TAFLEN GWYBODAETH AM Y CWRS

YMCA Dyfarniad mewn Hyfforddi Ymarfer Corff Grwp: Ymarfer Corff i Gerddoriaeth - Arddull Rydd Lefel 2

Yn gryno

Mae'r cwrs hwn yn ychwanegiad gwych at eich portffolio cymwysterau ffitrwydd. Cewch gasglu syniadau newydd ynghylch sut y gallwch ychwanegu mwy o amrywiaeth at eich sesiynau ymarfer corff grwp ac ychwanegu ychydig o'ch personoliaeth eich hun at eich sesiynau gydag ymarfer corff i gerddoriaeth arddull rydd.

Mae'r cwrs hwn ar gyfer...

...unigolion sy'n dymuno dylunio a chyflwyno sesiynau ymarfer camu i gerddoriaeth diogel ac effeithiol.

...unrhyw un sydd yn frwd dros addysgu ymarfer corff grwp ac yn mwynhau addysgu i guriad a strwythur y gerddoriaeth.

Cynnwys y cwrs

TAFLEN GWYBODAETH AM Y CWRS

Bydd dysgwyr yn datblygu'r wybodaeth, y sgiliau a'r ymddygiadau i ddod yn arweinydd ymarfer corff grwp, o fewn cyd-destun, gan fodloni gofynion y diwydiant sydd wedi'u nodi yn safon broffesiynol graidd ymarfer corff grwp CIMSPA. Ar gyfer Dyfarniad Lefel 2 YMCA mewn Hyfforddi Ymarfer Corff Grwp: Arddull Rydd, rhaid i ddysgwyr gyflawni 2 uned orfodol:

Egwyddorion cynllunio a chyflwyno sesiynau ymarfer corff grwp
Cynllunio a chyflwyno ymarfer corff grwp mewn dwr

Mae'r cwrs hwn wedi'i gymeradwyo gan y Sefydliad Siartredig ar gyfer Rheoli Chwaraeon a Gweithgarwch Corfforol (CIMSPA).

Fel rhan o'r cwrs hwn, byddwch yn astudio:

Sut i ddylunio ac addysgu sesiynau ymarfer camu i gerddoriaeth diogel ac effeithiol
Egwyddorion cynhesu i fyny, y gromlin aerobig ac oeri
Gweithio i gerddoriaeth
Cymell cyfranogwyr
Amrywiaeth o sgiliau addysgu grwp
Sut i ymateb i faterion iechyd a diogelwch.

Byddwch yn cael eich asesu drwy waith cwrs ac asesiad ymarferol.

Gofynion Mynediad

Rhaid i chi fod wedi cwblhau Tystysgrif Lefel 2 mewn Hyfforddiant Ffitrwydd i gael lle ar y cwrs hwn, neu fod wedi cwblhau'r unedau gorfodol canlynol:

Anatomeg a ffisioleg ar gyfer hyfforddwyr ymarfer corff a ffitrwydd
Darparu profiad cwsmer cadarnhaol yn yr amgylchedd ymarfer corff
Rheoli ffordd o fyw ac ymwybyddiaeth iechyd

Gwybodaeth Ychwanegol

Achrediad: 16 o bwyntiau CPD REPs.

Dilyniant: Ar ôl cwblhau'r cwrs hwn, gallwch fynd ymlaen i astudio Dyfarniad Lefel 2 YMCA mewn Hyfforddiant Gwrthiant Stiwdio.