|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Image00001.jpeg |  | Kvalifikační standard |
|  |
|  |
|  |
| 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 |
|  |
|  |
|  |
| Instruktor/instruktorka aqua fitness, 29.03.2024 2:16:52 | Strana 1 z 2 |  |
| Image00001.jpeg |  | Kvalifikační standard |
|  |
|  |
|  |
| Platnost standardu |
| Standard je platný od: 19.06.2020 |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Instruktor/instruktorka aqua fitness, 29.03.2024 2:16:52 | Strana 2 z 2 |  |