

Учебный план дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки
 «ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ГРУППОВЫХ И ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО
 ФИТНЕС- ПРОГРАММАМ»
 (продолжительность - 350 часов)

№	Наименование учебных предметов	Общая трудоемкость	Всего аудиторных часов	Лекции	Практические и семинарские занятия	Самостоятельная работа	Форма контроля
1	2	3	4	5	6	7	8
1 сессия							
1	Теория и методика физической культуры и спорта	20	16	12	4	4	экзамен
2	Анатомия человека	18	16	14	2	2	экзамен
3	Медико-биологические основы физической культуры и спорта	16	14	12	2	2	экзамен
4	Спортивная медицина	14	12	10	2	2	зачет
5	Спортивная психология	14	12	10	2	2	зачет
6	Нормативно-правовые и организационно-управленческие основы фитнес индустрии	6	4	4	0	2	зачет
7	Первая помощь при занятиях фитнесом. Техника безопасности	10	8	4	4	2	зачет
8	Основы рационального питания	12	10	8	2	2	зачет
9	Особенности продаж в фитнесе. Сервис и услуги в фитнес-клубе	8	8	6	2	0	зачет
2 сессия							
10	Теория, методика и принципы построения фитнес тренировки	14	10	8	2	4	зачет

11	Антидопинговое обеспечение спорта	10	8	6	2	2	зачет
12	Информационно-аналитические основы организации занятий фитнесом	12	10	8	2	2	зачет
13	Организация и проведение с населением занятий по фитнесу на основе атлетических видов спорта	20	16	12	4	4	экзамен
14	Организация и проведение с населением занятий по фитнесу на основе системы пилатес	20	16	12	4	4	экзамен
15	Организация и проведение с населением занятий по фитнесу на основе йоги и ее разновидности	20	16	12	4	4	экзамен
16	Организация и проведение с населением занятий по фитнесу на основе танцевальных направлений	20	16	12	4	4	экзамен
17	Организация и проведение с населением занятий по фитнесу на основе спортивных единоборств и боевых искусств	20	16	12	4	4	экзамен
18	Особенности проведения фитнес-тренировок со специальными категориями клиентов	10	8	4	4	2	зачет
19	Тесты для оценки физического развития, физической и функциональной подготовленности, фитнес тестирование	16	14	8	6	2	зачет
20	Практика	36	0	0	0	36	зачет

21	Подготовка итоговой аттестационной работы (ИАР)	30	0	0	0	30	-
22	Итоговая аттестация	4	0	0	0	4	защита ИАР
Всего		350	230	174	56	120	-