

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

дополнительной профессиональной программы повышения квалификации
«СОВРЕМЕННЫЕ АСПЕКТЫ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ОБУЧЕНИЯ
ПЛАВАНИЮ»

Цель реализации образовательной программы - повышение профессионального уровня работников и специалистов по плаванию путём совершенствования их трудовых функций, а именно: обеспечить прочное и сознательное овладение слушателями теоретико-методическими знаниями и прикладными навыками, необходимыми тренеру/инструктору в практической деятельности по обучению плаванию; сформировать у слушателей готовность к самообразованию и самосовершенствованию в трудовой деятельности.

Категория слушателей: К освоению программы допускаются лица, имеющие среднее профессиональное и (или) высшее образование; лица, получающие среднее профессиональное и (или) высшее образование. Программа ориентирована на педагогов дополнительного образования, специалистов в области физической культуры, преподавателей, тренеров.

Форма обучения: очная.

Трудоемкость: 72 часа.

Срок освоения: 2-3 недели.

Режим занятий: 2-4 раза в неделю по 2-8 часов.

№ п п	Наименование разделов, тем, дисциплин (модулей)	Всего часов трудоемкости	Всего, ауд. часов	В том числе		Дистанционные занятия, час.	Самост. работа	Форма аттестации
				Лекции	Практические занятия			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Тема 1. Введение в предмет. Техника безопасности при организации и проведении занятий в бассейне. Оказание первой помощи при утоплении	6	4	0	4	0	2	тестирование
	Тема 2. Начальное освоение с водой	6	4	0	4	0	2	опрос
	Тема 3. Средства и методы обучения плаванию	6	4	0	4	0	2	опрос
	Тема 4. Техника облегченных и спортивных способов плавания	20	18	2	16	0	2	тестирование

	Тема 5. Методика обучения плаванию лиц разного возраста и уровня подготовленности	20	16	2	14	0	4	конспект
	Тема 6. Прикладное плавание	12	10	2	8	0	2	опрос
7	Итоговая аттестация	2	2	0	0	0	0	Зачет (защита реферата)
	ИТОГО	72	58	6	50	0	14	