**Продолжительность:**72 часа

**Дата начала:** в течение учебного года по мере набора группы

**Стоимость:**4 700 рублей

**Преподаватели:**ведущие преподаватели профильных кафедр СибГУФК

**Цель курса:**формирование у слушателей профессионально-педагогических знаний, умений, навыков для проведения занятий по плаванию с различным контингента занимающихся.

**Категория слушателей:**лица, имеющие средне профессиональное и/или высшее образование

**Форма обучения:**очная, очно-заочная

**Режим занятий:**7-8 дней по 4-8 часов

**Требования к результатам обучения:**

В результате освоения программы слушатель должен

**Знать:**

- Закономерности изменения работоспособности в процессе занятий спортивным плаванием;

- Особенности сочетания тренировочных нагрузок в микро, мего и макроструктуре подготовки пловцов.

**Уметь:**

- Разрабатывать программы тренировочных занятий по плаванию;

- Оценивать эффективность программ занятий по плаванию.

*Владеть:*

- Технологией проведения занятий плаванием с различным контингентом спортсменов.

**Учебно-тематический план программы:**

В программу обучения включены следующие модули и темы:

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование модулей | Всего час. | В том числе | | |
| лекции | практ. | самост. |
| **1** | **Модуль 1.** | **60** | **6** | **2** | **52** |
| 1.1 | Методика построения учебно-тренировочных занятий в спортивном плавании. | 20 | 2 |  | 16 |
| 1.2 | Структура многолетней подготовки пловцов | 28 | 2 |  | 26 |
| 1.3 | Основы управления подготовкой пловцов | 12 | 2 |  | 10 |
| **2** | **Модуль 2.** | **12** |  | **2** | **10** |
| 2.1 | Специализированные восприятия в спортивном плавании | 12 |  | 2 | 10 |
|  | Итоговая аттестация – зачет, реферат. | зачет |  |  |  |
|  | ИТОГО | **72** | **6** | **4** | **62** |

Освоение программы завершается итоговой аттестацией (зачет).