

## Trenér sportovního aerobiku (kód: 74-030-M)

<b>Autorizující orgán:</b>	Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy
<b>Skupina oborů:</b>	Tělesná kultura, tělovýchova a sport (kód: 74)
<b>Týká se povolání:</b>	Osobní trenér
<b>Kvalifikační úroveň NSK - EQF:</b>	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: 05.02.2019