**普拉提训练指导专项职业能力考核规范**

**一、定义**

 运用普拉提设备，在运动场现场所制作个性化运动方案与教授普拉提动作的能力。

**二、适用对象**

运用或准备运用本项能力求职、就业的人员。

**三、 能力标准与鉴定内容**

|  |
| --- |
| 能力名称： 普拉提训练指导 职业领域： 体育健身、瑜伽普拉提行业、健身及康复行业 |
| 工作任务 | 操作规范 | 相关知识 | 考核比重 |
| （一）问询 | 1.面试咨询客户的需求 | 1.了解客户的运动背景等信息为运动方案储备所需的信息资料2.全面身体评估才能确保给出的是个性化有效率的普拉提运动方案 | 6％ |
| （二）身体评估 | 1.重力处理方式 2.左侧面观3.右侧面观4.正面观5.背面观 | 24％ |
| （三）普拉提运动原理教学 | 1.六个经典普拉提的运动原理讲解2.配合动作进行教学 | 1. 根据体态需要与适合练习的动作2.教授正确规范的经典普拉提动作 | 60％ |
| （四）经典普拉提运动处方的动作教授 | 1.20个处方普拉提动作教学 | 10％ |

**四、鉴定要求**

* 1. 申报条件

达到法定劳动年龄，具有相应技能的劳动者均可申报。

* 1. 考评员构成

考评员应具备一定的普拉提训练指导专业知识及实际操作经验；每个考评组中不少于3名考评员。

* 1. 鉴定方式与鉴定时间

技能操作考核采取实际操作考核。技能操作考核时间为120min。

* 1. 鉴定场地设备要求

考场面积不小于150平方米，操作场地光线充足，整洁无干扰，空气流通，具有安全防火措施。