Instruktor/instruktorka aqua fitness (kód: 74-025-M)

Autorizující orgán: Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy
Skupina oborů: Tělesná kultura, tělovýchova a sport (kód: 74)
Týká se povolání: Instruktor plavání
Kvalifikační úroveň NSK - EQF: 4

Odborná způsobilost

Název	Úroveň
Orientace v anatomii a fyziologii pohybové soustavy člověka pro potřeby instruktorů aqua fitness	4
Orientace v pedagogice a didaktice pro potřeby instruktorů aqua fitness	4
Volba vhodných podmínek, prostředí a pomůcek pro aqua fitness	4
Organizace tréninku plavecké části aqua fitness	4
Vysvětlení a předvedení technik plavání pro potřeby instruktora aqua fitness	4
Metodika nácviku základních plaveckých dovedností a plaveckých způsobů znak, kraul a prsa pro potřeby instruktora aqua fitness	4
Sestavení vhodného cvičebního programu lekce aerobních, posilovacích a tanečních forem cvičení ve vodě	4
Vedení skupinové lekce aerobních, posilovacích a tanečních forem cvičení ve vodě	5
Sestavení animačních programů ve vodě s ohledem na věk a zdravotní stav cvičících	4
Zajištění bezpečnosti a vodní záchrany	4
Poskytování základního poradenství v oblasti zdravého životního stylu včetně zdravé výživy a pitného režimu	3

Platnost standardu

Standard je platný od: 19.06.2020