

## Учебный план\*

по программе «Курсы фитнес инструктора»

№ п/п	Наименование модуля	Академических часов
Тема 1	Теория и методика физической культуры	44ч
Тема 2	Программа спортивной подготовки по виду спорта /// Виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке	48ч
Тема 3	Комплексы упражнений для повышения уровня общефизической подготовки и специальной подготовки	42ч
Тема 4	Особенности построения процесса спортивной подготовки в виде спорта	46ч
Тема 5	Правила использования спортивного оборудования и инвентаря, контрольно-измерительных приборов и средств измерений	40ч
Тема 6	Правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи	36ч
	<b>ИТОГО:</b>	<b>256ч</b>

Утверждаю  
Директор ООО МПЦ «Феникс» \_\_\_\_\_ Г.В. Котрухов

\* Данный учебный план представлен в ознакомительных целях и не является официальным учебным планом, утверждённым и применяемым организацией