



**СТОЛИЧНЫЙ МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ
институт дополнительного образования**

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
«СТОЛИЧНЫЙ МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ ИНСТИТУТ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ»**

ОГРН 1197746188287 ИНН/КПП 7719488774/771901001

107023, г. Москва, Семеновский переулок, дом 15, эт. 9, пом. I, ком. 6



УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «СМИДО»
Котенева А.К.

«03» июня 2019 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**профессиональной переподготовки по программе
«Тренер-преподаватель по избранному виду спорта
(теория и методика аэробики и пилатеса)»**

Цель: овладение необходимым объемом знаний и умений для работы в должности тренера-преподавателя по аэробики и пилатесу

Категория слушателей: лица, имеющие высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование

Срок обучения: 520 часов (3,5 месяца)

Форма обучения: заочная с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

№ п/п	Наименование тем и разделов	Всего часов	Форма контроля
1.	Нормативно-правовые основы физической культуры и спорта	36	зачет
2.	Биомеханика, гигиена и спортивная медицина	45	зачет
3.	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	36	зачет
4.	Теория и методика физического воспитания	45	зачет
5.	Психология физической культуры и воспитания	54	зачет
6.	Анатомия и физиология человека	54	зачет
7.	Методика преподавания оздоровительной аэробики	66	зачет
8.	Аэробика	90	зачет
9.	Теория и методика фитнес тренировки	90	зачет
	Итоговая аттестация	4	экзамен
	Итого:	520	