

Структура навчальної дисципліни

Назви тематичних розділів і тем	Кількість годин									
	денна форма					заочна форма				
	усього	у тому числі				усього	у тому числі			
		л	с/п	лаб.	сам.роб		л	с/п	лаб.	сам.роб.
1	2	3	4	5	6	8	9	10	11	12
Розділ 1. Вступ до предмету										
Тема 1. Плавання як спортивно-педагогічна дисципліна	10	2	-	2	6	12	2	-	-	12
Тема 2. Загальні закономірності плавання	10	2	-	2	6	12	2	-	-	12
Тема 3. Загальні основи техніки спортивного плавання	12	2	-	2	8	14	-	-	-	10
Разом за розділом 1	32	6		6	20	38	4			34
Розділ 2. Техніка та методика початкового навчання спортивним способам плавання										
Тема 4. Аналіз техніки плавання способом кроль на груді	12	2	-	2	8	16	-	-	2	12
Тема 5. Аналіз техніки плавання способом на спині	12	2	-	2	8	16	-	-	2	12
Тема 6. Аналіз техніки плавання способом брас	12	2	-	2	8	16	-	-		12
Тема 7. Аналіз техніки плавання способом батерфляй	14	2	-	2	10	14	-	-	-	12
Разом за розділом 2	50	8	0	8	34	60	0	0	4	48
Розділ 3. Прикладне плавання										
Тема 8. Техніка прикладних способів плавання і пірнання	14	2	-	2	10	14	-	-	2	10
Тема 9. Ігри та розваги на воді	14	2	-	2	10	8	-	-	-	10
Разом за розділом 3	28	4	0	4	20	22	0	0	2	20
Розділ 4. Методика початкового навчання плаванню										
Тема 10. Загальна схема навчання плаванню	14	2	-	2	10	10	2	-	-	12
Тема 11. Методика початкового навчання плаванню способами кроль на груді та на спині	14	2	-	2	10	10	-	-	-	12
Тема 12. Планування навчального процесу з плавання у учнів початкових класів	12	2	-	2	8	10	-	-	-	12
Разом за розділом 4	40	6	0	6	28	30	2	0	0	36
Усього годин	150	24	0	24	102	150	6	0	6	138