

Учебный план
 программы профессиональной переподготовки

«Кинезитерапия в системе фитнес-тренировок» (400 часов)

№пп	Наименование дисциплин	Общая трудоемкость, в акад. часах	Работа обучающегося в СДО			Формы промежуточной и итоговой аттестации (ДЗ, 3)
			Лекции	Тестирование	Практические занятия	
Нормативно-правовой раздел						
1	Нормативно-правовая база фитнес-услуг	18	12	2	4	3
Психолого-педагогический раздел						
2	Теория и методика фитнес-тренировки	48	36	4	8	ДЗ
3	Основы физиологии и анатомии	48	36	4	8	ДЗ
4	Биомеханика физических упражнений. Спортивная гигиена	28	18	2	8	3
5	Основы и способы оказания первой помощи	34	14	4	16	3
Раздел специальных дисциплин						
6	Основы кинезитерапии	46	26	4	16	3
7	Кинезитерапия: показания и противопоказания	26	6	4	16	3
8	Физиологические механизмы кинезитерапии	38	18	4	16	3
9	Основные упражнения кинезитерапии. Техника выполнения	46	26	4	16	3
10	Кинезитерапия в рамках фитнес-тренировки	28	10	2	16	3
11	Составление комбинированных фитнес-программ с элементами кинезитерапии	28	10	2	16	3
Итоговая аттестация		12				Итоговый междисциплинарный экзамен
ИТОГО		400				

Календарный учебный график

№пп	Наименование дисциплин	Общая трудоемкость, в акад. часах	Учебные недели
1	Нормативно-правовая база фитнес-услуг	18	1
2	Теория и методика фитнес-тренировки	48	1-3
3	Основы физиологии и анатомии	48	3-4
4	Биомеханика физических упражнений. Спортивная гигиена	28	4-5
5	Основы и способы оказания первой помощи	34	5-6
6	Основы кинезитерапии	46	6-8
7	Кинезитерапия: показания и противопоказания	26	8
8	Физиологические механизмы кинезитерапии	38	9-10
9	Основные упражнения кинезитерапии. Техника выполнения	46	10-11
10	Кинезитерапия в рамках фитнес-тренировки	28	11-12
11	Составление комбинированных фитнес-программ с элементами кинезитерапии	28	12-13
	Итоговая аттестация	12	13