

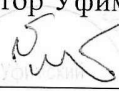
Федеральное государственное образовательное бюджетное учреждение
высшего образования
«Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации»
(Финансовый университет)

Уфимский филиал

ОБСУЖДЕНО И ОДОБРЕНО
на Ученом совете Уфимского филиала

Протокол от 25.03.26 № 35

УТВЕРЖДАЮ
Директор Уфимского филиала

 Т.В. Чинаев
«25» 03 2026 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

дополнительной общеразвивающей программы

«Водное поло»

Требования к уровню образования поступающих на обучение (при наличии)	нет
Категория обучающихся	Дети от 11 до 16 лет
Срок обучения	10 месяцев
Форма обучения	очная
Режим занятий	3 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			
				Теоретичес- кие	Практичес- кие занятия		
1	2	3	4	5	6	7	8
Тема 1. Теоретическая подготовка							
1.	1.1 Инструктаж по технике безопасности: правила поведения на занятиях в бассейне 1.2 Правила игры в водное поло 1.3 Гигиена, закаливание, режим и питание юного спортсмена	18	18	18		-	

Тема 2. Общая физическая и специальная подготовка							
2.	2.1 Общеразвивающие и специальные физические упражнения на суше	40	40	-	40	-	
	2.2 Общеразвивающие и специальные физические упражнения на воде						
Тема 3. Техническая подготовка							
3.	3.1 Изучение техники способов передвижения ватерполистов	26	26	-	26	-	
	3.2 Изучение техники начальных приемов владения мячом						
Тема 4. Игровая подготовка							
	Двухсторонняя игра по упрощенным правилам	36	36	-	36		
5.	Общая трудоемкость программы:	120	120	18	102		

Разработчик программы

Заведующий спортивно-оздоровительной группой

Е.Р. Сафина

Начальник дополнительного

профессионального образования

Я.А. Хуторянский

« 25 » 03 2026 г.