

Vinnustaðanám 1 (STAF1006)

Áfangalýsing

Í þessum áfanga vinnustaðanámsins fá nemendur innsýn í störf einkaþjálfarans m.a. með því að fara í vettvangsheimsóknir og kynnst vinnustöðum og fjölbreyttum störfum þjálfara. Einnig fá nemendur kynningu á störfum annars fagfólks í tengdum stéttum s.s. sjúkraþjálfara, næringarfræðinga og íþróttافرæðinga. Áhersla er lögð á fagmennsku og almennar siðareglur við þjálfun og kynnst nemendur hinum ýmsu leiðum til að aðstoða fólk og hvetja til lífstílsbreytinga. Nemendur þjálfar sig í að fylla út ferilbók og heilsufarsskýrslu.

Einingafjöldi: 6

Hæfniprep: 3

Þekkingarviðmið

Nemandi skal hafa öðlast þekkingu og skilning á:

- vinnuaðstæðum á líkamsræktarstöðvum og í fjölbreyttu starfsumhverfi þjálfara
- störfum einkaþjálfara
- störfum fagaðila sem koma að lífstílsbreytingu og þjálfun skjólstæðinga
- mikilvægi þess að gæta þagmælsku
- hvernig fylla á út ferilbók og heilsufarsskýrslu

Leikniviðmið

Nemandi skal hafa öðlast leikni í að:

- tjá sig á skýran hátt um störf og starfsumhverfi einkaþjálfara
- virða siðareglur
- skipuleggja og meta sína eigin vinnu

Hæfniviðmið

Nemandi skal geta hagnýtt þá almennu þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér til að:

- þroska með sér ábyrgðartilfinningu gagnvart starfi og starfsumhverfi
- velja þjálfunarumhverfi við hæfi skjólstæðings
- vera góð fyrirmynd
- bera virðingu fyrir störfum og starfsumhverfi þjálfara

Námsmat

Námsmat byggist á áfangamarkmiðum. Þess skal gætt að námsmat taki til allra þátta námsins og meti þekkingu nemandans skilnings og færni auk framfara, vinnulags og hugkvæmni. Dæmi um matsaðferðir eru verkefni sem tengjast starfi nemenda, mat kennara á störfum nemenda og sjálfsmat nemenda á eigin störfum. Lokamat er í formi lokaverkefnis, leiðsagnamats eða símats. Lágmarkseinkunn er 7.