

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.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор Уфимского филиала  
Р.М. Сафуанов  
" 27 " 03 2024 г.



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

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	10 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	33	33	-	33		
2	Специальная физическая подготовка	35	35	-	35		
3	Техническая подготовка	25	25	-	25		
4	Психологическая подготовка	5	5	5	-		

5	Теоретическая подготовка	6	6	6	-		
6	Участие в соревнованиях	3	3	-	3		
7	Восстановительные мероприятия	5	5	-	5		
8	Тактическая подготовка	14	14	-	14		
	<b>Всего:</b>	<b>126</b>	<b>126</b>	<b>11</b>	<b>115</b>		
9	<b>Подведение итогов/ итоговая аттестация</b>	-	-	-	-		
	<b>Общая трудоемкость программы:</b>	<b>126</b>	<b>126</b>	<b>11</b>	<b>115</b>		

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

« 27 » \_\_\_\_\_ 03 \_\_\_\_\_ 2024г.