

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Шутов Олег Леонтьевич
Должность: Директор
Дата подписания: 03.02.2025 14:41:40
Уникальный программный ключ:
2ee6ded937fc2877009a3b03e0f0a7f33d8083d5

АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
«КУБАНСКИЙ ИНСТИТУТ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»
(АНПОО «КУБАНСКИЙ ИПО»)

Учебно-методический центр дополнительного профессионального образования

УТВЕРЖДАЮ
Директор АНПОО «Кубанский ИПО»
_____ О.Л.Шутов
« ____ » _____ 2025г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
дополнительной профессиональной программы
профессиональной переподготовки
«ФИТНЕС-ТРЕНЕР»

Цель: формирование и развитие профессиональных компетенций, позволяющих осуществлять деятельность по оказанию фитнес-услуг

Категория слушателей: лица, имеющие среднее профессиональное образование (по направлению «физическая культура и спорт» или непрофильное образование), высшее образование (по направлению «физическая культура и спорт» или непрофильное образование) - бакалавриат, или магистратура, или специалитет

Сфера профессиональной деятельности: организация и продвижение фитнес-услуг населению

Срок обучения: 560 часов

Режим занятий: согласно графику учебного процесса

Форма итоговой аттестации: междисциплинарный экзамен (все формы)

№ п/п	Наименование дисциплин	Всего часов	Лекции	Практ.	С/Р	Формы контроля
1.	Функциональная анатомия человека	36	22	4	10	зачет
2.	Возрастная физиология	36	22	4	10	зачет
3.	Физиология спорта	48	26	6	16	экзамен
4.	Спортивная морфология	36	22	4	10	зачет
5.	Основы биомеханики и кинезиологии	36	22	4	10	зачет
6.	Психология физической культуры и спорта	36	22	4	10	зачет
7.	Медико-биологические основы фитнеса. Основы первой медицинской помощи	48	20	12	16	экзамен
8.	Основы здорового образа жизни. Физиологические основы питания и нутритивная поддержка	48	20	12	16	экзамен
9.	Технологии физкультурно-спортивной деятельности. Фитнес-технологии	36	22	4	10	зачет
10.	Оборудование и снаряжение в фитнесе	24	14	4	6	зачет
11.	Теория и методика спортивной тренировки	64	20	22	22	экзамен
12.	Теория и методика восстановительной фитнес-тренировки	36	10	16	10	зачет
13.	Технологии планирования фитнес-программ	48	12	20	16	экзамен
14.	Методика фитнес-тестирования	24	14	4	6	зачет
15.	Итоговая аттестация	4	-	4	-	МЭ
	Итого:	560	268	124	168	