## Календарный учебный график

## к дополнительной общеразвивающей программе «Основы самообороны»

Раздел / месяц	сентябр	октябрь	ноябр	декабрь	январ	феврал	март	апрель	май
	Ь		Ь		Ь	Ь			
Организационная работа по набору групп	4								
Вводное занятие. Входящий контроль	2								
Теория обучения основам самообороны.		1	1	1					1
Элементы самостраховки.	1	2	2	2	1	1	1	1	1
Общеразвивающие упражнения	2	3	3	2	3	3	3	3	2
Специальные упражнения	1	2	2	2	2	4	4	4	3
Промежуточная аттестация				1					1
Всего	10	8	8	8	6	8	8	8	8