

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 № 59
 от "06" 09 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ
 Директор Уфимского филиала
Р.М. Сафуанов
 "06" 09 2023 г.



УЧЕБНЫЙ ПЛАН
 дополнительной общеразвивающей программы
«Освоение физкультурно-спортивных компетенций по виду спорта «Айкидо»

Цель	привлечение максимально возможного числа детей и подростков к занятиям физической культурой и спортом и формирование у них устойчивого интереса к систематическим занятиям айкидо и к здоровому образу жизни
Категория слушателей, возраст (для детей)	дети от 7 до 17 лет,
Сроки реализации	10 месяцев
Форма обучения	очная
Режим занятий	6 часов в неделю

№ № п/ п	Наименование раздела (модуля), темы	Всего часов трудоемкости	В том числе				Форма контроля
			Всего, часов	Аудиторные занятия		Самостоятельная работа	
				Теоретические занятия	Практические занятия		
1	2	3	4	5	6	7	8
1	Общая физическая подготовка	13	13	-	13		
2	Техническая подготовка	7	7	-	7		
3	Тактическая подготовка	7	7	-	7		
4	Специальная подготовка	5	5	-	5		

5	Теоретическая подготовка	9	9	9	-		
6	Восстановительные мероприятия	19	19	-	19		
	Всего:	60	60	9	51		
7	Подведение итогов/ итоговая аттестация	-	-	-	-		
	Общая трудоемкость программы:	60	60	9	51		

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

« 06 » 09 2023г.