

СОГЛАСОВАНО

Начальник управления дополнительного
профессионального образования

«9» Сентября 2025 г. Н.Н. Берёзка

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе

«9» Сентября 2025 г. С.С. Чернов



**УЧЕБНЫЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ
«ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ В ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ВУЗЕ»**

Наименование модулей и тем программы	Общая трудоемкость, час	Контактные занятия, час						СРС, час	
		всего	лекции	практические / лабораторные	в том числе			всего	с применением ДОТ
					с применением ДОТ				
всего	лекции	практические / лабораторные	всего	лекции	практические / лабораторные	всего	с применением ДОТ		
Модуль 1. Требования Федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС) 3++ по дисциплине физическая культура и спорт (ФК и С)	16	8	8	-	8	8	-	8	8
Тема 1.1. Стандарты высшего образования по дисциплинам ФК и С в непрофильных вузах. История разработки стандартов	8	4	4	-	4	4	-	4	4
Тема 1.2. Составление рабочей программы модуля «Физическая культура и спорт» по ФГОС 3++	8	4	4	-	4	4	-	4	4
Модуль 2. Дифференциация и индивидуализация обучения в системе физического воспитания	16	8	8	-	8	8	-	8	8
Тема 2.1. Модернизация учебного процесса по физическому воспитанию в образовательных учреждениях	8	4	4	-	4	4	-	4	4

Наименование модулей и тем программы	Общая трудоемкость, час	Контактные занятия, час						СРС, час	
		всего	лекции	практические / лабораторные	в том числе			всего	с применением ДОТ
					с применением ДОТ				
					всего	лекции	практические / лабораторные		
Тема 2.2. Конституциональные особенности индивида	8	4	4	-	4	4	-	4	4
Модуль 3. Виды спорта и системы физических упражнений для занятий с учетом психофизиологических особенностей обучающихся	16	8	8	-	8	8	-	8	8
Тема 3.1. Значение психофизиологических качеств в физкультурной деятельности	4	2	2	-	2	2	-	2	2
Тема 3.2. Психофизиологические характеристики личности и методы их оценки	6	3	3	-	3	3	-	3	3
Тема 3.3. Характеристика основных видов спорта, применяемых на занятиях	4	2	2	-	2	2	-	2	2
Тема 3.4. Виды спорта и темперамент	2	1	1	-	1	1	-	1	1
Модуль 4. Теория и технология спортивно-ориентированного физического воспитания	16	8	8	-	8	8	-	8	8
Тема 4.1. Спортизация в системе физического воспитания обучающихся	4	2	2	-	2	2	-	2	2
Тема 4.2. Организационно-методические принципы и положения спортивно ориентированного физического воспитания	6	3	3	-	3	3	-	3	3
Тема 4.3. Характеристика основных условий, определяющих эффективность физической подготовленности обучающихся	6	3	3	-	3	3	-	3	3
Модуль 5. Формирование мотивации обучающихся к занятиям физической культурой	16	8	8	-	8	8	-	8	8
Тема 5.1. Мотивация. Потребность. Мотив. Мотивационный процесс	8	4	4	-	4	4	-	4	4
Тема 5.2. Основные потребности и мотивы	8	4	4	-	4	4	-	4	4

Наименование модулей и тем программы	Общая трудоемкость, час	Контактные занятия, час						СРС, час	
		всего	лекции	практические / лабораторные	в том числе			всего	с применением ДОТ
					с применением ДОТ				
					всего	лекции	практические / лабораторные		
в сфере физической культуры. Формирование у обучающихся цикла мотивации к физкультурной деятельности									
Модуль 6. Фитнес в системе физического воспитания обучающихся	16	6	6	-	6	6	-	10	10
Тема 6.1. Фитнес. Исторические этапы развития фитнеса. История развития фитнеса в России	6	2	2	-	2	2	-	4	4
Тема 6.2. Характеристика и классификация направлений фитнеса	6	2	2	-	2	2	-	4	4
Тема 6.3. Фитнес в системе физического воспитания обучающихся	4	2	2	-	2	2	-	2	2
Модуль 7. Подготовка обучающихся к сдаче норм Всероссийского комплекса «Готов к труду и обороне»	16	8	6	2	8	6	2	8	8
Тема 7.1. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО	8	4	4	-	4	4	-	4	4
Тема 7.2. Нормативы ГТО для студенческой молодежи	8	4	2	2	4	2	2	4	4
Итоговая аттестация	14	2	-	-	2	-	-	12	12
Итого	126	56	52	2	56	52	2	70	70

Составители программы повышения квалификации:

заведующий кафедрой физического воспитания и спорта
ФГБОУ ВО «Новосибирский государственный
технический университет», канд. биол. наук, доцент



В.М. Климов

доцент кафедры физического воспитания и спорта
ФГБОУ ВО «Новосибирский государственный
технический университет», канд. пед. наук, доцент



Л.Г. Забелина

старший преподаватель кафедры физического
воспитания и спорта ФГБОУ ВО «Новосибирский
государственный технический университет»



Е.А. Кизько