



Общество с ограниченной ответственностью  
"Региональный институт постдипломного образования"  
445037, Самарская область, г Тольятти, Новый проезд, д. 8  
Тел: +7 993 250 08 08, e-mail: Office@ripodpo.ru

### УЧЕБНЫЙ ПЛАН

дополнительной профессиональной образовательной программы профессиональной  
переподготовки

**«Спортивная подготовка и физическое воспитание детей и взрослых: деятельность  
по подготовке спортсменов и физическому воспитанию обучающихся»  
(квалификация - «Тренер-преподаватель»)**

**Цель** - сформировать дополнительные знания, умения и навыки по профессии тренера-преподавателя, научить методам эффективного проведения занятий.

**Категория слушателей** – лица, имеющие высшее образование (непрофильное) или среднее профессиональное образование (непрофильное) и дополнительное профессиональное образование в области физической культуры и спорта

**Срок обучения** - 720 часов

**Форма обучения** - заочная, с применением дистанционных образовательных технологий

| №<br>п/п | Наименование разделов и дисциплин                                                                                        | Всего<br>часов | В том числе |            | Форма<br>контроля |
|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-------------|------------|-------------------|
|          |                                                                                                                          |                | Лекции      | ПЗ         |                   |
| 1        | Возрастная морфология и динамическая анатомия                                                                            | 36             | 24          | 12         | Зачет             |
| 2        | Основы биохимии двигательного действия                                                                                   | 36             | 24          | 12         | Зачет             |
| 3        | Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности                                                                | 36             | 24          | 12         | Зачет             |
| 4        | Основы биомеханики                                                                                                       | 36             | 24          | 12         | Зачет             |
| 5        | Педагогика физической культуры и спорта                                                                                  | 36             | 24          | 12         | Зачет             |
| 6        | Психология физического воспитания и спорта                                                                               | 36             | 24          | 12         | Зачет             |
| 7        | Теория и методика ФКиС                                                                                                   | 72             | 54          | 18         | Зачет             |
| 8        | Информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности                                                | 30             | 24          | 6          | Зачет             |
| 9        | Основы антидопингового обеспечения                                                                                       | 36             | 24          | 12         | Зачет             |
| 10       | Теория и методика обучения базовым видам спорта (легкая атлетика, плавание, спортивные игры, подвижные игры, гимнастика) | 288            | 144         | 144        | Зачет             |
| 11       | Теория и методика спортивной тренировки в виде спорта                                                                    | 72             | 54          | 18         | Зачет             |
|          | <b>Итоговая аттестация</b>                                                                                               | <b>6</b>       | <b>-</b>    | <b>6</b>   | <b>Экзамен</b>    |
|          | <b>Итого</b>                                                                                                             | <b>720</b>     | <b>444</b>  | <b>276</b> |                   |

**Режим занятий** – определяется совместно с заказчиком (не менее 6 часов в день)



УТВЕРЖДАЮ  
Директор ООО «РИПО»

Овченков В.Г.

04.08.2025