

4. . . . - : , 2009.
352 .
5. 2- ., . . . :
, 1997. 365 .
6. . . . : .
. . . . :
« » , 2003. 448 .
7. . . . :
, 2007. 116 .

-

O

Keywords: *professional training, trainers, fitness aerobics, professional and applied skills.*

Summary. *In this work is present a study of professional and applied skills needed to improve, improve, and achieve the highest level of training of trainers on fitness aerobics.*

Comunicarea științifică este un proces complex, care implică nu doar transmiterea informațiilor, ci și construirea unei înțelegeri comune. În acest context, rolul profesorului este esențial, el fiind cel care facilitează procesul de învățare și dezvoltare a gândirii critice a elevilor. Comunicarea eficientă presupune claritatea, concizia și corectitudinea informațiilor transmise. Profesorul trebuie să fie capabil să explice concepte complexe într-un mod accesibil și să încurajeze discuțiile și întrebările elevilor. În plus, comunicarea este un mijloc important de evaluare a înțelegerii și a progresului elevilor. Prin intermediul comunicării, profesorul poate identifica dificultățile elevilor și poate oferi suportul necesar pentru a le depăși. În concluzie, comunicarea este o abilitate esențială pentru profesori și pentru elevi, care contribuie la realizarea obiectivelor educaționale și la dezvoltarea personalității fiecărui elev.

«Comunicarea este un proces complex, care implică nu doar transmiterea informațiilor, ci și construirea unei înțelegeri comune. În acest context, rolul profesorului este esențial, el fiind cel care facilitează procesul de învățare și dezvoltare a gândirii critice a elevilor. Comunicarea eficientă presupune claritatea, concizia și corectitudinea informațiilor transmise. Profesorul trebuie să fie capabil să explice concepte complexe într-un mod accesibil și să încurajeze discuțiile și întrebările elevilor. În plus, comunicarea este un mijloc important de evaluare a înțelegerii și a progresului elevilor. Prin intermediul comunicării, profesorul poate identifica dificultățile elevilor și poate oferi suportul necesar pentru a le depăși. În concluzie, comunicarea este o abilitate esențială pentru profesori și pentru elevi, care contribuie la realizarea obiectivelor educaționale și la dezvoltarea personalității fiecărui elev.»

«Comunicarea este un proces complex, care implică nu doar transmiterea informațiilor, ci și construirea unei înțelegeri comune. În acest context, rolul profesorului este esențial, el fiind cel care facilitează procesul de învățare și dezvoltare a gândirii critice a elevilor. Comunicarea eficientă presupune claritatea, concizia și corectitudinea informațiilor transmise. Profesorul trebuie să fie capabil să explice concepte complexe într-un mod accesibil și să încurajeze discuțiile și întrebările elevilor. În plus, comunicarea este un mijloc important de evaluare a înțelegerii și a progresului elevilor. Prin intermediul comunicării, profesorul poate identifica dificultățile elevilor și poate oferi suportul necesar pentru a le depăși. În concluzie, comunicarea este o abilitate esențială pentru profesori și pentru elevi, care contribuie la realizarea obiectivelor educaționale și la dezvoltarea personalității fiecărui elev.»

«Comunicarea este un proces complex, care implică nu doar transmiterea informațiilor, ci și construirea unei înțelegeri comune. În acest context, rolul profesorului este esențial, el fiind cel care facilitează procesul de învățare și dezvoltare a gândirii critice a elevilor. Comunicarea eficientă presupune claritatea, concizia și corectitudinea informațiilor transmise. Profesorul trebuie să fie capabil să explice concepte complexe într-un mod accesibil și să încurajeze discuțiile și întrebările elevilor. În plus, comunicarea este un mijloc important de evaluare a înțelegerii și a progresului elevilor. Prin intermediul comunicării, profesorul poate identifica dificultățile elevilor și poate oferi suportul necesar pentru a le depăși. În concluzie, comunicarea este o abilitate esențială pentru profesori și pentru elevi, care contribuie la realizarea obiectivelor educaționale și la dezvoltarea personalității fiecărui elev.»

«Comunicarea este un proces complex, care implică nu doar transmiterea informațiilor, ci și construirea unei înțelegeri comune. În acest context, rolul profesorului este esențial, el fiind cel care facilitează procesul de învățare și dezvoltare a gândirii critice a elevilor. Comunicarea eficientă presupune claritatea, concizia și corectitudinea informațiilor transmise. Profesorul trebuie să fie capabil să explice concepte complexe într-un mod accesibil și să încurajeze discuțiile și întrebările elevilor. În plus, comunicarea este un mijloc important de evaluare a înțelegerii și a progresului elevilor. Prin intermediul comunicării, profesorul poate identifica dificultățile elevilor și poate oferi suportul necesar pentru a le depăși. În concluzie, comunicarea este o abilitate esențială pentru profesori și pentru elevi, care contribuie la realizarea obiectivelor educaționale și la dezvoltarea personalității fiecărui elev.»

«Comunicarea este un proces complex, care implică nu doar transmiterea informațiilor, ci și construirea unei înțelegeri comune. În acest context, rolul profesorului este esențial, el fiind cel care facilitează procesul de învățare și dezvoltare a gândirii critice a elevilor. Comunicarea eficientă presupune claritatea, concizia și corectitudinea informațiilor transmise. Profesorul trebuie să fie capabil să explice concepte complexe într-un mod accesibil și să încurajeze discuțiile și întrebările elevilor. În plus, comunicarea este un mijloc important de evaluare a înțelegerii și a progresului elevilor. Prin intermediul comunicării, profesorul poate identifica dificultățile elevilor și poate oferi suportul necesar pentru a le depăși. În concluzie, comunicarea este o abilitate esențială pentru profesori și pentru elevi, care contribuie la realizarea obiectivelor educaționale și la dezvoltarea personalității fiecărui elev.»

. . . [6],

,

« - ».

. . . [1, 2]

.

.

.

.

-

«

-

»,

.

,

-

-

.

-

,

-

,

,

,

,

.

:

;

-

;

-

;

-

-

.

,
 ,
 . - ,
 ,
 .
 «cue», (« »)
 « »), « »
 () () [3]. ,
 ,
 ,
 ,
 ,
 (),
 ,
 ,
 ,
 .
 ,
 -
 ()
 ().
 ,
 ,
 .
 - ,
 [2].

- [1, 2].
 ,
 (2-4 ,
 ,
).

[5].

. [4],

2. ,
2. , 1998. 300 .
- ” . : Valinex SA, 2008, 221 .
3. : /
4. , : , 2002. 304 .
5. , :
: - :
, 2006. 25 .
6. : / : , 2000. 448 .

Keywords: motor set, independent work, testing, control, self-control, physical load, the recovery period, health diary.

Abstract. The present research focuses on the improving the instructive-educational process of the students on the basis of creation the special training program of the week moving regime and control and self-control of doing physical exercises at home.