

ЧАСТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИТНЕСА»

УТВЕРЖДАЮ
Ректор ЧОУ ДПО
«Национальный Университет Фитнеса»

И.К. Капшунова

10 января 2021 г.

**ОПИСАНИЕ
ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ
«ИНСТРУКТОР ДЕТСКОГО ФИТНЕСА»**

Форма обучения:
заочная с применением дистанционных образовательных технологий
288 часов

г. Санкт-Петербург
2021 г.

Данная программа рассчитана не только для действующих тренеров и инструкторов по фитнесу, но также и для специалистов различных телесных практик и даже начинающих педагогов. Программа позволяет расширить знания в области работы с детьми вообще и углубиться в понимании ключевых методик и инструментов по работе с детьми разных возрастов в частности.

1 Цель реализации программы

Целью реализации дополнительной профессиональной программы является формирование у слушателей профессиональных компетенций, необходимых для профессиональной деятельности в области детского фитнеса.

Для достижения поставленной цели предусматривается решение следующих воспитательных, образовательных, развивающих и оздоровительных задач:

1. Вырабатывать мотивационно - ценностные установки для выполнения требований программы и дальнейшее применение средств и методов фитнеса как неотъемлемого компонента здорового образа жизни, фактора общекультурного развития.

2. В доступной форме донести информацию о взаимосвязи функциональной анатомии и физиологии человека с биомеханикой, как о необходимом компоненте в построении тренировочного процесса.

3. Знать и применять в своей работе: Теоретические основы оздоровительной физической культуры; Медико-биологические основы фитнеса.

4. Знать анатомо-физиологические и психологические особенности детей разных возрастных категорий.

5. Знать основные принципы взаимодействия с детьми в рамках проведения занятий по детскому фитнесу.

6. Знать и применять наработанные методики и техники по составлению занятий по детскому фитнесу, а также разбирать типичные ошибки и педагогические нюансы при коммуникации с детьми.

2 Характеристика нового вида профессиональной деятельности

В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:

знать:

- теоретические основы оздоровительной физической культуры;
- медико-биологические основы фитнеса;
- анатомию человека. Основы биомеханики двигательной деятельности;
- анатомо-физиологические особенности детей разных возрастных категорий;
- психические особенности развития детей разных возрастных

категорий;

- особенности при работе с детьми с ограниченными возможностями;
- основные принципы составления индивидуальных и групповых программ для детей разных возрастных категорий.

уметь:

- грамотно составлять программу занятий с учетом всех нюансов развития ребенка/детей;
- правильно коммуницировать с детьми во время занятия и находить индивидуальный подход к каждому;
- поддерживать необходимую связь с родителями для успешного достижения общей поставленной цели;
- правильно компоновать различные телесные техники и задачи в рамках поставленной цели для каждой конкретной группы детей/конкретного ребенка.

3 Требования к результатам освоения программы

Слушатель в результате освоения программы должен обладать следующими профессиональными компетенциями в области тренерской деятельности:

-способностью использовать знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основах и технологии тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенических основах деятельности в сфере физической культуры и спорта (ПК-8);

-способностью реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся (ПК-10).