

1 сентября 2019 г.

## Учебный план

### Пейнтбол

*Возраст учащихся: 12 - 17 лет*  
*Число учащихся в группе: 10-20 человек*  
*Продолжительность курса: - 240 часов*  
*Число часов в неделю: 6*  
*Форма обучения: Очная..*  
*Без предварительной подготовки.*

**Цель курса:** Привлечения к регулярным занятиям физической культурой и спортом, реализации большого спортивного потенциала детей и юношества, а также популяризации подготовки к службе в В.С. РФ

**Задачи курса:** Повысить физическую подготовку подростков, сформировать умение работать в команде. Умение разрабатывать разные оптимальные типы тактик и стратегий в различных природных условиях и временных рамках.

**Оборудование:** Комплект пневматических маркеров «TIPPMANN» работающих на CO<sub>2</sub>, маски защитные «DEGRISS», маски судейские, свистки судейские, мегафон, секундомер.

№	Наименование разделов и дисциплин	Всего час.	В том числе		Форма контроля
			лекции	Практические задания	
1.	Введение.	1	1	0	
2.	Основные термины и понятия	4	4	0	Зачет
3.	Аналитика игр	35	35	0	Зачет
4.	Общезфизическая подготовка	40	1	39	Зачет
5.	Отработка упражнений	40	1	39	Зачет
6.	Игры	80	5	75	Зачет
7.	Соревнования	40	2	38	