

IZGLĪTĪBAS IESTĀDE	LIEPĀJAS TENISA SPORTA SKOLA
PROGRAMMAS VEIDS	Profesionālās ievirzes izglītības programma
PROGRAMMU KOPA	Sports
PROGRAMMU NOSAUKUMS	Teniss
IEPRIEKŠĒJĀ IZGLĪTĪBA	Ar iepriekšējo profesionālās ievirzes izglītību sportā
ĪSTENOŠANAS ILGUMS	Četri gadi
IEGUVES FORMA	Klātiene

MĀCĪBU PLĀNS Mācību priekšmeti	Pārbaudījuma veids	Kontaktstundas			
		SMP1	SMP2	SMP3	ASM
I. Teorētiskā daļa					
Drošības noteikumi	Ieskaite	4	4	4	4
Treņu teorija	Ieskaite	4	4	4	4
Sacensību noteikumi	Ieskaite	4	4	4	4
Anatomija, fizioloģija un higiēna	Ieskaite	6	6	6	6
Sporta veida vēsture	Ieskaite	6	6	6	6
Traumu profilakse	Ieskaite	6	6	6	6
Dopings un tā kaitīgums	Ieskaite	2	2	2	2
Kopā teorētiskā daļā		32	32	32	32
II. Praktiskā daļa					
Vispārējā fiziskā sagatavotība	Normatīvi, testi	264	264	254	254
Speciālā fiziskā sagatavotība	Normatīvi, testi	234	234	264	264
Tehniskā sagatavotība	Normatīvi, testi	324	324	340	364
Taktiskā sagatavotība	Sacensības	44	44	52	70
Integrālā sagatavotība	Sacensības	24	24	32	46
Relaksācijas pasākums	Ieskaite	30	30	30	30
Rehabilitācija		28	28	28	28
Sporta tiesnešu sagatavošana	Sacensību tiesāšana	16	16	16	16

Sacensības skaits/stundas		12/96	12/96	12/96	18/144
Kopā praktiskajā daļā		1060	1060	1112	1216
Kontaktstundu skaits nedēļā		20	20	21	23
Kopā:		1080	1080	1133	1239