**Календарный учебный график**

Федеральное государственное образовательное бюджетное учреждение

Высшего образования

«Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации»

(Финансовый университет)

Уфимский филиал

**Календарный учебный график**

**дополнительная общеразвивающая программа**

**«Развитие физкультурных компетенций для формирования здорового образа жизни »**

Объем программы 60 часов Продолжительность обучения 10 месяцев

Форма обучения: очная

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Наименование раздела (модуля), темы | **Месяцы** | **КР\*** | **СР\*** | **ПА\*\*** | **ИА\*\*\*** | **Всего** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |  |  |  |  |  |
| 1 | Общеразвивающие и профилактические упражнения (на расслабление; дыхательные упражнения) | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 37 | - | - | - | 37 |
| 2 | Общефизическая подготовка | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 20 | - | - | - | 20 |
| 3 | Теоретическая подготовка | - | 1 | - | - | - | 1 | - | - | 1 | - | 3 | - | - | - | 3 |
|  | **Общая трудоемкость программы** | **6** | **7** | **6** | **6** | **5** | **6** | **6** | **6** | **7** | **5** | **60** | **-** | **-** | **-** | **60** |

 СР\* - самостоятельная работе не предусмотрена

ПА\*\* - промежуточная аттестация не предусмотрена

 ИА\*\*\* - итоговая аттестация не предусмотрена