

FEDERACJA TAŃCA SPORTOWEGO
KURS TRENERA KLASY II W SPORCIE TANECZNYM '2021

Program kształcenia

Część ogólna – 70 godzin

Lp.	Przedmioty podstawowe i kierunkowe	Liczba godzin
1.	Organizacja i zarządzanie w sporcie	3
2.	Przepisy organizacyjne sportu tanecznego	3
3.	Marketing w sporcie tanecznym	4
4.	Psychologia sportu	4
5.	Biochemia człowieka	4
6.	Fizjologia wysiłku fizycznego	8
7.	Biomechanika sportu	8
8.	Medycyna sportu z elementami żywienia	8
9.	Odnowa biologiczna	4
10.	Teoria treningu sportowego	20
11.	Seminarium dyplomowe Standardy pisania pracy dyplomowej	4

Część specjalistyczna – 100 godzin

Lp.	Przedmioty specjalistyczne	Liczba godzin
1.	Rozgrzewka w treningu tancerza	2
2.	Kształtowanie zdolności motorycznych	10
3.	Stretching	4
4.	Trening funkcjonalny	4
5.	Technika wykonania i metodyka nauczania figur na poziomie <i>WDSF technique boks</i> 10 tańców towarzyskich	40
6.	Technika wykonania i metodyka nauczania podstawowych kroków i figur tańca nowoczesnego.	6
7.	Zaawansowane choreografie taneczne	30
8.	Zespoły taneczne	2
9.	Taktyka i strategia startu zawodnika	2

