

**Место в структуре образования:** программа интегрирована в содержание образования и носит практико-ориентированный характер; преобладают занятия, направленные на выработку навыков и умений, программа выполняет определенную роль в культурологической и оздоровительной составляющих личностной подготовки обучающихся. Содержание программы распределяется между лекционными и практическими занятиями, направленными на саморазвитие обучающихся.

**Категория обучающихся:** лица от 18 лет, имеющие основное общее образование

**Цели обучения:** Формирование и развитие способностей, удовлетворение индивидуальных потребностей в самосовершенствовании, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, изучение общих принципов и методологии мышечного тестирования с целью формирования и отработки навыков и умений самодиагностики и контроля состояния организма.

**Основными задачами** обучения являются: изучение общих принципов и методологии мышечного тестирования.

**Ожидаемые результаты:** обучающийся, освоивший образовательную программу, будет обладать следующими знаниями, умениями и навыками:

- знать общие принципы и методологию мышечного тестирования;
- осуществлять самодиагностику структурных нарушений в теле человека с использованием мышечного тестирования
- иметь навык самодиагностики структурных нарушений в теле человека с использованием мышечного тестирования

**Максимальная учебная нагрузка** обучающегося составляет 324 часа

**Форма обучения:** очная.

**Итоговый контроль не предусмотрен.**

Форма контроля встроена в образовательный процесс. Формы контроля являются скрытыми. В последний день обучения обсуждение проводится в виде дискуссии и собеседования. Итоговая аттестация не проводится.

**Режим занятий:** по 6 академических часов в день

Лицам, освоившим настоящую программу, выдается документ: свидетельство.