

LIÊN ĐOÀN THỂ THAO DƯỚI NƯỚC
THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

BAN TỔ CHỨC LỚP

CHƯƠNG TRÌNH VÀ NỘI DUNG HỌC TẬP
LỚP ĐÀO TẠO HƯỚNG DẪN VIÊN DẠY BƠI BAN ĐẦU
KHÓA I NĂM 2022
HỌC TẠI CLB BƠI - LẶN PHÚ THỌ QUẬN 11
(Từ 12/4 đến 15/4/2022)

| Ngày | Số tiết | Nội dung học tập | Địa điểm |
|--|--|--|-------------------------------|
| Ngày 12/4/2022 Sáng (8h00 đến 11h30) | 3 tiết 2 tiết | * Lễ khai giảng * Những vấn đề chung của Hướng Dẫn Viên Bơi lội * Lý luận cơ bản của "Dạy" và "Học". * Kiểm tra chuyên môn 04 kiểu bơi | Câu lạc bộ Bơi Lặn Phú Thọ |
| Ngày 13/4/2022 Sáng (8h00 đến 11h30) | 1 tiết 1 tiết 1 tiết 1 tiết 1 tiết | * Lý luận cơ bản của "Dạy bơi" và "học bơi" * Giới thiệu bộ công cụ dạy bơi ban đầu. * Giới thiệu hệ thống các bài tập dạy bơi ban đầu. * Giới thiệu Giáo án mẫu * Phương pháp phân chia chương trình dạy bơi. | Câu lạc bộ Bơi Lặn Phú Thọ |
| Ngày 13/4/2022 Chiều (14h00 đến 16h30) | 3 tiết 1 tiết 1 tiết | * Phương pháp khởi động chung và chuyên môn * Giáo trình hướng dẫn kỹ thuật bơi trườn sấp. * Giáo trình hướng dẫn bơi ếch . | Câu lạc bộ Bơi Lặn Phú Thọ |
| Ngày 14/4/2022 Sáng (8h00 đến 11h30) | 2 tiết 3 tiết | * Phương pháp khởi động chung và chuyên môn * Giáo trình hướng dẫn kỹ thuật bơi ngựa. * Giáo trình hướng dẫn bơi bướm . | Câu lạc bộ Bơi Lặn Phú Thọ |
| Ngày 14/4/2022 Chiều (14h00 đến 16h30) | 5 tiết | * Dạy bơi và các vấn đề thường gặp. * Phương pháp khắc phục. * Kiểm tra thực hành. | Câu lạc bộ Bơi Lặn Phú Thọ |
| Ngày 15/4/2022 Sáng (8h00 đến 11h30) | 3 tiết 2 tiết | * Kiểm tra lý thuyết cuối khóa. * Trao giấy chứng nhận hoàn thành khóa học. | Câu lạc bộ Bơi Lặn Phú Thọ |

Lưu ý: Học viên mang đồ tập và đồ bơi trong tất cả các buổi học lý thuyết và thực hành.

Chương trình học có thể điều chỉnh, thay đổi nhưng vẫn đảm bảo đầy đủ nội dung học tập.

BAN TỔ CHỨC