АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТРАЛЬНЫЙ МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ ИНСТИТУТ»

Утверждаю
Ректор АНО ДПО
«Центральный многопрофильный институт»
А.Х. Тамбиев
15.07.2021 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
программы профессиональной переподготовки
«Инструктор по аквааэробике»

Цель: профессиональной переподготовки – научить слушателя организовывать и проводить полезные и безопасные тренировки по аквааэробике и аквафитнесу, которые укрепляют психическое и физическое здоровье клиентов.
Категория слушателей – специалисты со средним и высшим профессиональным образованием
Срок обучения: 3,5 месяцев.
Объем курса: 504 часа.
Форма обучения: с применением дистанционных технологий, без отрыва от производства.

№ п/п	**Наименование темы**	**Всего часов**	**Теория** (кол-во часов)	**Практичес-кие занятия** (кол-во часов)	**Формы контроля**
1	Нормативно-правовые основы деятельности инструктора	72	42	30	тест
2	Теория и методика физической культуры	30	20	10	тест
3	Биомеханика плавания и движений в воде. Гигиена при занятиях в плавательном бассейне	40	25	15	тест.
4	Основы и способы оказания первой помощи	40	25	15	тест
5	Теория аквааэробики и аквафитнеса	40	25	15	тест
6	Методика аквааэробики и аквафитнеса	40	25	15	тест
7	Особенности воздействия физических упражнений в	50	30	20	тест

	воде на организм занимающихся				
8	Основные и базовые элементы аквафитнеса	50	30	20	тест
9	Материально-техническое обеспечение занятий	50	30	20	тест
10	Особенности планирования и организации занятия по аквааэробике	50	30	20	тест
11	Правила техники безопасности при проведении уроков по аквааэробике	50	30	20	тест
Итоговая аттестация		8			тест
Итого:		**504**			**в соответствии с положением об итоговой аттестации**