

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Учебный план

№	Наименование учебных предметов, модулей, разделов модулей	Общая трудоемкость, ч.	Аудиторные занятия, ч.	В том числе		Занятия с использованием ДОТ и ЭО, ч.		Самостоятельная работа слушателей, ч.	Форма контроля
				Лекции	Практические и семинарские занятия	Лекции	Практические и семинарские занятия		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Базовые дисциплины									
1	Биомеханика	8	4	4	-	1	1	2	зачет
2	Психолого-педагогические основы физической культуры и спорта	16	8	4	4	2	2	4	зачет
3	Медико-биологические основы физической культуры и спорта	26	14	10	4	2	4	6	зачет
4	Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности, основы медицинских знаний	28	14	6	8	8	2	4	зачет
5	Теория и методика физической культуры и спорта	16	8	4	4	2	4	2	зачет
6	Нормативно-правовые и организационно-управленческие основы физической культуры и спорта	16	6	6	-	4	4	2	зачет
7	Основы здорового образа жизни	10	6	4	2	1	1	2	зачет
8	Базовые виды спорта (гимнастика, легкая атлетика, спортивные и подвижные игры, плавание)	24	16	8	8	4	4	2	зачет
9	Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО)	22	16	6	10	2	2	2	зачет
10	Практика	18					18		зачет
Вариативные модули									
10.	Организация спортивно-массовой работы на предприятиях, в учреждениях	96	36	8	28	4	20	36	экзамен

(1 модуль)									
------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--

10.1	Организация и проведение спортивно-массовых физкультурно-оздоровительных мероприятий.	24	10	4	6	-	-	14	
10.2	Оздоровительная гимнастика во внерабочее время. Оздоровительная гимнастика для инвалидов.	30	12	2	10	2	6	10	
10.3	Организация гимнастики на рабочем месте и активного отдыха в рабочее время.	42	14	2	12	2	14	12	
11.	Организация спортивно-массовой работы на спортивных сооружениях, в том числе на открытых/ закрытых спортивных площадках, а также в парках для лиц различных возрастных групп, в том числе старших возрастных групп (2 модуль)	96	36	8	28	4	20	36	экзамен
11.1	Содержание занятий на спортивных сооружениях.	24	10	4	6	-	-	14	
11.2	Возрастные особенности проведения занятий. Профилактика травматизма.	30	12	2	10	2	6	10	
11.3	Содержание физкультурно-оздоровительных занятий. Физкультурно-оздоровительные занятия для инвалидов.	42	14	2	12	2	14	12	
12.	Организация спортивно-массовой работы в физкультурно-оздоровительных клубах и фитнес центрах для лиц различных возрастных групп, в том числе старших возрастных групп (3 модуль)	96	36	8	28	4	20	36	экзамен
12.1	Физкультурно-оздоровительные клубы, фитнес центры, их виды деятельности.	24	10	4	6	-	-	14	
12.2	Организация дополнительных спортивных и оздоровительных мероприятий для детей в физкультурно-	30	12	2	10	2	6	10	

	оздоровительных клубах.								
12.3	Современные виды оздоровительной гимнастики	42	14	2	12	2	14	12	

13.	Организация спортивно-массовой работы специалистов центров тестирования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (4 модуль)	96	36	8	28	4	20	36	экзамен
13.1	Особенности работы стационарных площадок для ГТО.	24	10	4	6	-	-	14	
13.2	Организация судейства соревнований комплекса ГТО.	30	12	2	10	2	6	10	
13.3	Методика подготовки к выполнению нормативов ВФСК ГТО для лиц разного возраста. Подготовка инвалидов к ГТО.	42	14	2	12	2	14	12	
14.	Организация спортивно-массовой работы в школьном и студенческом спортивном клубе (5 модуль)	96	36	8	28	4	20	36	экзамен
14.1	Организация и проведение спортивно-массовой работы для детей школьного возраста.	24	10	4	6	-	-	14	
14.2	Организация и проведение спортивно-массовой работы для студентов.	30	12	2	10	2	6	10	
14.3	Фитнес программы в повышении физического состояния и физической подготовленности школьников и студентов.	42	14	2	12	2	14	12	
	Практика	18	-	-	-	-	18	-	зачет
	Подготовка выпускной квалификационной работы	12	-	-	-	-	-	12	
	Итоговая аттестация	8	8	-	-	-	-	-	защита ВКР
Всего		300	128	60	68	30	62	74	