

Федеральное государственное образовательное бюджетное
учреждение высшего образования
«Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации»
(Финансовый университет)
Высшая школа спортивного менеджмента

Аннотация
программы профессиональной переподготовки

«Инструктор-методист по фитнесу и велнесу»

Требования к слушателям: допускаются к обучению лица, имеющие высшее и / или среднее профессиональное образование

Адресная направленность программы.

Образовательная программа предназначена:

- для лиц, занимающиеся инструкторской деятельностью в сфере спортивно-оздоровительного бизнеса, а также лиц, желающие открыть свой бизнес и заниматься инструкторской деятельностью в сфере спортивно-оздоровительного бизнеса
- для граждан, ищущих работу и обратившихся в органы службы занятости, включая безработных граждан; граждан в возрасте 50 лет и старше; граждан предпенсионного возраста; женщин, находящихся в отпуске по уходу за ребенком в возрасте до 3-х лет, женщин, не состоящих в трудовых отношениях и имеющие детей дошкольного возраста;

Объем программы: 256 часов

Форма обучения: очно-заочная с применением дистанционных технологий

Режим занятий: не более 8 акад. часов в день.

Цель программы: совершенствование и приобретение слушателями новых профессиональных компетенций инструктора-методиста по здоровому образу жизни - фитнесу и велнесу для эффективного организационно-методического обеспечения деятельности с помощью средств физической культуры, спортивной подготовки, системы здорового питания с получением права на ведение нового вида профессиональной деятельности в сфере инструкторско-методической деятельности в сфере фитнеса и велнеса.

Выдаваемый документ: диплом о профессиональной переподготовке Финансового университета при Правительстве Российской Федерации

Спикерами программы выступают ведущие эксперты-практики спортивной индустрии страны, профессорско-преподавательский состав Финансового университета, приглашенные практики из других образовательных и иных организаций

В результате освоения программы слушатели смогут:

- отличать современные и научные принципы здорового образа жизни, фитнеса и велнеса от устаревших и ненаучных;
- отличать здоровые тренды в сфере ЗОЖ от нездоровых;
- работать с источниками: литературой и медиаконтентом по теме научного подхода к здоровому образу жизни, фитнесу и велнесу;
- донести до клиента границы его ответственности за свое здоровье и физическое состояние;
- составлять методические рекомендации по укреплению здоровья с учетом всех биологических факторов и диагностированных особенностей состояния здоровья человека;
- применять на практике методологию работы с клиентами;
- применять на практике методические принципы составления рекомендаций по здоровому образу жизни, фитнесу и велнесу;
- составлять персонифицированные методические рекомендации по видам физических нагрузок;
- идентифицировать признаки хронических заболеваний (ожирение, диабет, гипертония, сердечно-сосудистые заболевания, депрессия, расстройство пищевого поведения) с целью направить клиента к медицинским специалистам;
- уметь работать с источниками в области психологических методик для создания полной картины велнеса;
- давать рекомендации на основе утвержденных методик в области рационального питания и восстановления организма после физических нагрузок;
- грамотно составлять резюме;
- создавать и оформлять страницы в социальных сетях;
- готовить и оформлять материал для работы с клиентами (анкеты, презентации);
- составлять коммерческое предложение и индивидуальный план ведения клиента;
- анализировать профили других специалистов в сфере фитнеса и велнеса.

Контактное лицо: Васильева Людмила Валерьевна, главный специалист

Адрес: г. Москва, ул. Верхняя Масловка, 15, Высшая школа спортивного менеджмента

Электронная почта: vssm@fa.ru

Телефон: 8 - (495) 249 – 51- 13

Федеральное государственное образовательное бюджетное
учреждение высшего образования
«Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации»
(Финансовый университет)

Высшая школа спортивного менеджмента

ОБСУЖДЕНО И ОДОБРЕНО
На Ученом совете институтов и
школ дополнительного
профессионального образования

Протокол № 12

от «19» апреля 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по дополнительному
профессиональному образованию



Е.А. Диденко

_____ 2022 г.

ПРОГРАММА
профессиональной переподготовки
«Инструктор-методист по фитнесу и велнесу»

Москва – 2022

Федеральное государственное образовательное бюджетное учреждение
высшего образования
«Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации»
(Финансовый университет)

Высшая школа спортивного менеджмента

ОБСУЖДЕНО И ОДОБРЕНО
на Ученом совете институтов и
школ дополнительного
профессионального образования

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по дополнительному
профессиональному образованию

Протокол №12
от «19» апреля 2022 г.



Е.А. Диденко

2022 г.

М.П.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
программы профессиональной переподготовки
Инструктор-методист по фитнесу и велнесу

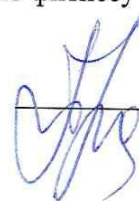
Требования к уровню образования слушателей	– лица, имеющие высшее образование; лица, получающие высшее образование
Категории слушателей	<ul style="list-style-type: none"> - граждане, ищущие работу и обратившиеся в органы службы занятости, включая безработных граждан; граждане в возрасте 50 лет и старше; граждане предпенсионного возраста; женщины, находящихся в отпуске по уходу за ребенком в возрасте до 3-х лет, женщины, не состоящие в трудовых отношениях и имеющие детей дошкольного возраста; - лица, занимающиеся или собирающиеся заниматься предпринимательской деятельностью в сфере спортивно-оздоровительного бизнеса, - лица, желающие заниматься деятельностью инструктора-методиста в сфере фитнеса и велнеса
Срок обучения	трудоемкость программы 256 часов, 7 зачетных единиц, 7,5 недель
Форма обучения	очно-заочная, с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения
Режим занятий	не более 8 часов в день

№ № п/п	Наименование модуля	Трудоемкость		В том числе				Форма контроля
		В зачетн ых едини цах	В часа х	Всего	Аудиторные занятия*		Сам осто ятел ьная рабо та*	
					Лек ции	Прак тиче ские заня тия		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	Дисциплина 1. Фитнес, велнес и современная концепция здоровья	1	36	18	9	9	18	Дифференциро ванный зачет методом тестирования
2	Дисциплина 2. Фитнес-диагностика, тренировки, основы безопасности и принципы личной ответственности человека за свою жизнь	2	92	48	26	22	44	Дифференциро ванный зачет методом выполнения практического задания
3	Дисциплина 3. Основы питания, здорового образа жизни и активного долголетия	2	92	48	26	22	44	Дифференциро ванный зачет методом выполнения практического задания
4	Дисциплина 4. Инструктор-методист по фитнесу и велнесу как профессия и индивидуальный бизнес	2	32	16	8	8	16	Дифференциро ванный зачет методом выполнения практического задания
5	Итоговая аттестация		4	4		4		Экзамен методом защиты проекта
6	Общая трудоемкость программы	7	256	134	69	65	122	

Программа разработана экспертом-практиком оздоровительной индустрии: Переседов Илья Геннадьевич, сертифицированный инструктор-методист по фитнесу и велнесу.

Директор Высшей школы
спортивного менеджмента

« 19 » 04 2022 г.



О.В. Прокудина

* С применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения



Федеральное государственное образовательное бюджетное учреждение
высшего образования
«Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации»
(Финансовый университет)

Высшая школа спортивного менеджмента

Календарный учебный график

программы профессиональной переподготовки «Инструктор-методист по фитнесу и велнесу»
Объем программы 256 часов Продолжительность обучения 7 недель

Форма обучения – очно-заочная с применением ЭО и ДОТ

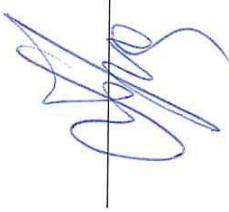
Образовательный процесс по программе может осуществляться в течение всего учебного года. Занятия проводятся по мере комплектования учебных групп.

№ п/ п/	Наименование дисциплины (модулей)	7 недель							Итого				
		1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	5 неделя	6 неделя	7 неделя					
1	Дисциплина 1. Фитнес, велнес и современная концепция здоровья	36						2	34	36		Итого	72
2	Дисциплина 2. Фитнес-диагностика, тренировки, основы безопасности и принципы личной ответственности человека за свою жизнь		36	36				2	18	16			36
3	Дисциплина 3. Основы питания, здорового образа жизни и активного долголетия				36	36		2	30	40			72
4	Дисциплина 4. Инструктор-методист по фитнесу и велнесу как профессия и индивидуальный бизнес							2	36	32			72
	Итоговая аттестация											4	4

№ п/ п/	Наименование дисциплины (модулей)	1 неделя							2 неделя							3 неделя							4 неделя							5 неделя							6 неделя							7 неделя							ПА	КР	СР	ИА	ИТОГО
		36							36							36							36							36							36							8	118	124	4	256							
	ВСЕГО	36							36							36							36							36							36												8	118	124	4	256		

Условные обозначения	
ПА	Промежуточная аттестация
П	Практика
С	Стажировка
ИА	Итоговая аттестация
КР	Контактная работа
СР	Самостоятельная работа

Директор Высшей школы
спортивного менеджмента
« 19 » 09 2022 г.


О.В. Прокудина