

«УТВЕРЖДАЮ»

Приказ № 5 от «25» марта 2021г



Директор АНО ДПО «АППКК»

Зотова М.Ю.

М.П.

## Учебный план

программы профессиональной переподготовки

## «Тренер по избранному виду спорта (легкая атлетика)» с присвоением квалификации «Тренер по легкой атлетике»

| №пп                 | Наименование дисциплин                                                               | Общая<br>трудоемкость, в<br>акад. часах | Работа обучающегося в СДО |              |                         | Формы<br>промежуточной и<br>итоговой аттестации<br>(ДЗ, З) |
|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|---------------------------|--------------|-------------------------|------------------------------------------------------------|
|                     |                                                                                      |                                         | Лекции                    | Тестирование | Практические<br>занятия |                                                            |
| 1                   | Теория и методика физической культуры                                                | 46                                      | 36                        | 4            | 6                       | ДЗ                                                         |
| 2                   | Биомеханика физических упражнений. Спортивная гигиена                                | 62                                      | 36                        | 8            | 18                      | З                                                          |
| 3                   | Организация эффективного отбора спортсменов. Подготовка к соревновательному процессу | 28                                      | 18                        | 4            | 6                       | З                                                          |
| 4                   | Комплексная организация тренировочного процесса                                      | 46                                      | 36                        | 4            | 6                       | З                                                          |
| 5                   | Технологии и методики обучения базовым (циклическим) видам спорта                    | 54                                      | 28                        | 8            | 18                      | ДЗ                                                         |
| 6                   | Технологии и методики обучения базовым (ациклическим) видам спорта                   | 54                                      | 28                        | 8            | 18                      | ДЗ                                                         |
| 7                   | Основы и способы оказания первой помощи                                              | 28                                      | 18                        | 4            | 6                       | З                                                          |
| 8                   | Основы медицинских знаний и здорового образа жизни                                   | 24                                      | 16                        | 2            | 6                       | З                                                          |
| 9                   | Методология подготовки высококвалифицированных спортсменов по легкой атлетике        | 46                                      | 36                        | 4            | 6                       | ДЗ                                                         |
| Итоговая аттестация |                                                                                      | 12                                      |                           |              |                         | Итоговый<br>междисциплинарный<br>экзамен                   |
| <b>ИТОГО</b>        |                                                                                      | <b>400</b>                              |                           |              |                         |                                                            |

## Календарный учебный график

| №пп | Наименование дисциплин                                                               | Общая<br>трудоемкость, в<br>акад. часах | Учебные недели |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|----------------|
| 1   | Теория и методика физической культуры                                                | 46                                      | 1-2            |
| 2   | Биомеханика физических упражнений. Спортивная гигиена                                | 62                                      | 2-4            |
| 3   | Организация эффективного отбора спортсменов. Подготовка к соревновательному процессу | 28                                      | 4-5            |
| 4   | Комплексная организация тренировочного процесса                                      | 46                                      | 5-6            |
| 5   | Технологии и методики обучения базовым (циклическим) видам спорта                    | 54                                      | 6-8            |
| 6   | Технологии и методики обучения базовым (ациклическим) видам спорта                   | 54                                      | 8-10           |
| 7   | Основы и способы оказания первой помощи                                              | 28                                      | 10             |
| 8   | Основы медицинских знаний и здорового образа жизни                                   | 24                                      | 11-12          |
| 9   | Методология подготовки высококвалифицированных спортсменов по легкой атлетике        | 46                                      | 12-13          |
|     | Итоговая аттестация                                                                  | 12                                      | 13             |