

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

Уфимский филиал Финансового университета

ОБСУЖДЕНО И ОДОБРЕНО
на Ученом совете Уфимского филиала

Протокол № 35
от "30" МАРТА 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор Уфимского филиала
Р.М. Сафуанов
" 30" МАРТА 2021 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

дополнительной общеразвивающей программы

«Развитие физкультурных компетенций для формирования здорового образа жизни»

Требования к уровню образования поступающих на обучение (при наличии)	не предусмотрены
Категория слушателей, возраст (для детей)	лица старше 18 лет
Сроки реализации	10 месяцев
Форма обучения	очная
Режим занятий	1 час 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	Общеразвивающие и профилактические упражнения (на расслабление; дыхательные упражнения)	37	37	-	37		
2	Общефизическая подготовка	20	20	-	20		
3	Теоретическая подготовка	3	3	3	-		

	Всего:	60	60	3	57		
4	Подведение итогов/ итоговая аттестация	-	-	-	-		
	Общая трудоемкость программы:	60	60	3	57		

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

Заместитель директора по ДПО

Т.А. Пушкарёва

« 30 » МАРТА 2021г.