

«Физическая культура: теория и методика фитнеса» (500 часов)

Цель реализации программы

Формирование у слушателей профессиональных компетенций, необходимых для профессиональной деятельности в области физической культуры и фитнеса, а также присвоения квалификации «Тренер-преподаватель».

Требования к уровню подготовки поступающего на обучение

К освоению программы профессиональной переподготовки допускаются лица, имеющие среднее профессиональное/высшее образование.

Наличие указанного образования должно подтверждаться документом государственного или установленного образца.

Форма обучения

Очно-заочная (без отрыва от производства) с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения.

Трудоемкость обучения

500 часов, включая все виды аудиторной и внеаудиторной (самостоятельной) учебной работы слушателя.

Занятия проводятся 3-4 раза в неделю. Срок освоения программы – 7-8 месяцев.

Базовые блоки программы

1. Теория и методика физического воспитания и спорта.
2. Теория и методика аква-аэробики, степ-аэробики и др.
3. Теория и методика шейпинга.
4. Теория и методика бодибилдинга.
5. Теория и методика гимнастики.
6. Теория и методика стрейчинга
7. Пилатес.
7. Лечебная физическая культура и массаж.
8. Физиология физического воспитания и спорта и др.

Документ о квалификации

Диплом о профессиональной переподготовке с присвоением квалификации «Тренер-преподаватель», предоставляющий право ведения профессиональной деятельности в области физической культуры и фитнеса.

Стоимость обучения: 28 тыс. рублей (при наборе группы на обучение).

Начало обучения: по мере комплектования группы.