ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ГОРОДА МОСКВЫ

Государственное автономное образовательное учреждение высшего образования города Москвы
"Московский городской педагогический университет"

УТВЕРЖДАЮ

План одобрен Ученым советом вуза

Протокол № 10 от 27.05.2025

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Проректор Агранат Дмитрий Львович Подписано цифровой подписью: Агранат Дмитрий Львович Дата: 2025.07.15 10:42:41 +03'00' *Агранат Д.Л.*

20 г.

по программе магистратуры

49.04.01

49.04.01 Физическая культура

Программа магистратуры: Спортивная адаптология

Кафедра: Адаптологии и спортивной подготовки

Институт: Институт естествознания и спортивных технологий

Квалификация: Магистр

Форма обучения: очная форма обучения

Срок получения образования: 2г

Год начала подготовки (по учебному плану) 2025

Учебный год 2025-2026

Образовательный стандарт (ФГОС) № 944 от 19.09.2017

Основной	*Типы задач профессиональной деятельности*
+	научно-исследовательский
-	аналитический
-	педагогический
-	организационно-управленческий

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	Э	К			*																												
II										*							П	П	*	Э	Э	Э	К	П	П	*	П	П	П	П	П	П	П	П	П	К	Д	Д	Д	Д	Д	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	15 5/6	16 2/6	32 1/6	15 5/6		15 5/6	48
Э	Экзаменационные сессии	1	2	3	3		3	6
У	Учебная практика	3 5/6		3 5/6				3 5/6
П	Производственная практика		1 5/6	1 5/6	1 5/6	13 2/6	15 1/6	17
Д	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы					5 5/6	5 5/6	5 5/6
К	Каникулы	1	8	9	1	9	10	19
*	Нерабочие праздничные дни (не включая воскресенья)	1 2/6 (8 дн)	5/6 (5 дн)	2 1/6 (13 дн)	1 2/6 (8 дн)	5/6 (5 дн)	2 1/6 (13 дн)	4 2/6 (26 дн)
Продолжительность обучения (не включая нерабочие праздничные дни и каникулы)		более 39 нед.			более 39 нед.			
Итого		23	29	**52**	23	29	**52**	104
Студентов								
Групп								

-	-	-	-	-	Форма контроля			з.е.		-	Итого акад.часов					Курс 1																		Курс 2												Закрепленная кафедра		-
																Семестр 1							Семестр 2											Семестр 3							Семестр 4									
-	Считать в плане	Индекс	Наименование	Блок/часть	Экзамен	Зачет	Зачет с оц.	Экспертное	Факт	Часов в з.е.	Экспертное	По плану	Конт. раб.	СР	Контроль	з.е.	Лек	Лаб	Пр	Конс	СР	Контроль	з.е.	Лек	Лаб	Пр	Конс	СР	Контроль	з.е.	Лек	Лаб	Пр	Конс	СР	Контроль	з.е.	Лек	Лаб	Пр	Конс	СР	Контроль	Код	Наименование	Компетенции
Блок 1.Дисциплины (модули)								4	4		144	144	8	136									2	4				68		2	4				68											
Часть, формируемая участниками образовательных отношений								4	4		144	144	8	136									2	4				68		2	4				68											
	+	Б1.В.ДВ.01	**Общеуниверситетские элективные модули (в соответствии с приложением)**	**Б1.В**		**2**		2	**2**		**72**	**72**	**4**	**68**									2	**4**				**68**																	**УК-6**
	+	Б1.В.ДВ.01.01	Дисциплина 1	Б1.В		2		2	2	36	72	72	4	68									2	4				68															69	Элективные курсы	УК-6
	-	Б1.В.ДВ.01.02	Дисциплина 2	Б1.В		2		2	2	36	72	72	4	68									2	4				68															69	Элективные курсы	УК-6
	-	Б1.В.ДВ.01.03	Дисциплина 3	Б1.В		2		2	2	36	72	72	4	68									2	4				68															69	Элективные курсы	УК-6
	-	Б1.В.ДВ.01.04	Дисциплина 4	Б1.В		2		2	2	36	72	72	4	68									2	4				68															69	Элективные курсы	УК-6
	-	Б1.В.ДВ.01.05	Дисциплина 5	Б1.В		2		2	2	36	72	72	4	68									2	4				68															69	Элективные курсы	УК-6
	+	Б1.В.ДВ.02	**Общеуниверситетские элективные модули (в соответствии с приложением)**	**Б1.В**		**3**		2	**2**		**72**	**72**	**4**	**68**									2	**4**				**68**																	**УК-6**
	+	Б1.В.ДВ.02.01	Дисциплина 1	Б1.В		3		2	2	36	72	72	4	68									2	4				68															69	Элективные курсы	УК-6
	-	Б1.В.ДВ.02.02	Дисциплина 2	Б1.В		3		2	2	36	72	72	4	68									2	4				68															69	Элективные курсы	УК-6
	-	Б1.В.ДВ.02.03	Дисциплина 3	Б1.В		3		2	2	36	72	72	4	68									2	4				68															69	Элективные курсы	УК-6
	-	Б1.В.ДВ.02.04	Дисциплина 4	Б1.В		3		2	2	36	72	72	4	68									2	4				68															69	Элективные курсы	УК-6
	-	Б1.В.ДВ.02.05	Дисциплина 5	Б1.В		3		2	2	36	72	72	4	68									2	4				68															69	Элективные курсы	УК-6
Блок 2.Практика								27	27		972	972	16	956									3				4	104		3							21				8	748			
Обязательная часть								15	15		540	540	4	536																						15				4	536			
	+	Б2.О.01(П)	Научно-исследовательская работа	Б2.О			4	15	15	36	540	540	4	536																						15				4	536	77	Адаптологии и спортивной подготовки	УК-1; ОПК-7; ОПК-8
Часть, формируемая участниками образовательных отношений								12	12		432	432	12	420									3				4	104		3					4	104		6				4	212			
	+	Б2.В.01(П)	Преддипломная практика	Б2.В			4	6	6	36	216	216	4	212																						6				4	212	77	Адаптологии и спортивной подготовки	УК-1; УК-2; УК-4; ПК-4.1
	+	Б2.В.02(П)	Профессионально-ориентированная практика	Б2.В			2	3	3	36	108	108	4	104									3				4	104															77	Адаптологии и спортивной подготовки	УК-3; УК-4; УК-5; УК-6
	+	Б2.В.03(П)	Профессионально-ориентированная практика	Б2.В			3	3	3	36	108	108	4	104									3				4	104															77	Адаптологии и спортивной подготовки	УК-3; УК-4; УК-5; УК-6
Блок 3.Государственная итоговая аттестация								9	9		324	324		324																						9				324				
	+	Б3.01(Д)	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	Б3	4			9	9	36	324	324		324																						9				324		77	Адаптологии и спортивной подготовки	УК-1; УК-2; УК-3; УК-4; УК-5; УК-6; ОПК-1; ОПК-2; ОПК-3; ОПК-4; ОПК-5; ОПК-6; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-9; ПК-4.0; ПК-4.1
ФТД.Факультативы								5	5		180	180	54	126		1	8			28		1	4		16		16		3	12	8	6		82										
	+	ФТД.01	Спортивная антропология	ФТД		2		1	1	36	36	36	20	16									1	4		16		16															77	Адаптологии и спортивной подготовки	ПК-4.1
	+	ФТД.02	Гигиена спорта	ФТД		3		1	1	36	36	36	16	20																1	8	8			20								77	Адаптологии и спортивной подготовки	ПК-4.1
	+	ФТД.03	Здоровьесберегающие психотехнологии самоактуализации личности	ФТД		3		2	2	36	72	72	10	62																2	4		6		62								37	Общей и практической психологии	УК-6
	+	ФТД.04	Современные цифровые технологии	ФТД		1		1	1	36	36	36	8	28		1	8			28																							85	Педагогических технологий непрерывного образования	ПК-4.0
К.М.Комплексные модули								80	80		2880	2880	546	2164	170	30		10	176	6	854	34	25		28	146	6	686	34	25		72	92	10	624	102										
	+	К.М.01	**Исследования в области физической культуры и спорта**	**К.М**	**1**	**1111**	**1**	20	**20**		**720**	**720**	**114**	**572**	**34**	20			**108**	**6**	**572**	**34**																							**УК-1; УК-5; ОПК-4; ОПК-7; ОПК-8**
	+	К.М.01.01(К)	*Экзамены по модулю "Исследования в области физической культуры и спорта"*	*Б1.О*	*1*			1	1	36	*36*	36	2		34	1				*2*		*34*																					*77*	Адаптологии и спортивной подготовки	*УК-1; УК-5; ОПК-4; ОПК-7; ОПК-8*
	+	К.М.01.03	Технологии научных исследований в области физической культуры и спорта	Б1.О		1		4	4	36	144	144	24	120		4			24		120																					77	Адаптологии и спортивной подготовки	ОПК-8
	+	К.М.01.04	Современные проблемы наук о физической культуре и спорте	Б1.О		1		3	3	36	108	108	24	84		3			24		84																					77	Адаптологии и спортивной подготовки	УК-1; ОПК-7; ОПК-8
	+	К.М.01.05	Математическая статистика в области физической культуры и спорта	Б1.О		1		3	3	36	108	108	36	72		3			36		72																					77	Адаптологии и спортивной подготовки	УК-1; ОПК-7; ОПК-8
	+	К.М.01.06	Философские и социальные проблемы физической культуры	Б1.О		1		3	3	36	108	108	24	84		3			24		84																					77	Адаптологии и спортивной подготовки	УК-5; ОПК-4
	+	К.М.01.07(У)	Научно-исследовательская работа (получение первичных навыков научно-исследовательской работы)	Б2.О			1	6	6	36	216	216	4	212		6				4	212																					77	Адаптологии и спортивной подготовки	УК-1; ОПК-7; ОПК-8
	+	К.М.02	**Управление и коммуникации в области физической культуры и спорта**	**К.М**	**2**	**122**	**22**	19	**19**		**684**	**684**	**112**	**538**	**34**	3			**16**		**92**		16			**90**	**6**	**446**	**34**															**УК-1; УК-4; УК-6; ОПК-1; ОПК-2; ОПК-3; ОПК-5; ОПК-6; ОПК-7; ОПК-8**
	+	К.М.02.01(К)	*Экзамены по модулю "Управление и коммуникации в области физической культуры и спорта"*	*Б1.О*	*2*			1	1	36	*36*	36	2		34								1				*2*		*34*													*77*	Адаптологии и спортивной подготовки	*УК-1; УК-4; УК-6; ОПК-1; ОПК-2; ОПК-3; ОПК-5; ОПК-6; ОПК-7; ОПК-8*
	+	К.М.02.02	Иностранный язык в профессиональной деятельности	Б1.О		1	2	6	6	36	216	216	32	184		3			16		92		3			16		92															7	Языкознания и переводоведения	УК-4
	+	К.М.02.03	Управленческая деятельность в области физической культуры и спорта	Б1.О		2		3	3	36	108	108	36	72									3			36		72															77	Адаптологии и спортивной подготовки	УК-6; ОПК-1; ОПК-2; ОПК-5
	+	К.М.02.04	Информационные технологии в области физической культуры и спорта	Б1.О		2		3	3	36	108	108	38	70									3			38		70															77	Адаптологии и спортивной подготовки	УК-4; ОПК-6
	+	К.М.02.06(П)	Научно-исследовательская работа	Б2.О			2	6	6	36	216	216	4	212									6				4	212															77	Адаптологии и спортивной подготовки	УК-1; ОПК-3; ОПК-7; ОПК-8
	+	К.М.03	**Физиологические и биохимические закономерности спортивной подготовки**	**К.М**	**3**	**13333**	**13**	18	**18**		**648**	**648**	**108**	**506**	**34**	7		**10**	**52**		**190**									11			**40**	**6**	**316**	**34**											**УК-1; УК-3; ОПК-3; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-9; ПК-4.1**
	+	К.М.03.01(К)	*Экзамены по модулю "Физиологические и биохимические закономерности спортивной подготовки"*	*Б1.О*	*3*			1	1	36	*36*	36	2		34															1				*2*		*34*							*77*	Адаптологии и спортивной подготовки	*УК-1; УК-3; ОПК-3; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-9; ПК-4.1*
	+	К.М.03.02	Физиология мышечной деятельности	Б1.О			1	4	4	36	144	144	36	108		4		10	26		108																					77	Адаптологии и спортивной подготовки	ОПК-8; ОПК-9
	+	К.М.03.03	Биохимия мышечной деятельности	Б1.О		1		3	3	36	108	108	26	82		3			26		82																					77	Адаптологии и спортивной подготовки	ОПК-8; ОПК-9
	+	К.М.03.04	Фармакология спорта	Б1.О		3		2	2	36	72	72	12	60																2			12		60							77	Адаптологии и спортивной подготовки	ОПК-8; ОПК-9
	+	К.М.03.05	Нутрициология спорта	Б1.О		3		2	2	36	72	72	12	60																2			12		60							77	Адаптологии и спортивной подготовки	ОПК-8; ОПК-9
	+	К.М.03.06(П)	Научно-исследовательская работа	Б2.О			3	2	2	36	72	72	4	68																2				4	68									УК-1; ОПК-3; ОПК-7; ОПК-8
	+	К.М.03.ДВ.01	**Дисциплины (модули) по выбору 1 (ДВ.1)**	**Б1.В**		**3**		2	**2**		**72**	**72**	**8**	**64**																2			**8**		**64**									**УК-1; УК-3; ПК-4.1**
	+	К.М.03.ДВ.01.01	Физиологические основы массовых форм оздоровительной физической культуры	Б1.В		3		2	2	36	72	72	8	64																2			8		64							77	Адаптологии и спортивной подготовки	УК-1; УК-3; ПК-4.1
	-	К.М.03.ДВ.01.02	Возрастные, половые и индивидуальные особенности адаптации к мышечной деятельности	Б1.В		3		2	2	36	72	72	8	64																2			8		64							77	Адаптологии и спортивной подготовки	УК-1; УК-3; ПК-4.1
	+	К.М.03.ДВ.02	**Дисциплины (модули) по выбору 2 (ДВ.2)**	**Б1.В**		**3**		2	**2**		**72**	**72**	**8**	**64**																2			**8**		**64**									**ПК-4.1**
	+	К.М.03.ДВ.02.01	Медико-биологические проблемы адаптации спортсменов к мышечным нагрузкам	Б1.В		3		2	2	36	72	72	8	64																2			8		64							77	Адаптологии и спортивной подготовки	ПК-4.1
	-	К.М.03.ДВ.02.02	Биоритмология в спорте	Б1.В		3		2	2	36	72	72	8	64																2			8		64							77	Адаптологии и спортивной подготовки	ПК-4.1
	+	К.М.04	**Методология исследования спортивной подготовки**	**К.М**	**3**	**2223**		12	**12**		**432**	**432**	**122**	**276**	**34**								9		**28**	**56**		**240**		3		**36**		**2**	**36**	**34**									**УК-2; ОПК-3; ОПК-8; ОПК-9; ПК-4.1**
	+	К.М.04.01(К)	*Экзамены по модулю "Методология исследования спортивной подготовки"*	*Б1.О*	*3*			1	1	36	*36*	36	2		34															1				*2*		*34*							*77*	Адаптологии и спортивной подготовки	*УК-2; ОПК-3; ОПК-8; ОПК-9; ПК-4.1*
	+	К.М.04.02	Методы диагностики функциональной подготовленности спортсменов	Б1.О		3		2	2	36	72	72	36	36																2		36			36								77	Адаптологии и спортивной подготовки	УК-2; ОПК-8
	+	К.М.04.03	Биомеханический анализ техники физических упражнений	Б1.О		2		3	3	36	108	108	30	78									3		14	16		78															77	Адаптологии и спортивной подготовки	ОПК-8; ОПК-9
	+	К.М.04.04	Методология обучения движению	Б1.О		2		3	3	36	108	108	30	78									3		14	16		78															77	Адаптологии и спортивной подготовки	ОПК-3; ОПК-8; ОПК-9
	+	К.М.04.ДВ.01	**Дисциплины (модули) по выбору 1 (ДВ.1)**	**Б1.В**		**2**		3	**3**		**108**	**108**	**24**	**84**									3			**24**		**84**																**ПК-4.1**
	-	К.М.04.ДВ.01.01	Физиологическая характеристика различных видов спорта	Б1.В		2		3	3	36	108	108	24	84									3			24		84															77	Адаптологии и спортивной подготовки	ПК-4.1
	+	К.М.04.ДВ.01.02	Физиологические основы и коррекция предстартовых состояний спортсменов	Б1.В		2		3	3	36	108	108	24	84									3			24		84															77	Адаптологии и спортивной подготовки	ПК-4.1
	+	К.М.05	**Управление спортивной подготовкой**	**К.М**	**3**	**33333**		11	**11**		**396**	**396**	**90**	**272**	**34**															11		**36**	**52**	**2**	**272**	**34**									**УК-1; УК-4; ОПК-5; ОПК-8; ОПК-9; ПК-4.1**
	+	К.М.05.01(К)	*Экзамены по модулю "Управление спортивной подготовкой"*	*Б1.О*	*3*			1	1	36	*36*	36	2		34															1				*2*		*34*							*77*	Адаптологии и спортивной подготовки	*УК-1; УК-4; ОПК-5; ОПК-8; ОПК-9; ПК-4.1*
	+	К.М.05.02	Современные методы контроля физической подготовленности спортсменов	Б1.О		3		2	2	36	72	72	18	54																2		18			54								77	Адаптологии и спортивной подготовки	УК-1; УК-4
	+	К.М.05.03	Современные технологии восстановления физической работоспособности спортсменов	Б1.О		3		2	2	36	72	72	18	54																2			18		54							77	Адаптологии и спортивной подготовки	ОПК-8; ОПК-9
	+	К.М.05.04	Психофизиологические основы спортивного отбора и управления тренировочным процессом	Б1.О		3		2	2	36	72	72	18	54																2		18			54								77	Адаптологии и спортивной подготовки	ОПК-8
	+	К.М.05.05	Планирование тренировочных нагрузок на различных этапах спортивной подготовки	Б1.О		3		2	2	36	72	72	18	54																2			18		54							77	Адаптологии и спортивной подготовки	ОПК-5; ОПК-9

	+	К.М.05.ДВ.01	**Дисциплины (модули) по выбору 1 (ДВ.1)**	**Б1.В**		**3**		2	**2**		**72**	**72**	**16**	**56**																2			**16**		**56**											**УК-1; ПК-4.1**
	-	К.М.05.ДВ.01.01	Специфика адаптации в зависимости от вида спорта и направленности тренировочного процесса	Б1.В		3		2	2	36	72	72	16	56																2			16		56									77	Адаптологии и спортивной подготовки	УК-1; ПК-4.1
	+	К.М.05.ДВ.01.02	Физиологические основы совершенствования двигательных навыков	Б1.В		3		2	2	36	72	72	16	56																2			16		56									77	Адаптологии и спортивной подготовки	УК-1; ПК-4.1