

Утверждено
Директор ООО «ИНФОУРОК»
В.А. Шишко

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

Учебный план курса на 72 часа

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	12	2	4	2	4	1	Тест
Модуль 2. Классификация видов и упражнений легкой атлетики	12	4	4	2	2	1	Тест
Модуль 3. Основы методики тренировочного процесса в легкой атлетике	12	2	2	4	4	1	Тест
Модуль 4. Основы техники ходьбы и бега	16	4	2	6	4	1	Тест
Модуль 5. Основы техники прыжков и метаний	16	4	2	6	4	1	Тест
Итоговая аттестация	4				4	1	Тест
Итого часов	72	16	14	20	22	6	