

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

Календарный учебный график

дополнительной общеразвивающей программы
«Формирование физкультурно – спортивных компетенций для достижения жизненных
целей через подготовку к тестированию ВФСК «Готов к труду и обороне»

Объем программы – 60 часов

Продолжительность обучения – 10 месяцев

Форма обучения – очная

№ п\п	Наименование модулей, разделов, тем	1 мес	2 мес	3 мес	4 мес	5 мес	6 мес	7 мес	8 мес	9 мес	10 мес	КР	СР	ПА	ИА	Всего
1.	Тема 1. Теоретическая подготовка	1	-	-	-	1	-	-	1	-	1	4	-	-	-	4
2.	Тема 2. Общая физическая подготовка	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	13	-	-	-	13
3.	Тема 3. Специальная подготовка	1	2	2	2	2	1	2	1	2	1	16	-	-	-	16
4.	Тема 4. Техническая подготовка	-	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	-	-	-	9
5.	Тема 5. Психологическая подготовка	-	1	-	-	1	-	1	-	1	1	5	-	-	-	5
6.	Тема 6. Участие в соревнованиях	-	-	-	-	1	-	-	-	-	1	2	-	-	-	2
7.	Тема 7. Восстановительные мероприятия	-	1	1	1	1	1	-	1	-	-	6	-	-	-	6
8.	Тема 8. Тактическая подготовка	-	1	-	1	-	1	-	1	-	1	5	-	-	-	5
	Итоговая аттестация	не предусмотрена														
	Итого	3	8	5	7	9	5	5	6	5	7	60	-	-	-	60

Заведующий спортивно-оздоровительной группой

«25» 03 2026 г.

Условные обозначения: КР – контактная работа; СР – самостоятельная работа; ПА – промежуточная аттестация; ИА – итоговая аттестация.

Е.Р. Сафина