

Утверждено
Директор ООО «ИНФОУРОК»
В.А. Шишко

Курс повышения квалификации «Теория и методика тренировочного процесса по легкой атлетике»

Учебный план курса на 36 часов

Наименование разделов, модулей, тем	Всего часов	Теория	Самостоятельная работа	Практическая работа	Кол-во часов контроля	Тип контроля	
Модуль 1. История развития легкой атлетики как вида спорта	6	1	2	1	2	1	Тест
Модуль 2. Классификация видов и упражнений легкой атлетики	6	2	2	1	1	1	Тест
Модуль 3. Основы методики тренировочного процесса в легкой атлетике	6	1	1	2	2	1	Тест
Модуль 4. Основы техники ходьбы и бега	8	2	1	3	2	1	Тест
Модуль 5. Основы техники прыжков и метаний	8	2	1	3	2	1	Тест
Итоговая аттестация	2				2	1	Тест
Итого часов	36	8	7	10	11	6	