

PLAN KURSU INSTRUKTORA FITNESS AWF KATOWICE

Dance <i>(nazwa kursu)</i>

L.P	Zagadnienia programowe	Liczba godzin	zal/egz
Zajęcia praktyczne			
1.	Kroki podstawowe Dance – terminologia, technika wykonania, błędy i ich eliminowanie, zasady bezpieczeństwa.	2	zal
2.	Zasady łączenia poznanych kroków w proste bloki choreografii Dance, przykładowe modyfikacje kroków podstawowych.	2	zal
3.	Podstawy metodyczne nauczania prostych choreografii Dance, sposoby zapisu choreografii i metodyki nauczania.	4	zal
4.	Zasady konstruowania i nauczania prostych choreografii - przykładowa lekcja. Tok zajęć fitness o charakterze krążeniowo-oddechowym.	4	zal
5.	Tworzenie i nauczanie własnych choreografii Dance, indywidualne wskazówki do dalszej pracy.	4	zal
6.	Doskonalenie metodyki nauczania przygotowanej choreografii Dance, praca nad własnym warsztatem.	4	zal
7.	Zaliczenie kursu – przeprowadzenie bloku prostej choreografii Dance.	4	zal
Razem:		24	zal
Ogółem		24	