|  |
| --- |
| « УТВЕРЖДАЮ»  Директор НОУ |
| «СТШ ДОСААФ России  Волгоградской области» |
| Орлов С.А.  «31» июля 2013 г |

Учебный план

«Полевой арбалет»

(10, 18, 25 метров)

(от 18 лет) (до 4х лет обучения)

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Разделы подготовки |  | Этапы | подготовки | | | | |
| НП | УТ | | СС | | | ВСМ |
| 1-ыйгод | 1-ый год | 2-ой год | 1-ый год | 2-ой год | 3-й год |  |
| Индивидуально для каждого из спортсменов |
| Специальная физическая подготовка | 50 | 68 | 78,5 | 96 | 107 | 118 |
| Технико-тактическая подготовка | 202 | 312,5 | 434 | 592 | 746,5 | 921 |
| Теоретическая подготовка | 28 | 26,5 | 31 | 34 | 38 | 40 |
| Контрольные стрельбы | 6 | 11 | 21 | 33 | 42 | 52 |
| Классификационные и календарные соревнования | 2 | 7 | 15 | 32 | 50 | 68 |
| Контрольно-переводные испытания | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 |
| Практики:  инструкторская  судейская | 13  7 | 15  13 | 14,5  15 | 18,5  12,5 | 25  17,5 | 22  12 |
| Медицинское обследование | по плану | | | | | | |
| **Общее количество часов/занятий** | 303  148 | 443  148 | 596  148 | 807  195 | 1011  250 | 1224  306 | 1500 или 1850  250 или306 |

Пояснительная записка к учебному плану «Полевой арбалет» (10, 18, 25 метров) (от 18 лет) (до 4х лет обучения)

По программе «Полевой арбалет» (от 18 лет) (до 4х лет обучения) обучаются граждане в возрасте от 18 лет и старше.

К занятиям допускаются лица, прошедшие диспансеризацию и по состоянию здоровья годные к обучению по данной дисциплине.

Занятия проводятся 3 или 4 раза в неделю, в зависимости от группы подготовки (НП,УТГ, СС, ВСМ).

Длительность учебного занятия составляет 1 академический час (45 минут).

Обучение проводят опытные преподаватели, имеющие специальную подготовку по данному профилю, имеющие высшие спортивные разряды и звания.

Контроль текущей успеваемости проводится каждые 2 месяца путем тестирования по специализации и классификационных соревнований.

Итоговая аттестация проводится по окончанию каждого периода обучения (НП, УТГ, СС, ВСМ) путем сдачи контрольно-переводных нормативов комиссии спортивно-технической школы.

По окончании обучения выдается зачетная книжка спортсмена, книжка спортивного судьи и соответствующий знак разряда/судейской категории.