

IZGLĪTĪBAS IESTĀDE **Profesionālās ievirzes sporta izglītības iestāde Team BOSS Baltic**

PROGRAMMAS VEIDS **Profesionālās ievirzes izglītības programma**

PROGRAMMU KOPA **Sports 30V813001**

POGRAMMAS NOSAUKUMS **Profesionālās ievirzes izglītības programma vieglatlētikas sportā**

IEPRIEKŠĒJĀ IZGLĪTĪBA **Dokuments, kas apliecina programmas 20V813001 apguvi**

ĪSTENOŠANAS ILGUMS **Četri gadi**

IEGUVES FORMA **Klātiene**

Mācību plans vieglatlētikas sportā

Mācību priekšmets	Pārbaudījuma veids	Apmācību gadi							
		SMP1	SMP2	SMP3	ASM				
1. Teorētiskā daļa									
Drošības noteikumi	Mutiski	0	0	0	0				
Sacensību noteikumi	Mutiski	0	0	0	0				
Iesildīšanās nozīme	Mutiski	0	0	0	0				
Vieglatlētikas vesture	Mutiski	0	0	0	0				
Sporta higiēna	Mutiski	1	1	0	0				
Veselīgs dzīvesveids	Mutiski	1	1	1	1				
Cilvēka anatomija	Mutiski	1	2	2	2				
Psiholģiskā sagatavotība	Mutiski	1	2	2	2				
Iekšējās kārtības noteikumi	Mutiski	0	0	0	0				
Kopējās teorētiskās stundas		4	6	6	6				
2. Praktiskā daļa									
Vispārējā fiziskā sagaavotība	Normatīvi	306	304	304	310				
Speciālā fiziskā sagaavotība	Normatīvi	450	450	500	600				
Tehniskā sagatavotība	Sacensības	50	50	50	50				
Taktiskā sagatavotība	Sacensības	30	30	30	30				
Sacensības (skaits/ stundas)		12/70	12/70	12/70	12/70				
Nomentnes (skaits/ stundas)		4/70	4/70	4/70	4/70				
Kontrolnormatīvi		10	10	10	10				
Rehabilitācija	Praktiski	50	50	50	50				
Tiesāšanas prakse	Praktiski	0	0	0	0				
Kopā praktiskās stundas		1036	1036	1086	1190				
Kontaktstundas nedēļā		20	20	21	23				
Kopā kontaktstundas		1040	1040	1092	1196				

