

Федеральное государственное образовательное бюджетное учреждение
высшего образования
"Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации"
(Финансовый университет)

Уфимский филиал Финуниверситета

ОБСУЖДЕНО И ОДОБРЕНО

на Ученом совете Уфимского филиала

Протокол № 11

от "27" 03 2024 г.



УЧЕБНЫЙ ПЛАН
дополнительной общеразвивающей программы
«Формирование физкультурно – спортивных компетенций
для достижения жизненных целей. Оздоровительная подготовка»

Требования к уровню образования поступающих на обучение (при наличии)	не предусмотрены
Категория слушателей, возраст (для детей)	дети от 7 до 18 лет, взрослые
Сроки реализации	5 месяцев
Форма обучения	очная
Режим занятий	2 часа в неделю

№ № п/ п	Наименование раздела (модуля), темы	Всего часов трудоемкости	В том числе				Форма контроля
			Аудиторные занятия		Самостоятельная работа		
			Всего, часов	из них			
		Теоретические занятия		Практические занятия			
1	2	3	4	5	6	7	13
1	Общая физическая подготовка	28	28	-	28		
2	Специальная физическая подготовка	5	5	-	5		
3	Техническая подготовка	11	11	-	11		
4	Психологическая подготовка	3	3	3	-		

5	Теоретическая подготовка	3	3	3	-		
6	Участие в соревнованиях	1	1	-	1		
7	Восстановительные мероприятия	2	2	-	2		
8	Тактическая подготовка	7	7	-	7		
	Всего:	60	60	6	54		
10	Подведение итогов/ итоговая аттестация	-	-	-	-		
	Общая трудоемкость программы:	60	60	6	54		

Сведения о разработчике программы: заведующий спортивно-оздоровительной группой Уфимского филиала Финуниверситета Сафина Е.Р.

« 27 » 03 2024г.