	PROGRAM **KURSU**		
	TEORIA	Ilośc godzin	8 godzin
0	Spotkanie / Połączenie organizacyjne	?	-
1	Elementy metodyki wychowania fizycznego i teorii sportu Organizacja zajęć (przepisy i regulaminy)	45 min	90 min
2	Elementy teorii pływania	30 min	
3	Podstawy fizjologii sportu	30 min	60 min
4	Podstawy biomechaniki pływania i fizyka środowiska wodnego	30 min	
5	Rys historyczny i charakterystyka dyscypliny	15 min	60 min
6	Metodyka nauczania pływania	20 min	
7	Adaptacja do środowiska wodnego	20 min	
8	Nauczanie pływania poszczególnymi stylami	90 min	150 min
9	Nauczanie elementów technicznych (skok, nawrót)	30 min	
10	Przybory wykorzystywane do nauki i doskonalenia pływania	15 min	120 min
11	Metodyka i podstawy treningowe dla dzieci i młodzieży	20 min	
12	Nabór adeptów oraz ich selekcja	20 min	
13	Psychologia rozwoju, psychologia sportu	30 min	
14	Podstawy ratownictwa wodnego	45 min	
	PRAKTYKA	Ilośc godzin	8 godz
1	Technika pływania stylem grzbietowym i kraulem	60 min	60 min
2	Technika pływania stylem klasycznym i motylkowym	60 min	60 min
3	Metodyka nauczania pływania poszczególnymi stylami (ćwiczenia przygotowujące na lądzie i w wodzie, ćwiczenia metodyczne w nauczaniu techniki, ćwiczenia korygujące najczęstsze błędy)	2x 90 min	180 min
4	Rozwiązania metodyczne i organizacyjne podczas szkolenia grupowego i indywidualnego	45 min	45 min
5	Analiza techniki pływania nad i pod wodą	60 min	60 min
*6	Instruowanie i prowadzenie zajęć przez kursantów pod nadzorem prowadzącego (tylko dla kursów prowadzonych we Wrocławiu)	3x 45 min/os	135 min
*7	Hospitacja zajęć (W miarę możliwości w danym mieśćie)	45 min	45 min