	6	102																													3						102	6		10
+	Б3.02(Д)	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы				6	6	216	216	32	184																													6						184	32		10
						9	*9*	*324*	*324*	*38*	*286*																													*9*						*286*	*38*		
						9	*9*	*324*	*324*	*38*	*286*																													*9*						*286*	*38*		
ФТД.Факультативы																																																			
+	ФТД.01	Технология обучения		3		1	1	36	36	24.25	11.75		4																			1	4		20	4	0.25	11.75													24
+	ФТД.02	Эколого-биологические основы физкультурно-спортивной деятельности		1		1	1	36	36	24.25	11.75		4	1	4		20	4	0.25	11.75																															10
						2	*2*	*72*	*72*	*48.5*	*23.5*		*8*	*1*	*4*		*20*	*4*	*0.25*	*11.75*												*1*	*4*		*20*	*4*	*0.25*	*11.75*													

| | | |