



Аннотация к дополнительной профессиональной программе повышения квалификации «**Основы профессиональной деятельности фитнес-инструктора**»

**Цель учебного курса:** развитие профессиональной компетентности слушателей, необходимой для грамотного решения практических задач, связанных с организацией и проведением физкультурно-оздоровительных занятий и мероприятий (фитнес-услуг), направленных на удовлетворение потребностей, занимающихся в формировании, поддержании и укреплении здоровья, физической реабилитации, достижении спортивных результатов.

**Категория слушателей:** программа предназначена для повышения квалификации фитнес-инструкторов.

**Нормативный срок освоения:** 36 часов, 72 часа, 108 часов, 144 часа.

**Задачи:**

- способствовать профессиональному самообразованию и личностному развитию слушателей;
- познакомить слушателей с психолого-педагогическими аспектами профессиональной деятельности;
- формирование организаторских и профессионально-прикладных умений и навыков, необходимых для успешной педагогической деятельности;
- сформировать применительно к физической культуре и спорту теоретические основы деятельности фитнес-тренера/инструктора.

Освоение курса направлено на формирование у слушателей следующих профессиональных и личностных компетенций в рамках трудовых функций:

- развитие профессионально значимых компетенций, необходимых для решения практических задач в рамках трудовых функций;
- планирование и реализация групповых и индивидуальных программ в фитнес-центрах;
- создание позитивного психологического климата в группе, условий для доброжелательных отношений между тренером и клиентом;

**В результате изучения курса слушатель должен знать:**

- психолого-педагогические основы;
- теоретические основы биомеханики, гигиены, методы физического воспитания.

**уметь:**

- планировать и организовывать групповых и индивидуальных тренировки;
- осуществлять свои трудовые функции опираясь на теоретические основы;

**владеть:**

- технологией проведения групповой и индивидуальной тренировки;
- навыками выстраивать партнерское взаимодействие с клиентом.

**Принципы отбора содержания и организации учебного материала**

- принцип профессиональной направленности, предполагающий учет категории слушателей, их профессиональных потребностей и интересов;
- принцип практикоориентированности, предполагающий направленность материала на решение практических задач;
- принцип вариативности, предполагающий предоставление возможности выбора слушателями способов решения практических задач.

В программе данного курса предусмотрено использование в учебном процессе различных форм проведения занятий, в том числе лекций, заочных семинаров, самостоятельной работы.

Самостоятельная работа слушателей предполагает изучение предложенных тем, выполнение заданий, обозначенных на семинарских занятиях. При необходимости проводятся индивидуальные и групповые консультации.

Текущая аттестация осуществляется на основе выполнения слушателями заданий семинарских занятий (ответы на вопросы, составление глоссария, конспектирование и др.). Изучение курса завершается зачетом, состоящим из двух частей: 1) контрольному тесту и 2) письменным ответом на один из вопросов семинара.

**Форма обучения:** заочная с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

**Форма аттестации (итоговая форма контроля по программе):** зачет

**Форма документа, выдаваемого по результатам освоения программы:** удостоверение о повышении квалификации установленного образца