

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«Российский государственный университет народного хозяйства  
им. В. И. Вернадского»  
(Университет Вернадского)**

УТВЕРЖДЕНО  
Проректор по образовательной деятельности  
М.Г. Кудрявцев



**УЧЕБНЫЙ ПЛАН  
дополнительной профессиональной программы  
профессиональной переподготовки  
«ФИТНЕС-ТРЕНЕР»**

№	Наименование тем	Всего часов	В том числе			Форма контроля
			Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа	
<b>Модуль 1. Фитнес: основы профессиональной деятельности персонального тренера</b>						
Итого		38	6	8	24	зачет
<b>Модуль 2. Основы анатомия и физиологии человека</b>						
Итого		58	10	10	38	зачет
<b>Модуль 3. Определение физического состояния тренирующихся с использованием методов фитнес-тестирования</b>						
Итого		34	8	6	20	зачет
<b>Модуль 4. Основы правильного питания</b>						
Итого		46	8	10	28	зачет
<b>Модуль 5. Методика разработки фитнес-программ</b>						
Итого		60	8	12	40	зачет
<b>Модуль 6. Психология и этика в профессиональной спортивной среде</b>						
Итого		18	4	-	14	зачет
Итоговая аттестация	В соответствии с нормами времени					Разработка и проведение фрагмента индивидуального занятия фитнесом
<b>Итого</b>		<b>254</b>	<b>44</b>	<b>46</b>	<b>164</b>	