



Многопрофильный Учебный Центр  
Дополнительного профессионального образования  
«Образовательный стандарт»

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ООС МУН ДПО «Образовательный стандарт»

Ю.И. Смылова  
«09» января 2023 г.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

дополнительной профессиональной образовательной программы профессиональной переподготовки  
«Методика оказания фитнес-услуг»

**Цель** – получение новых знаний и навыков, освоения современных методов решения профессиональных задач.

**Требования к образованию слушателей:** лица, имеющие среднее профессиональное и (или) высшее образование; лица, получающие среднее профессиональное и (или) высшее образование.

**Срок обучения** – 520 академических часов.

**Форма обучения** – определяется совместно образовательным учреждением и Заказчиком (без отрыва от производства, с частичным отрывом от производства, с применением дистанционных образовательных технологий).

**Режим занятий** – определяется совместно с Заказчиком (не менее 4 часов в день).

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			Лекции	СРС	
1.	Правовые основы деятельности в сфере физической культуры и спорта	34	32	2	
2.	Профессиональные стандарты	36	34	2	
3.	Физическое развитие, его оценка, методы исследования	34	32	2	
4.	Анатомия и физиология человека	36	34	2	
5.	Педагогика и психология физической культуры	36	34	2	
6.	Основы теории и методики физического воспитания и спортивной тренировки	36	34	2	
7.	Спортивная медицина и рекомендации по питанию	34	32	2	
8.	Современный фитнес-центр и тренажерные комплексы	36	34	2	
9.	Фитнес-услуги, проведение индивидуальных и групповых тренировок	36	34	2	
10.	Фитнес-планы для людей с различным уровнем подготовки	36	34	2	
11.	Ответственность фитнес-тренера	36	34	2	
12.	Лечебная физическая культура	36	34	2	
13.	Охрана труда в области физической культуры и спорта	34	32	2	
	<b>Подготовка и защита выпускной аттестационной работы</b>	<b>40</b>	-	<b>40</b>	<b>Защита ВАР</b>
	<b>Итоговая аттестация по учебному курсу</b>	<b>20</b>	-	<b>20</b>	<b>Экзамен</b>
	<b>Итого</b>	<b>520</b>	<b>434</b>	<b>86</b>	