

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

### Календарный учебный график

дополнительной общеразвивающей программы  
«Развитие физкультурных компетенций для формирования здорового образа жизни»

Объем программы – 60 часов

Продолжительность обучения – 10 месяцев

Форма обучения – очная

| №<br>п/п | Наименование<br>модулей, разделов,<br>тем             | 1<br>месяц | 2<br>месяц | 3<br>месяц | 4<br>месяц | 5<br>месяц | 6<br>месяц | 7<br>месяц | 8<br>месяц | 9<br>месяц | 10<br>месяц | КР | СР | ПА | ИА | Всего |
|----------|-------------------------------------------------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|-------------|----|----|----|----|-------|
| 1.       | Тема 1. Теоретическая подготовка                      | 1          | -          | -          | -          | 1          | -          | -          | -          | 1          | -           | 3  | -  | -  | -  | 3     |
| 2.       | Тема 2. Общая физическая подготовка                   | 2          | 2          | 2          | 2          | 2          | 2          | 2          | 2          | 2          | 2           | 20 | -  | -  | -  | 20    |
| 3.       | Тема 3. Общеразвивающие и профилактические упражнения | 4          | 4          | 4          | 4          | 3          | 3          | 4          | 4          | 4          | 3           | 37 | -  | -  | -  | 37    |
|          | Итоговая аттестация                                   |            |            |            |            |            |            |            |            |            |             |    |    |    |    |       |
|          | Итого                                                 | 7          | 6          | 6          | 6          | 6          | 5          | 6          | 6          | 7          | 5           | 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