

**Программа повышения квалификации Освоение
физкультурно-спортивных компетенций по виду спорта «Айкидо»**

Тема 1. Общая физическая подготовка

Тема 2. Техническая подготовка

Тема 3. Тактическая подготовка

Тема 4. Специализированная подготовка

Тема 5. Теоретическая подготовка

Тема 6. Восстановительные мероприятия