

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Худин Александр Николаевич

Должность: Ректор

Дата подписания: 11.05.2024 12:02:39

Уникальный программный ключ:

08303ad8de1c60b987361de7085acb509ac3da143f415362ffa0ee37e73fa19

Аннотация к Модулю 5 . Практическое занятие на определение стартового уровня владения компетенцией

Изучение модуля предусматривает определение стартового уровня владения компетенцией в области составления программ оздоровительной направленности на основе данных тестирования паттернов и физических кондиций

Тема и содержание модуля представлены в таблице.

Таблица

. Наименование тем	- Содержание
Тема 5.1 Практическое занятие на определение стартового уровня владения компетенцией	на основе анализа данных (биоимпедансного анализа, результатов проведенных физических проб и кондиций, а также информации с фитнес-браслета о пищевых привычках, особенностях сна, потребления воды, двигательной активности) обратившегося к вам клиента, осуществите подбор: упражнений для тренировочной программы, оптимального питания и потребления жидкости для достижения желаемого результата клиента. Определите приоритетность решаемых вами задач . - преподаватель программы демонстрирует деятельность (как эталон) по составлению персональных программ на основе данных фитнес-браслета и биоимпедансного анализа, с представлением разбора одного упражнения с позиции биомеханики – выполняется на уже готовом примере