



Общество с ограниченной ответственностью Институт Повышения Квалификации  
Дополнительного профессионального образования «Специалист»  
117105, город Москва, Нагатинский 1-й проезд, дом 2, строение 6  
Тел: 8(495)120-15-77, e-mail: info@dpocenter.ru  
ИНН/КПП 7724494212/772401001, ОГРН 1197746698742

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор

ООО ИПК ДПО «Специалист»

Ю.С. Петрова

2023 г.



## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

### дополнительной профессиональной образовательной программы повышения квалификации: «Инструктор детского фитнеса»

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

**Категория слушателей** – лица, имеющие среднее профессиональное образование в области физической культуры и спорта или в области педагогики по специальности «физическая культура»; среднее профессиональное образование (непрофильное) и дополнительное профессиональное образование - программы профессиональной переподготовки по физической культуре и спорту; высшее образование в области физической культуры и спорта по программам с направленностью «физкультурно-оздоровительные технологии и (или) фитнес»; высшее образование в области физической культуры и спорта или в области педагогики с направленностью «физическая культура» или в области обороны и безопасности государства по служебно-прикладной физической подготовке; высшее образование (непрофильное) и дополнительное профессиональное образование - программы профессиональной переподготовки по физической культуре и спорту.

**Срок обучения** – 72 академических часа.

**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.	Введение в деятельность фитнес-тренера	8	7	1	
2.	Психология развития ребенка	8	7	1	
3.	Основы обучения двигательным действиям	10	9	1	
4.	Цели и методы обучения ритмикой детей дошкольного возраста	10	9	1	
5.	Характеристика фитнес-занятий	8	7	1	
6.	Современный танец в системе хореографического образования	8	7	1	
7.	Задачи, преимущества и отличия детского фитнеса от физкультуры	8	7	1	

8.	Теоретические предпосылки занятий фитнесом с детьми	8	7	1	
<b>Итоговая аттестация по учебному курсу</b>		<b>4</b>	<b>-</b>	<b>4</b>	<b>Зачет</b>
<b>Всего часов:</b>		<b>72</b>	<b>60</b>	<b>12</b>	