TAFLEN GWYBODAETH AM Y CWRS

YMCA Tystysgrif mewn Rhaglennu Gweithgarwch Corfforol i Unigolion Â¢ Phoen Meingefn Lefel 4

Yn gryno

Nod y cymhwyster hwn yw rhoi'r wybodaeth a'r sgiliau priodol i'r dysgwr ddylunio, darparu, monitro a gwerthuso rhaglenni gweithgarwch corfforol unigol wedi'u strwythuro ar gyfer oedolion sydd â phoen meingefn, yn unol â chanllawiau cyfredol sy'n seiliedig ar dystiolaeth.

Dyma'r cwrs i chi os...

Hyfforddwyr Ymarfer Corff Lefel 3 sy'n dymuno bod yn Hyfforddwr Ymarfer Corff Arbenigol Lefel 4 gyda'r gallu i ddylunio, darparu, monitro a gwerthuso rhaglenni gweithgarwch corfforol unigol wedi'u strwythuro ar gyfer oedolion sydd â phoen meingefn
Y rhai sy'n dymuno defnyddio'r cymhwyster fel llwyfan ar gyfer symud ymlaen i ddysgu pellach (gweler 'Beth sy'n dod nesaf' isod

Beth fyddaf yn ei wneud?

Bydd y dysgwyr yn ymdrin â'r canlynol:

TAFLEN GWYBODAETH AM Y CWRS

Gwybodaeth a dealltwriaeth sy'n ymwneud â'r cymhwyster:

epidemioleg poen meingefn
risgiau a ffactorau achosol sy'n gysylltiedig â datblygu poen meingefn
canllawiau cenedlaethol ar gyfer trin a rheoli poen meingefn

gwrtharwyddion ac ystyriaethau seicogymdeithasol wrth gynllunio gweithgareddau corfforol ar gyfer y cleient

gyda phoen meingefn (pennu lefel risg)

Sgiliau sy'n ymwneud â'r cymhwyster:

dulliau goddrychol a gwrthrychol o gasglu digon o wybodaeth i gynllunio rhaglenni gweithgarwch corfforol diogel ac effeithiol ar gyfer unigolion â phoen meingefn
sut i ddewis gweithgareddau corfforol diogel ac effeithiol sy'n benodol i statws iechyd y cleient, lefel risg, anghenion a galluoedd
defnydd effeithiol o haenu / ciwio haenog mewn rhaglenni gweithgarwch corfforol cynyddol ar gyfer unigolion â phoen meingefn

amrywiaeth o ddulliau wedi'u dilysu a ddefnyddir i fonitro, adolygu ac addasu rhaglenni gweithgarwch corfforol ar gyfer unigolion â phoen meingefn
cyngor ynghylch ffordd o fyw, gofal cartref, ymarfer corff, sy'n addas ar gyfer yr unigolyn sydd â phoen meingefn

Beth sy'n digwydd nesaf?

Posibiliadau cyflogaeth yn y dyfodol   Gall y cymhwyster hwn arwain at rôl uwch fel Hyfforddwr Ymarfer Corff Arbenigol (Poen Meingefn) yn y sector hamdden egnïol; mae potensial cyflogaeth hefyd yn y sector iechyd, er enghraifft fel Hyfforddwr Technegol yn y GIG. Symud ymlaen i ddysgu pellach/lefel uwch Mae'r cymhwyster hwn yn darparu dilyniant i gymwysterau eraill, er enghraifft:

Tystysgrif Lefel 4 mewn Rheoli Pwysau ar gyfer Unigolion â Gordewdra, Diabetes Mellitus a/neu Syndrom Metabolig
Unrhyw gymwysterau lefel 4 ar gyfer hyfforddwyr ymarfer corff arbenigol