Приложение 2

к Государственному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «теннис настольный»

(пункт 1.4.)

**Соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта «теннис настольный»**

|  |  |
| --- | --- |
| Разделы подготовки | Этапы и годы спортивной подготовки |
|  | этап начальной подготовки | тренировочный этап (этап спортивной специализации) | этап совершенствования спортивного мастерства | этап высшего спортивного мастерства |
|  | до года | свыше года | до двух лет | свыше двух лет |  |  |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Общая физическая подготовка (%) | 26-34 | 26-34 | 17-23 | 17-23 | 13-17 | 9-11 |
| Специальная физическая подготовка (%) | 17-23 | 17-23 | 17-23 | 17-23 | 17-23 | 13-17 |
| Техническая подготовка (%) | 31-39 | 31-39 | 26-34 | 26-34 | 22-28 | 22-28 |
| Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%) | 9-11 | 9-11 | 17-23 | 17-23 | 22-28 | 26-34 |
| Участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика (%) | 4-6 | 4-6 | 9-11 | 9-11 | 13-17 | 17-23 |