

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЦЕНТРАЛЬНЫЙ МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ ИНСТИТУТ»**

Утверждаю  
Ректор АНО ДПО  
«Центральный многопрофильный институт»

А.Х. Тамбиев  
01.01.2022 г.



**УЧЕБНЫЙ ПЛАН  
профессиональной переподготовки (ПП)  
«Инструктор по плаванию»**

**Цель** – получение слушателями курса знаний необходимых для выполнения обязанностей инструктора по плаванию в водных комплексах фитнес- клубов  
**Категория слушателей** – лица, имеющие среднее и высшее профессиональное образование..

**Срок обучения:** 502 часа, 3,5 мес.

**Форма обучения:** очно-заочная, с применением дистанционных технологий.

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Всего часов	Лекции и	Прак. занят.	Форма контроля
1	2	3	4	5	6
1.	История плавания, тренировки в водном комплексе	48	24	24	тест
2.	Обучение плаванию	60	35	25	тест
3.	Спортивное совершенствование	70	55	15	тест
4.	Кондиционное плавание	65	30	35	тест
5.	Оздоровительное плавание	48	24	24	тест
6.	Особенности построения занятий на мелкой и глубокой воде	75	40	35	тест
7.	Формула глубокой воды, особенности проведения занятий на глубокой воде	80	40	40	тест
8.	Требования к технике показа упражнений	52	25	27	тест
	<b>Итоговый контроль</b>	<b>4</b>		<b>4</b>	<b>тест</b>
	<b>Всего</b>	<b>502</b>	<b>273</b>	<b>229</b>	