**Продолжительность:**72, 108 часов

**Дата начала:** в течение учебного года по мере набора группы

**Стоимость:**4 700 рублей

**Преподаватели:**ведущие преподаватели профильных кафедр СибГУФК

**Цель курса:** формирование у слушателей профессионально-педагогических знаний, умений, навыков для проведения занятий по аквааэробике с различным контингентом занимающихся.

**Категория слушателей:**лица, имеющие средне профессиональное и/или высшее образование

**Форма обучения:**очная, очно-заочная

**Режим занятий:**7-8 дней по 4-8 часов

**Требования к результатам обучения:**

В результате освоения программы слушатель должен

**Знать:**

- научно - теоретические и методические основы процесса влияния оздоровительной тренировки в водной среде на организм человека;

- методические и педагогические основы составления программ занятий аквааэробикой для различного контингента занимающихся.

**Уметь:**

- разрабатывать и реализовывать оздоровительные программы занятий аквааэробикой в соответствии с музыкальным сопровождением (вовремя подавать команды, подбирать музыку и т.д.) для различного контингента занимающихся;

- оценивать эффективность оздоровительных программ в водной среде для различного контингента занимающихся.

**Владеть:**
- технологией составления комплексов аквааэробики для различного контингента занимающихся.

**Учебно-тематический план программы:**

В программу обучения включены следующие модули и темы

:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование модулей | Всего час. | В том числе |
| лекции | практ. | самост. |
| **1** | **Модуль 1.** | **12** | **2** |  | **10** |
| 1.1 | Методика занятий аквааэробикой. | 12 | 2 |  | 10 |
| **2** | **Модуль 2** | **51** | **2** | **4** | **45** |
| 2.1 | Особенности занятий аквааэробикой с различным контингентом  | 51 | 2 | 4 | 45 |
| **3** | **Модуль 3** | **9** | **2** |  | **7** |
| 3.1 | Врачебно-педагогический контроль на занятиях оздоровительной направленности | 2 | 2 |  | 4 |
|  | Итоговая аттестация – зачет, реферат. | зачет |  |  |  |
|  | ИТОГО | **72** | **6** | **4** | **62** |

Освоение программы завершается итоговой аттестацией (зачетом).