

Утверждено  
 Директор ООО «ИНФОУРОК»  
 В.А. Шишко

**Курс повышения квалификации «Инструктор детского фитнеса»**

Учебный план курса на 144 часа

Наименование разделов, модулей, тем	Всего часов	Теория	Самостоятельная работа	Практическая работа	Кол-во часов контроля	Тип контроля	
Модуль 1. Принципы оздоровительного фитнеса и их реализация при работе с детьми и подростками. Принципы обучения физическим упражнениям	38	26	4	6	2	1	Тест
Модуль 2. Содержание, методика и организация занятий классической аэробикой. Силовой фитнес	34	22	4	6	2	1	Тест
Модуль 3. Особенности проведения занятий фитнесом с детьми разных возрастных категорий	42	30	4	6	2	1	Тест
Модуль 4. Особенности проведения занятий с детьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья и физическом развитии	28	16	4	6	2	1	Тест
Итоговая аттестация	2				2	1	Тест
<b>Всего часов</b>	<b>144</b>	<b>94</b>	<b>16</b>	<b>24</b>	<b>10</b>	<b>5</b>	