

Vzdělávací program akreditován MŠMT dne 13.7.2022 pod čj.: MSMT-5466/2022-3

POTVRZENÍ

O ÚČASTI V AKREDITOVANÉM VZDĚLÁVACÍM PROGRAMU

po ukončení vzdělávacího programu rekvalifikačního kurzu, podle vyhlášky MŠMT č. 176/2009 Sb., kterou se stanoví náležitosti žádosti o akreditaci vzdělávacího programu, organizace vzdělávání v rekvalifikačním zařízení a způsob jeho ukončení, ve znění pozdějších předpisů.

Meno a Priezvisko

Datum a miesto narodení

absolvoval(a) rekvalifikační program: **Inštruktor pilates**

pro pracovní činnost: **Inštruktor pilates**

Kurz proběhl v období od do

V rozsahu - na teorii 100 vyučovacích hodin
- na praxi 50 hodin

Vzdělávací program obsahoval tyto tematické celky: Teorie/Praxe

Poučení o bezpečnosti a ochraně zdraví při práci 1

Orientace v anatomii a fyziologii pohybové soustavy člověka 15

Analýza držení těla v polohách a pohybech a analýza pohybových stereotypů pro potřeby pilates 15 15

Sestavení vhodného cvičebního programu pro skupinovou i individuální

lekci pilates 20 10

Vysvětlení a předvedení pilates cviků na podložce různých úrovní 8 5

Vedení skupinové a individuální lekce pilates 7 5

Modifikace pilates cviků na podložce s využitím základních pomůcek 12 5

Modifikace pilates cviků pro specifické skupiny klientů 5 5

Poskytování základního poradenství v oblasti zdravého životního stylu

včetně zdravé výživy a pitného režimu 10

Poskytování první pomoci při lekcích skupinového cvičení 2 3

Dodržování zásad bezpečnosti a prevence úrazů při sportovních aktivitách 5 2

V dne

PaedDr. Róbert Brimich

garant kurzu

PaedDr. Róbert Brimich

statutární zástupce vzdělávacího zařízení

