



УТВЕРЖДАЮ:

 Директор АНО ДПО  
 «Центр подготовки специалистов  
 «Аутлог»

  
 Д.Б. Бронских

«03» марта 2025 г.



**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
**основной программы профессионального обучения**  
**(профессиональной подготовки)**  
**«ФИТНЕС-ИНСТРУКТОР»**

Трудоемкость обучения: 520 ак.ч.

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

№	Наименование разделов	Всего учебных часов	В том числе:			Форма контроля
			Штудирование	Тесты	Практ. занятия	
1	2	3	4	5	6	7
1	Анатомия. Физиология. Биоэнергетика	80	74	2	4	Зачет
2	Кинезиология	34	32	2	—	Зачет
3	Фитнес-тренировки (по видам)	276	154	2	120	Зачет
4	Травмы при тренировочных занятиях	12	10	2	—	Зачет
5	Фитнес-услуги тренажерного зала. Питание в спорте	114	36	2	76	Зачет
	Итоговая аттестация	4	—	2	2	Экзамен
	<b>ВСЕГО</b>	<b>520</b>	<b>306</b>	<b>12</b>	<b>202</b>	<b>-</b>

## Календарный учебный график

Длительность обучения при режиме обучения 40 часов в неделю – 13 недель.

Раздел	Неделя изучения												
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1	40	40											
2			34										
3			6	40	40	40	40	40	40	30			
4										10	2		
5											38	40	36
ИА													4

– Обучение

ИА – Итоговая аттестация

Возможна организация обучения по индивидуальному учебному плану, индивидуальному учебному плану-графику.