

Trenér/trenérka sportovního aerobiku (kód: 74-030-M)

Autorizující orgán:

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy

Skupina oborů:

Tělesná kultura, tělovýchova a sport (kód: 74)

Týká se povolání:

Osobní trenér

Kvalifikační úroveň NSK - EQF:

4

Odborná způsobilost

Název	Úroveň
Orientace v anatomii a fyziologii člověka se zaměřením na sportovní aerobik	4
Orientace v anatomii a fyziologii pohybového systému se zaměřením na sportovní aerobik	4
Orientace ve fyziologii zátěže se zaměřením na specifika sportovního aerobiku	5
Orientace v pedagogice sportu se zaměřením na sportovní aerobik	4
Stimulace pohybových schopností ve sportovním aerobiku	4
Nácvik prvků obtížnosti a akrobatických prvků ve sportovním aerobiku	4
Tvorba choreografie sestav ve sportovním aerobiku	4
Psychologická příprava ve sportovním aerobiku	4
Plánování a řízení sportovního tréninku ve sportovním aerobiku	4
Aplikace pravidel sportovního aerobiku a souvisejících předpisů, včetně etických, do tréninku i soutěží sportovního aerobiku	4
Dodržování zásad bezpečnosti a prevence úrazů při sportovním tréninku a soutěžích sportovního aerobiku	4
Poskytování první pomoci při sportovním tréninku a soutěžích	4
Poskytování základního poradenství v oblasti životního stylu včetně zdravé výživy a pitného režimu při sportovním tréninku a soutěžích ve sportovním aerobiku	4

Platnost standardu

Standard je platný od: 21.10.2022