



«Утверждаю»

Директор МБУ ДО «ДЮСШ №18» г.о. Самара

М.П. Савушкин.

2016.

КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН – ГРАФИК  
отделения адаптивного спорта на 2016 – 2017 уч. год  
МБУДО «ДЮСШ № 18» г.о. Самара

## Специализация: Дартс

Учебный план – график для спортивно-оздоровительных групп 1-го этапа обучения (3 час.в неделю)

Содержание занятий	м е с я ц ы												Всего часов	%
	10	11	12	01	02	03	04	05	06	07	08	09		
	т е о р и я													
Теоретическая подготовка	1	1	1	1	1		1	1	1			-		
Тактическая подготовка										1		1		
<b>ИТОГО часов:</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>1</b>	<b>10</b>	<b>7.2</b>
	п р а к т и к а													
ОФП	8	10	8	8	10	8	10	8	8	6		8	92	66.7
СФП	2	1	2	2	1	3	1	2	1	1	-	2	18	13.0
Изучение и совершенствование техники игры в «Дартс»	1	1	2	2	1	1	-	1	3	-		2	14	10.1
Правила соревнований и судейская практика	1	-	-	-		1	1	1					4	2.9
<b>ИТОГО часов:</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>7</b>		<b>12</b>	<b>128</b>	<b>100</b>
<b>Всего часов:</b>	<b>13</b>	<b>13</b>	<b>13</b>	<b>13</b>	<b>13</b>	<b>13</b>	<b>13</b>	<b>13</b>	<b>13</b>	<b>8</b>	<b>-</b>	<b>13</b>	<b>138</b>	
Участие в соревнованиях (количество стартов)		1-	-	1		-	-	1	-	-	-	-	-	

## Специализация: Дартс

Учебный план – график для спортивно-оздоровительных групп 2-го этапа обучения (6 час.в неделю)

Содержание занятий	м е с я ц ы												Всего часов	%
	10	11	12	01	02	03	04	05	06	07	08	09		
	т е о р и я													
Теоретическая подготовка	1	1	1	1	1			1	1		-	-	-	
Тактическая подготовка							1			1	-	1	-	
<b>ИТОГО часов:</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>1</b>	<b>10</b>	<b>3.6</b>
	п р а к т и к а													
ОФП	11	12	11	12	12	12	12	11	10	10	-	12	125	45.2
СФП	9	8	9	8	8	9	7	9	8	4	-	7	86	31.1
Изучение и совершенствование техники игры в «Дартс»	4	4	4	4	4	4	5	4	7		-	5	45	16.3
Правила соревнований и судейская практика	1	1	1	1	1	1	1	1	1	-	-	1	10	3.6
<b>ИТОГО часов:</b>	<b>25</b>	<b>25</b>	<b>25</b>	<b>25</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>25</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>14</b>		<b>25</b>	<b>266</b>	<b>100</b>
<b>Всего часов:</b>	<b>26</b>	<b>26</b>	<b>26</b>	<b>26</b>	<b>26</b>	<b>26</b>	<b>26</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>15</b>	<b>-</b>	<b>26</b>	<b>276</b>	
Участие в соревнованиях (количество стартов)		1-	1	1	1	-	1	1	-	-	-	-	-	6

## Специализация: Дартс

Учебный план – график для спортивно-оздоровительных групп 3 -го этапа обучения (6 час. в неделю)

Содержание занятий	м е с я ц ы												Всего часов	%
	10	11	12	01	02	03	04	05	06	07	08	09		
	т е о р и я													
Теоретическая подготовка	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	-	1	-	
<b>ИТОГО часов:</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>1</b>	<b>11</b>	<b>3.9</b>
	п р а к т и к а													
ОФП	10	10	9	9	9	9	10	9	10	8		9	102	37.0
СФП	9	9	9	9	9	9	9	9	9	6	-	9	96	34.7
Изучение и совершенствование техники игры в «Дартс»	5	5	4	4	4	4	5	4	5		-	5	45	16.3
Правила соревнований и судейская практика	1	1	3	1	1	1	1	1	1	-	-	1	12	4.3
Тактическая подготовка				2	2	2	-	2	1				10	3.6
<b>ИТОГО часов:</b>	<b>25</b>	<b>25</b>	<b>25</b>	<b>25</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>25</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>14</b>		<b>25</b>	<b>265</b>	<b>100</b>
<b>Всего часов:</b>	<b>26</b>	<b>26</b>	<b>26</b>	<b>26</b>	<b>26</b>	<b>26</b>	<b>26</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>15</b>	<b>-</b>	<b>26</b>	<b>276</b>	
Участие в соревнованиях (количество стартов)		1-	1	1	1	-	2	1	1	-	-	-	-	8