Приложение 2

к Государственному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «современное пятиборье»

(пункт 1.4.)

(в редакции Приказа Министерства

молодежи, спорта и туризма Донецкой Народной Республики

от 15 июля 2020 года № 01-09/153)

**Соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта «современное пятиборье»**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Виды  спортивной  подготовки | | Этапы и годы спортивной подготовки | | | | | |
| Этап начальной подготовки | | Учебно-тренировочный этап | | Этап спортивного совершенствования | Этап высшего спортивного мастерства |
| До года | свыше года | до двух лет | свыше двух лет |
| Общая физическая подготовка (%) | | 24-32 | 20-26 | 17-23 | 15-19 | 8-11 | 6-8 |
| Специальная физическая подготовка(%) | | 14-18 | 8-11 | 7-9 | 10-14 | 10-14 | 12-15 |
| Техническая подготовка (%) | | 50-64 | 59-75 | 63-81 | 67-87 | 70-90 | 70-90 |
| Теоритическая, тактическая, психологическая подготовка (%) | - | - | 3-5 | 4-6 | 4-7 | 5-8 |
| Участие в спортивных соревнованиях, инструкторская и судейская практика (%) | 2-4 | 2-4 | 3-5 | 5-7 | 6-8 | 8-11 |