

УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБУ ДО ДЮСШ № 9

В.О. Петров

Учебный план-график

по дополнительной предпрофессиональной программе «Дартс» для обучающихся
тренировочного этапа 4 года обучения

Виды подготовки	Кол-во часов в год	Недели																													
		Сентябрь					Октябрь					Ноябрь					Декабрь					Январь					Февраль				
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25					
Теория	74	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2						
ОФП и СФП	150	4	4	2	2	2	2	2	4	4	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2							
Техническая, тактическая подготовка	318	5	4	5	5	5	5	5	3	1	5	5	5	5	5	5	6	5	5	5	7	7	5	7							
Развитие творческого мышления	74	2	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2							
Соревнования	24			1			1					2					1				2			2							
Инструкторская и судейская практика	38		1	1	1	1	1	1	1		1		1	1	1	1	1		1	1	1		1	1							
Восстановительные мероприятия	8								1					1				1				1		1							
Контрольно-переводные нормативы	12									6																					
Самостоятельная работа	30		1		1	1		1					1		1	1	1			1	1			1							
Всего часов	728	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14							

Продолжение табл.

Виды подготовки	Недели																											
	Март				Апрель				Май				Июнь				Июль				Август							
	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	
Теория	3	2	2	2	2	2																						
ОФП и СФП	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	
Техническая, тактическая подготовка	4	5	5	5	6	7	3	7	8	7	7	7	8	7	8	8	8	8	9	8	8	8	9	8	8	7	9	
Развитие творческого мышления	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
Соревнования	2						2									3					2					3		
Инструкторская и судейская практика	1		1	1		1		1	1	1		1	1	1	1		1	1	1	1		1	1	1		1		
Восстановительные мероприятия			1					1				1																
Контрольно-переводные нормативы						6																						
Самостоятельная работа	1			1	1		1		1	1		1	1	1		1	1	1	1		1	1	1		1	1		
Всего часов	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	

Заместитель директора МБУ ДО ДЮСШ № 9 по УСР

И.В. Гвоздецкая