

Publikacja współfinansowana ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

**Rozwijanie, uzupełnianie i aktualizacja informacji o zawodach oraz jej upowszechnianie
za pomocą nowoczesnych narzędzi komunikacji – INFODORADCA+**

INFORMACJA O ZAWODZIE

Instruktor rekreacji ruchowej (342305)



Instruktorzy fitness i rekreacji ruchowej

Rozwijanie, uzupełnianie i aktualizacja informacji o zawodach oraz jej rozpowszechnianie za pomocą nowoczesnych narzędzi komunikacji – INFODORADCA+

Projekt jest współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

INFORMACJA O ZAWODZIE

Instruktor rekreacji ruchowej (342305)

Instruktorzy fitness i rekreacji ruchowej

Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej, Departament Rynku Pracy

Publikacja opracowana w ramach projektu **Rozwijanie, uzupełnianie i aktualizacja informacji o zawodach oraz jej upowszechnianie za pomocą nowoczesnych narzędzi komunikacji – INFODORADCA+**

Program Operacyjny Wiedza Edukacja Rozwój, Oś priorytetowa II Efektywne polityki publiczne dla rynku pracy, gospodarki i edukacji, Działanie 2.4 Modernizacja publicznych i niepublicznych służb zatrudnienia oraz lepsze dostosowanie ich do potrzeb rynku pracy

PROJEKT NR: POWR.02.04.00-00-0060/16-00

Partnerzy projektu INFODORADCA+:

- DORADCA Consultants Ltd Sp. z o.o., Gdynia
- Instytut Technologii Eksploatacji – Państwowy Instytut Badawczy, Radom
- Instytut Pracy i Spraw Socjalnych, Warszawa
- Centralny Instytut Ochrony Pracy – Państwowy Instytut Badawczy, Warszawa
- PBS Sp. z o.o., Sopot

INFORMACJA O ZAWODZIE

Instruktor rekreacji ruchowej (342305)

© Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej, Departament Rynku Pracy, Warszawa 2018

Kopiowanie i rozpowszechnianie w całości lub w części dozwolone wyłącznie za podaniem źródła.

ISBN 978-83-7789-495-8 [387]

Publikacja bezpłatna

Zdjęcie na okładce (źródło): <https://pixabay.com/pl/kettlebell-przydatność-crossfit-3293481>
[dostęp:10.07.2018].



Wydawnictwo Naukowe Instytutu Technologii Eksploatacji – PIB
26-600 Radom, ul. K. Pułaskiego 6/10, tel. centr. (048) 364-42-41, fax (048) 364-47-65
e-mail: instytut@itee.radom.pl <http://www.itee.radom.pl>

SPIS TREŚCI

1. DANE IDENTYFIKACYJNE ZAWODU	3
1.1. Nazwa i kod zawodu (wg Klasyfikacji zawodów i specjalności).....	3
1.2. Nazwy zwyczajowe zawodu.....	3
1.3. Usytuowanie zawodu w klasyfikacjach: ISCO, PKD	3
1.4. Notka metodologiczna, autorzy i eksperci opiniujący	3
2. OPIS ZAWODU.....	4
2.1. Synteza zawodu	4
2.2. Opis pracy i sposobu jej wykonywania	4
2.3. Środowisko pracy (warunki pracy, maszyny i narzędzia pracy, zagrożenia, organizacja pracy).....	4
2.4. Wymagania psychofizyczne i zdrowotne.....	6
2.5. Wykształcenie, tytuły zawodowe, kwalifikacje i uprawnienia niezbędne/preferowane do podjęcia pracy w zawodzie	7
2.6. Możliwości rozwoju zawodowego, awansu i potwierdzania kompetencji	8
2.7. Zawody pokrewne	8
3. ZADANIA ZAWODOWE I WYMAGANE KOMPETENCJE	9
3.1. Zadania zawodowe	9
3.2. Kompetencja zawodowa Kz1: Planowanie i przygotowywanie zajęć rekreacyjnych	9
3.3. Kompetencja zawodowa Kz2: Prowadzenie zajęć rekreacyjnych	10
3.4. Kompetencje społeczne.....	11
3.5. Profil kompetencji kluczowych dla zawodu.....	11
3.6. Powiązanie kompetencji zawodowych z opisami poziomów Polskiej Ramy Kwalifikacji oraz Sektorowej Ramy Kwalifikacji.....	11
4. ODNIESIENIE DO SYTUACJI ZAWODU NA RYNKU PRACY I MOŻLIWOŚCI DOSKONALENIA ZAWODOWEGO.....	12
4.1. Możliwości podjęcia pracy w zawodzie	12
4.2. Instytucje oferujące kształcenie, szkolenie i/lub potwierdzanie kompetencji w ramach zawodu	13
4.3. Zarobki osób wykonujących dany zawód/daną grupę zawodów	13
4.4. Możliwości zatrudnienia osób niepełnosprawnych w zawodzie.....	14
5. ODNIESIENIE DO EUROPEJSKIEJ KLASYFIKACJI UMIEJĘTNOŚCI/KOMPETENCJI, KWALIFIKACJI I ZAWODÓW (ESCO)	14
6. ŹRÓDŁA DODATKOWYCH INFORMACJI O ZAWODZIE	15
7. SŁOWNIK POJĘĆ	16
7.1. Definicje powiązane z opisem informacji o zawodzie (zawodoznawcze)	16
7.2. Definicje związane z wykonywaniem zawodu (branżowe)	18

1. DANE IDENTYFIKACYJNE ZAWODU

1.1. Nazwa i kod zawodu (wg Klasyfikacji zawodów i specjalności)

Instruktor rekreacji ruchowej 342305

1.2. Nazwy zwyczajowe zawodu

- Instruktor.
- Trener.
- Animator.

1.3. Usytuowanie zawodu w klasyfikacjach: ISCO, PKD

W Międzynarodowym Standardzie Klasyfikacji Zawodów ISCO-08 odpowiada grupie:

- 3423 Fitness and recreation instructors and program leaders.

Według Polskiej Klasyfikacji Działalności (PKD 2007):

- Sekcja R – Działalność związana z kulturą, rozrywką i rekreacją.

1.4. Notka metodologiczna, autorzy i eksperci opiniujący

Notka metodologiczna

Opis informacji o zawodzie opracowano na podstawie:

- analizy źródeł (akty prawne, klasyfikacje krajowe, międzynarodowe), źródeł internetowych oraz wyników badań i analiz prowadzonych w projekcie PO KL (2011–2013) „Rozwijanie zbioru krajowych standardów kompetencji zawodowych wymaganych przez pracodawców”,
- analizy opisu zawodu zamieszczonego w wyszukiwarce opisów zawodów na Portalu Publicznych Służb Zatrudnienia,
- zebranych opinii od recenzentów, członków panelu ewaluacyjnego oraz zespołu ds. walidacji i jakości informacji o zawodach.

Autorzy i eksperci opiniujący

Zespół Ekspercki:

- Magdalena Łuczyńska – Uniwersytet Warmińsko-Mazurski, Olsztyn.
- Maciej Pracoń – V Liceum Ogólnokształcące, Gdynia.
- Małgorzata Obuchiewicz-Lach – Instytut Technologii Eksploatacji – PIB, Radom.

Zespół ds. walidacji i jakości informacji o zawodzie:

- Krzysztof Symela – Instytut Technologii Eksploatacji – PIB, Radom.
- Ireneusz Woźniak – Instytut Technologii Eksploatacji – PIB, Radom.
- Joanna Tomczyńska – Instytut Technologii Eksploatacji – PIB, Radom.

Recenzenci:

- Marta Polanowska – Zespół Szkół Medycznych, Brzeg.
- Stanisław Nowak – Uniwersytet Technologiczno-Humanistyczny im. K. Pułaskiego, Radom.

Panel ewaluacyjny – przedstawiciele partnerów społecznych:

- Anna Jagiełło – Medyczna Szkoła Policealna, Radom.
- Marcin Sałata – Centrum Rehabilitacji Leczniczej, Warszawa.

Data (rok) opracowania opisu informacji o zawodzie: 2018 r.

WAŻNE:

W tekście opisu informacji o zawodzie występują podkreślenia wybranych określeń wraz z indeksem górnym, który wskazuje numer definicji w słowniku branżowym w punkcie 7.2.

2. OPIS ZAWODU

2.1. Synteza zawodu

Instruktor rekreacji⁵ ruchowej prowadzi zajęcia sportowe dla osób aktywnych fizycznie i promuje zdrowy i wypełniony sportem styl życia.

2.2. Opis pracy i sposobu jej wykonywania

Opis pracy

Instruktor rekreacji ruchowej prowadzi zajęcia ruchowe oraz podnosi kondycję³ zgłaszających się do niego osób, które korzystają z usług w celu zmniejszenia napięć związanych z pracą lub poprawienia kondycji, zdrowia i wyglądu. Efektem jego pracy jest poprawa lub utrzymanie zdolności motorycznych¹⁰ uczestników zajęć, co pozytywnie wpływa na ich odprężenie, regenerację sił i usunięcie zmęczenia, spowodowanego pracą zawodową.

Instruktor rekreacji ruchowej prowadzi zajęcia rekreacyjne z osobami w różnym wieku, różnego stanu zdrowia oraz poziomu sprawności fizycznej⁶ (w tym wydolności⁹). Zajęcia mogą być prowadzone w różnych dyscyplinach rekreacyjnych, np. w: gimnastyce, pływaniu, kulturystyce, jeździe konnej, windsurfingu⁸ i innych.

Sposoby wykonywania pracy

Instruktor rekreacji ruchowej prowadzi zajęcia rekreacji grupowo lub indywidualnie, zgodnie z wymaganiami sanitarno-higienicznymi, zasadami bezpieczeństwa człowieka, ergonomii, ochrony przeciwpożarowej oraz ochrony środowiska.

Pracę instruktora rekreacji ruchowej charakteryzuje zestaw stałych czynności dobieranych w zależności od poziomu zaawansowania, możliwości psychofizycznych i potrzeb uczestników zajęć.

WAŻNE:

Instruktor rekreacji ruchowej powinien być pozytywnie nastawiony do pracy z ludźmi, mieć łatwość w nawiązywaniu kontaktów z osobami w różnym wieku, wysoką wrażliwość na potrzeby klienta. Bardzo istotna jest również dokładność i skrupulatność podczas prowadzenia zajęć rekreacji ruchowej.

Więcej szczegółowych informacji znajduje się w sekcjach: 3.1. Zadania zawodowe oraz 3.2. i 3.3. Kompetencje zawodowe.

2.3. Środowisko pracy (warunki pracy, maszyny i narzędzia pracy, zagrożenia, organizacja pracy)

Warunki pracy

Miejszem pracy instruktora rekreacji ruchowej są zazwyczaj obiekty (pomieszczenia) przystosowane do prowadzenia zajęć rekreacji ruchowej. Instruktor może również pracować na wolnym powietrzu i w wodzie. Przestrzeń, w której pracuje, musi być dostosowana pod względem bezpieczeństwa do wykonywania zajęć ruchowo-sportowych.

Zazwyczaj praca jest wykonywana:

- w salach gimnastycznych,
- na basenach,
- na boiskach,
- na ścieżkach zdrowia,
- na placach zabaw,
- na plażach i w innych miejscach.

Instruktor może prowadzić zajęcia rekreacyjne także w ramach wczasów, obozów i kolonii.

Więcej informacji znajduje się w sekcji: 4.1. Możliwości podjęcia pracy w zawodzie.

Wykorzystywane maszyny i narzędzia pracy

Instruktor rekreacji ruchowej w swojej pracy wykorzystuje urządzenia będące na wyposażeniu klubów sportowych, szkół i innych instytucji, w których jest zatrudniony, np. kosze do koszykówki, bramki do piłki ręcznej, siatka do gry w siatkówkę, bramki i sprzęt do gry w unihokeja, maszyny siłowe (zarówno w siłowniach, jak i urządzenia w tzw. siłowniach zewnętrznych), piłki, gumy, taśmy, liny, karimaty, narty, sprzęt windsurfingowy, latarki, znaczniki, szarfy, mapy i wiele innych, w zależności od tematyki prowadzonych zajęć.

Instruktor rekreacji ruchowej wykorzystuje w swojej pracy również komputer, drukarkę, sprzęt grający i nagłaśniający.

Organizacja pracy

Instruktor rekreacji ruchowej pracuje w nienormowanym czasie pracy lub w systemie jedno- albo dwuzmianowym, zależnie od warunków zatrudnienia przez pracodawcę. Może być zatrudniony na umowę o pracę, umowę zlecenie lub prowadzić własną działalność gospodarczą.

Do jego głównych obowiązków należy planowanie, organizowanie i prowadzenie zajęć rekreacji ruchowej o różnej tematyce i w różnej formie. W trakcie zajęć udziela uczestnikom instrukcji prawidłowego wykonywania ćwiczeń, ciągle motywując i tworząc atmosferę opartą na pozytywnym nastawieniu. Dbą jednocześnie o bezpieczeństwo ćwiczących. W trakcie ćwiczeń uczy nowych umiejętności i technik ruchu, kontrolując jednocześnie wydolność i poziom zaawansowania ćwiczących w celu dostosowywania poziomu zajęć do ich możliwości. Promuje zdrowy i aktywny styl życia.

Zagrożenia mające wpływ na bezpieczeństwo pracy człowieka

Instruktor rekreacji ruchowej w swojej pracy narażony jest na zagrożenia takie jak:

- upadki na śliskich lub nierównych nawierzchniach, również w terenie – spowodowane nieodpowiednim zabezpieczeniem wykładzin, dywanów, śliską nawierzchnią, stosowaniem nieodpowiedniego obuwia,
- upadek z wysokości – podczas ćwiczeń na drabinkach gimnastycznych, upadki ze sprzętu sportowego,
- uderzenie o nieruchome przedmioty, uderzenia o drabinki, sprzęt sportowy, elementy wyposażenia miejsca prowadzenia zajęć oraz naturalne przeszkody terenowe,
- wypadki komunikacyjne podczas zajęć w terenie i w trakcie organizacji i przemieszczania się z grupą, np.: na obozach, koloniach itp.

Zagrożeniem są również:

- hałas spowodowany głośnym zachowaniem uczestników zajęć – zwłaszcza w przypadku dzieci,
- przeciążenie strun głosowych spowodowane częstym podnoszeniem głosu w trakcie prowadzenia zajęć,

- urazy ciała spowodowane aktywnością fizyczną, nieumiejętnym stosowaniem urządzeń sportowych,
- obciążenie psychiczne, wynikające ze stałej uwagi i koncentracji, odpowiedzialności za grupę,
- choroby zakaźne nabywane w wyniku kontaktu z osobami-nosicielami, będącymi uczestnikami zajęć ruchowych.

2.4. Wymagania psychofizyczne i zdrowotne

Wymagania psychofizyczne

Dla pracownika wykonującego zawód **instruktor rekreacji ruchowej** ważne są:

w kategorii wymagań fizycznych

- wysoka ogólna wydolność fizyczna,
- sprawność układu krążenia,
- sprawność układu oddechowego,
- sprawność układu kostno-stawowego,
- sprawność układu mięśniowego,
- sprawność narządów równowagi;

w kategorii sprawności sensomotorycznych

- rozróżnianie barw,
- widzenie stereoskopowe⁷,
- widzenie o zmroku,
- zmysł równowagi,
- czucie dotykowe,
- koordynacja wzrokowo-ruchowa,
- szybki refleks,
- spostrzegawczość,
- zręczność rąk,
- brak lęku przed wysokością;

w kategorii sprawności i zdolności

- zdolność koncentracji uwagi,
- podzielność uwagi,
- dobra pamięć,
- wyobraźnia przestrzenna,
- uzdolnienia rachunkowe,
- rozumowanie logiczne,
- wyobraźnia i myślenie twórcze,
- uzdolnienia techniczne,
- uzdolnienia artystyczne;

w kategorii cech osobowościowych

- ekspresyjność,
- punktualność,
- obowiązkowość,
- wytrwałość i cierpliwość,
- zdolność pracy w szybkim tempie,
- zdolność przechodzenia z jednej czynności do drugiej,
- wytrzymałość na długotrwały wysiłek,
- odporność emocjonalna,
- samokontrola,

- zdolność podejmowania szybkich i trafnych decyzji,
- zdolność współdziałania,
- samodzielność,
- zdolność pracy w warunkach monotonnych,
- zdolność przekonywania.

Więcej informacji znajduje się w sekcjach: 3.4. Kompetencje społeczne; 3.5. Profil kompetencji kluczowych dla zawodu.

Wymagania zdrowotne

Instruktor rekreacji ruchowej powinien mieć dobrą sprawność fizyczną i stan zdrowia potwierdzony badaniami lekarskimi. Przeciwwskazaniem do wykonywania zawodu są dysfunkcje intelektualne każdego stopnia i fizyczne w stopniu umiarkowanym i znacznym.

WAŻNE:

O stanie zdrowia i ewentualnych przeciwwskazaniach do wykonywania zawodu orzeka lekarz medycyny pracy.

Więcej informacji znajduje się w sekcji: 4.4. Możliwości zatrudnienia osób niepełnosprawnych w zawodzie.

2.5. Wykształcenie, tytuły zawodowe, kwalifikacje i uprawnienia niezbędne/preferowane do podjęcia pracy w zawodzie

Wykształcenie niezbędne do podjęcia pracy w zawodzie

Do podjęcia pracy w zawodzie **instruktor rekreacji ruchowej** wymagane jest co najmniej wykształcenie średnie ogólne lub zawodowe o dowolnym kierunku oraz ukończenie 18 roku życia.

Pracodawcy preferują osoby z wyższym wykształceniem, uzyskanym np. na kierunku: wychowanie fizyczne lub turystyka i rekreacja ze specjalnością instruktorską w danej dyscyplinie rekreacji ruchowej.

Tytuły zawodowe, kwalifikacje i uprawnienia niezbędne/preferowane do podjęcia pracy w zawodzie

Do podjęcia pracy w zawodzie **instruktor rekreacji ruchowej** preferowane jest ukończenie kursu instruktora rekreacji ruchowej w wybranej przez zainteresowanego specjalności rekreacji oraz przystąpienie do egzaminu, potwierdzającego kompetencje określone w programie kursu.

Kurs instruktora rekreacji ruchowej jest dwustopniowy i składa się z części ogólnej i specjalistycznej. Pozwala to na zdobywanie uprawnień zawodowych również w innych specjalnościach rekreacji, bez konieczności powtarzania części ogólnej kursu.

Osoba podejmująca pracę instruktora rekreacji ruchowej może mieć kwalifikacje instruktora rekreacji ruchowej z daną specjalnością, np.: narciarstwo zjazdowe, fitness², windsurfing, nauczyciela wychowania fizycznego lub trenera sportu.

WAŻNE:

W zawodzie **instruktor rekreacji ruchowej** wymagana jest niekaralność za umyślne przestępstwa związane z organizacją zawodów sportowych.

Z uwagi na możliwość pracy z klientami z innych krajów, dodatkowym atutem jest znajomość języków obcych, szczególnie języka angielskiego na poziomie co najmniej podstawowym.

Więcej informacji znajduje się w sekcji: 4.2. Instytucje oferujące kształcenie, szkolenie i/lub potwierdzanie kompetencji w ramach zawodu.

2.6. Możliwości rozwoju zawodowego, awansu i potwierdzania kompetencji

Możliwości rozwoju zawodowego i awansu

Instruktor rekreacji ruchowej może podwyższać swoje kompetencje, kontynuując edukację na studiach wyższych, a następnie podyplomowych o kierunku wychowanie fizyczne lub turystyka i rekreacja, zdobywając w ten sposób kwalifikacje instruktora sportu, trenera lub menedżera w danej dziedzinie.

W niektórych specjalnościach tego zawodu istnieje możliwość uzyskania kwalifikacji instruktora sportu lub trenera sportu po ukończeniu kursu i zdaniu egzaminów praktycznych w ośrodkach branżowych.

Instruktor rekreacji ruchowej może również rozwijać się, uczestnicząc w szkoleniach organizowanych przez uczelnie wyższe, zrzeszenia i stowarzyszenia sportowe, firmy zajmujące się marketingiem sportowym, instytucje ukierunkowane na podtrzymanie i poprawę zdrowia, producentów sprzętu sportowego lub specjalistycznej aparatury badawczej.

Instruktor rekreacji ruchowej ma także możliwość rozwoju zawodowego poprzez podjęcie pracy w zawodach pokrewnych (pod warunkiem uzupełnienia wymaganych kompetencji). Może również kształcić się w innej specjalności rekreacyjnej lub dodatkowo zdobywać kwalifikacje instruktora sportu czy trenera sportu.

Możliwości potwierdzania kompetencji

Instruktor rekreacji ruchowej może:

- ukończyć kurs podstawowy dla instruktora rekreacji ruchowej i uzyskać uprawnienia tylko do prowadzenia zajęć objętych programem dla danego kursu,
- ukończyć odpowiedni kurs i uzyskać certyfikat uprawniający do prowadzenia zajęć w różnych dyscyplinach rekreacyjnych, np. w: gimnastyce, pływaniu, kulturystyce, jeździe na nartach, windsurfingu i innych,
- ukończyć kurs instruktorski (pod warunkiem posiadania odpowiedniego doświadczenia zawodowego), który umożliwia prowadzenie szkoleń dla kandydatów, zainteresowanych wykonywaniem zawodu instruktora rekreacji ruchowej,
- ubiegać się o potwierdzenie kompetencji trenera klasy drugiej, klasy pierwszej oraz trenera klasy mistrzowskiej po spełnieniu wymogów określonych w ustawie o sporcie.

WAŻNE:

W pracy **instruktora rekreacji ruchowej**, z uwagi na rosnącą konkurencję na rynku pracy, niezwykle ważne jest ciągłe rozwijanie posiadanych i uzyskiwanie nowych kompetencji, poprzez uczestnictwo w różnych formach szkolenia i doskonalenia zawodowego.

Więcej informacji można uzyskać w Bazie Usług Rozwojowych <https://uslugirozwojowe.parp.gov.pl> oraz Zintegrowanym Rejestrze Kwalifikacji <https://rejestr.kwalifikacje.gov.pl>

2.7. Zawody pokrewne

Osoba zatrudniona w zawodzie **instruktora rekreacji ruchowej** może rozszerzać swoje kompetencje zawodowe w zawodach pokrewnych:

Nazwa zawodu pokrewnego zgodnie z Klasyfikacją zawodów i specjalności	Kod zawodu
Nauczyciel wychowania fizycznego	233025
Trener sportu	342207
Instruktor fitness	342301

Instruktor gimnastyki korekcyjnej	342302
Instruktor odnowy biologicznej	342304
Instruktor rytmiki	342306
Instruktor sportów siłowych	342307
Instruktor sportów ekstremalnych	342308
Instruktor sztuki walki	342309

3. ZADANIA ZAWODOWE I WYMAGANE KOMPETENCJE

3.1. Zadania zawodowe

Pracownik w zawodzie **instruktor rekreacji ruchowej** wykonuje różnorodne zadania, do których należą w szczególności:

- Z1 Dobieranie rodzaju zajęć rekreacyjnych z uwzględnieniem możliwości psychomotorycznych, ruchowych oraz potrzeb uczestników.
- Z2 Planowanie i organizowanie zajęć rekreacyjnych zgodnie z zasadami BHP, ochrony ppoż., ergonomii oraz ochrony środowiska.
- Z3 Realizowanie specjalistycznych zajęć rekreacyjnych.
- Z4 Prowadzenie dokumentacji związanej z przebiegiem i efektami zajęć.

3.2. Kompetencja zawodowa Kz1: Planowanie i przygotowywanie zajęć rekreacyjnych

Kompetencja zawodowa Kz1: Planowanie i przygotowywanie zajęć rekreacyjnych obejmuje zestaw zadań zawodowych Z1, Z2, do realizacji których wymagane są odpowiednie zbiory wiedzy i umiejętności.

Z1 Dobieranie rodzaju zajęć rekreacyjnych z uwzględnieniem możliwości psychomotorycznych, ruchowych oraz potrzeb uczestników	
WIEDZA – zna i rozumie:	UMIEJĘTNOŚCI – potrafi:
- Zasady badania podmiotowego i przedmiotowego z uczestnikiem zajęć; - Biologiczne aspekty rekreacji ruchowej; - Humanistyczne podstawy rekreacji ruchowej; - Formularze prób i testów określających poziom sprawności i wydolności fizycznej; <u>Prozdrowotne</u>⁴ walory aktywnego trybu życia.	- Oceniać parametry podstawowych funkcji życiowych; - Diagnostować stan uczestnika zajęć w sferze fizycznej i psychicznej; - Określać hierarchię potrzeb i oczekiwań uczestnika zajęć; - Informować uczestników zajęć o celu i przebiegu zajęć, wymaganym stroju oraz warunkach uczestnictwa; - Promować zdrowy styl życia, upowszechniać i kształtować postawy prorekreacyjne.

Z2 Planowanie i organizowanie zajęć rekreacyjnych zgodnie z zasadami BHP, ochrony ppoż., ergonomii oraz ochrony środowiska	
WIEDZA – zna i rozumie:	UMIEJĘTNOŚCI – potrafi:
- Przepisy BHP, ochrony ppoż. i ochrony sanitarno-epidemiologicznej w zakresie planowania i przygotowania zajęć rekreacyjnych; - Teorię i metodykę rekreacji z uwzględnieniem form prowadzenia zajęć rekreacyjnych różnych grup ćwiczących lub klienta indywidualnego;	- Stosować przepisy BHP, ochrony ppoż. i sanitarno-epidemiologicznej w zakresie planowania i przygotowania zajęć rekreacyjnych; - Opracowywać program ćwiczeń lub gier i zabaw rekreacyjnych; - Dobierać formę i metodę prowadzenia zajęć

• Zasady doboru sprzętu sportowego; • Zarządzenia i przepisy dotyczące organizacji zajęć oraz imprez rekreacyjnych; • Przepisy sportowe obowiązujące w danej dyscyplinie rekreacji.	rekreacyjnych dla poszczególnych grup ćwiczących; • Organizować grupy rekreacyjne; • Planować miejsce i sprzęt do ćwiczeń; • Dobierać strój, obuwie oraz sprzęt do realizowanych zadań.
---	--

3.3. Kompetencja zawodowa Kz2: Prowadzenie zajęć rekreacyjnych

Kompetencja zawodowa Kz2: Prowadzenie zajęć rekreacyjnych obejmuje zestaw zadań zawodowych Z3, Z4, do realizacji których wymagane są odpowiednie zbiory wiedzy i umiejętności.

Z3 Realizowanie specjalistycznych zajęć rekreacyjnych	
WIEDZA – zna i rozumie:	UMIEJĘTNOŚCI – potrafi:
• Biologiczne podstawy wysiłku fizycznego; • Metody i formy prowadzenia zajęć rekreacyjnych dla grup w różnym wieku, różnego stanu zdrowia oraz poziomu wydolności i sprawności fizycznej; • Zasady doboru przyrządów i przyborów pomocniczych, stosowanych w danej dziedzinie rekreacji ruchowej; • Przyrządy i przybory pomocnicze, stosowane w danej dziedzinie rekreacji ruchowej; • Metody instruktażu w wybranej dyscyplinie rekreacji; • Technikę zadań ruchowych typowych dla danej dyscypliny rekreacyjnej; • Ćwiczenia dla grup w różnym wieku, różnego stanu zdrowia oraz poziomu wydolności i sprawności fizycznej; • Środki stosowane w rekreacji ruchowej; • Metody motywowania uczestników do regularnej aktywności fizycznej; • Metody korygowania błędów ćwiczących; • Przepisy obowiązujące w danej dyscyplinie rekreacji; • Zasady udzielania pomocy przedmedycznej.	• Stosować odpowiednie formy i metody prowadzenia zajęć dla poszczególnych grup ćwiczebnych lub klienta indywidualnego; • Prowadzić zajęcia w wybranych specjalnościach rekreacyjnych; • Przeprowadzać instruktaż co do sposobu wykonywania ćwiczeń oraz korzystania ze sprzętu; • Demonstrować prawidłową technikę zadań ruchowych w danej dyscyplinie rekreacji; • Korzystać z przyrządów i przyborów oraz innego sprzętu pomocniczego zgodnie z ich przeznaczeniem; • Stosować środki działania w rekreacji ruchowej; • Uzasadniać uczestnikom rekreacji sens i cel stosowania danych ćwiczeń; • Motywować ćwiczących do samokontroli i samooceny; • Motywować ćwiczących do wysiłku fizycznego; • Korygować błędy ćwiczących; • Stosować modyfikacje ćwiczeń w zależności od potrzeb uczestników zajęć; • Monitorować zajęcia rekreacyjne w celu zapewnienia bezpieczeństwa i efektywności ćwiczeń oraz satysfakcji uczestników; • Organizować imprezy rekreacyjno-sportowe; • Udzielać pomocy przedmedycznej.

Z4 Prowadzenie dokumentacji związanej z przebiegiem i efektami zajęć	
WIEDZA – zna i rozumie:	UMIEJĘTNOŚCI – potrafi:
• Wytyczne prowadzenia ewidencji przebiegu zajęć; • Sposoby prowadzenia dokumentacji związanej z efektami zajęć ruchowych; • Zasady prowadzenia kontroli ewaluacji zajęć ruchowych.	• Prowadzić ewidencję procesu przebiegu zajęć; • Prowadzić dokumentację oceniającą stan sprawności i wydolności fizycznej uczestnika zajęć rekreacyjnych; • Opracowywać i prowadzić dokumentację procesu ewaluacji.

3.4. Kompetencje społeczne

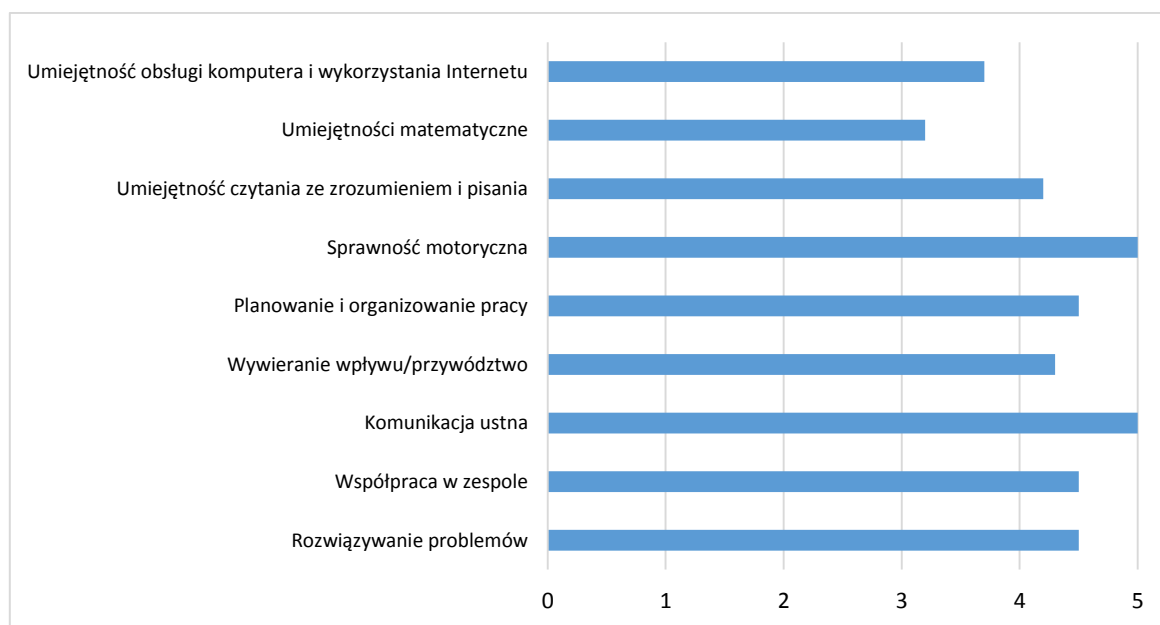
Pracownik w zawodzie **instruktor rekreacji ruchowej** powinien mieć kompetencje społeczne niezbędne do prawidłowego i skutecznego wykonywania zadań zawodowych.

W szczególności pracownik jest gotów do:

- Ponoszenia odpowiedzialności za przygotowanie i prowadzenie zajęć rekreacyjnych.
- Samooceny własnego działania i wprowadzania działań korygujących, poprawiających jakość świadczonych usług.
- Dostosowania zachowania własnego do zmian w środowisku pracy ośrodków i jednostek prowadzących zajęcia rekreacyjne.
- Podejmowania współpracy w zorganizowanych warunkach pracy ośrodków i jednostek prowadzących zajęcia rekreacyjne.
- Podnoszenia kompetencji instruktorskich w różnych formach edukacji formalnej i pozaformalnej.
- Przestrzegania zasad bezpieczeństwa uczestników zajęć rekreacji ruchowej oraz norm etyki zawodowej.

3.5. Profil kompetencji kluczowych dla zawodu

Pracownik powinien mieć zdolność właściwego wykonywania zadań zawodowych i predyspozycje do rozwoju zawodowego. Dlatego wymaga się od niego odpowiednich kompetencji kluczowych. Zostały one zilustrowane w formie profilu (rys. 1) ukazującego ważność kompetencji kluczowych dla zawodu **instruktor rekreacji ruchowej**.



Rys. 1. Profil kompetencji kluczowych dla zawodu **instruktor rekreacji ruchowej**

Uwaga:

Wykaz kompetencji kluczowych opracowano na podstawie wykazu stosowanego w Międzynarodowym Badaniu Kompetencji Osób Dorosłych – projekt PIAAC (OECD).

3.6. Powiązanie kompetencji zawodowych z opisami poziomów Polskiej Ramy Kwalifikacji oraz Sektorowej Ramy Kwalifikacji

Kompetencje zawodowe pracownika w zawodzie **instruktor rekreacji ruchowej** nawiązują do opisów poziomów Polskiej Ramy Kwalifikacji oraz Sektorowej Ramy Kwalifikacji w sektorze sport.

Opis zawodu, zadań zawodowych i wymagań kompetencyjnych może stanowić materiał informacyjny dla przygotowania (lub aktualizacji) opisów kwalifikacji wprowadzanych do Zintegrowanego Systemu Kwalifikacji (ZSK). Więcej informacji:

- Zintegrowanego Systemu Kwalifikacji: <https://www.kwalifikacje.gov.pl>
- Zintegrowany Rejestr Kwalifikacji: <https://rejestr.kwalifikacje.gov.pl>

4. ODNIESIENIE DO SYTUACJI ZAWODU NA RYNKU PRACY I MOŻLIWOŚCI DOSKONALENIA ZAWODOWEGO

4.1. Możliwości podjęcia pracy w zawodzie

Instruktor rekreacji ruchowej może podjąć pracę:

- w klubach i centach sportowych,
- na koloniach letnich i zimowych oraz obozach sportowych
- w świetlicach osiedlowych i innych,
- w miejscach zorganizowanego wypoczynku i rekreacji ruchowej (np. hotele SPA, sanatoria, uzdrowiska, domy wczasowe).

W wymienionych miejscach pracy może pełnić funkcję np.:

- animatora¹ czasu wolnego,
- instruktora specjalizującego się w danej dyscyplinie sportu, np.: windsurfing, fitness.

Instruktor rekreacji ruchowej może pracować na etacie, na umowę zlecenie oraz prowadząc własną działalność gospodarczą.

WAŻNE:

Zachęcamy do sprawdzenia dostępnych ofert pracy w **Centralnej Bазie Ofert Pracy**:
<http://oferty.praca.gov.pl>

Natomiast aktualizacje informacji o możliwościach zatrudnienia w zawodzie, przyszłe zapotrzebowanie na dany zawód na rynku pracy oraz dodatkowe informacje można uzyskać, korzystając z **polecanych źródeł danych**.

Polecane źródła danych [dostęp: 10.07.2018]:

Ranking (monitoring) zawodów deficytowych i nadwyżkowych:

<http://mz.praca.gov.pl>

<https://www.mpips.gov.pl/analizy-i-raporty/raporty-sprawozdania/rynek-pracy/zawody-deficytowe-i-nadwyzkowe>

Barometr zawodów: <https://barometrzawodow.pl>

Wojewódzkie obserwatoria rynku pracy:

Mazowieckie – <http://obserwatorium.mazowsze.pl>

Małopolskie – <https://www.obserwatorium.malopolska.pl>

Lubelskie – <http://lorp.wup.lublin.pl>

Regionalne Obserwatorium Rynku Pracy w Łodzi – <http://obserwatorium.wup.lodz.pl>

Pomorskie – <http://www.porp.pl>

Opolskie – <http://www.obserwatorium.opole.pl>

Wielkopolskie – <http://www.obserwatorium.wup.poznan.pl>

Zachodniopomorskie – <https://www.wup.pl/pl/dla-instytucji/zachodniopomorskie-obserwatorium-ryнку-pracy>

Podlaskie – <http://www.obserwatorium.up.podlasie.pl>

Zielona Linia. Centrum Informacyjne Służb Zatrudnienia:

<http://zielonalinia.gov.pl>

Portal Prognozowanie Zatrudnienia:

www.prognozowaniezatrudnienia.pl

Portal EU Skills Panorama:

<http://skillspanorama.cedefop.europa.eu/en>

Europejski portal mobilności zawodowej EURES:

<https://eures.praca.gov.pl>

<https://ec.europa.eu/eures/public/pl/homepage>

4.2. Instytucje oferujące kształcenie, szkolenie i/lub potwierdzanie kompetencji w ramach zawodu

Kształcenie

Obecnie (2018 r.) w ramach kształcenia zawodowego w Polsce nie prowadzi się kształcenia kandydatów do pracy w zawodzie **instruktor rekreacji ruchowej** w formach szkolnych.

Instytucje oferujące kształcenie (studia I i II stopnia, studia podyplomowe) preferowane dla zawodu **instruktor rekreacji ruchowej** to głównie akademie wychowania fizycznego.

Szkolenie

Szkolenia i potwierdzanie kompetencji dla **instruktorów rekreacji ruchowej** prowadzone są przez instytucje, które specjalizują w tym zakresie. Mogą to być:

- uczelnie wyższe,
- niepubliczne placówki oświatowe, posiadające akredytację Ministerstwa Nauki i Szkolnictwa Wyższego lub kuratorium oświaty,
- branżowe ośrodki metodyczno-szkoleniowe.

Placówki te przygotowują instruktorów rekreacji ruchowej do pracy w ponad 40 specjalnościach, a liczba ich systematycznie wzrasta.

WAŻNE:

Więcej informacji o instytucjach oferujących kształcenie, szkolenie i/lub walidację kompetencji w ramach zawodu można uzyskać, korzystając z **polecanych źródeł danych**.

Polecane źródła danych [dostęp: 10.07.2018]:

Szkolnictwo wyższe:

www.wyberzstudia.nauka.gov.pl

Szkolnictwo zawodowe:

<https://www.gov.pl/web/edukacja/ksztalcenie-zawodowe>

<http://doradztwo.ore.edu.pl/wyberam-zawod>

<http://www.zrp.pl>

Szkolenia zawodowe:

Rejestr Instytucji Szkoleniowych – <http://www.stor.praca.gov.pl/portal/#/ris>

Baza Usług Rozwojowych – <https://uslugirozwojowe.parp.gov.pl>

Inne źródła danych:

Zintegrowany Rejestr Kwalifikacji – <https://rejestr.kwalifikacje.gov.pl>

Bilans Kapitału Ludzkiego – <https://bkl.parp.gov.pl>

Fundacja Rozwoju Systemu Edukacji – <http://www.frse.org.pl>, <http://europass.org.pl>

Learning Opportunities and Qualifications in Europe – <https://ec.europa.eu/ploteus>

4.3. Zarobki osób wykonujących dany zawód/daną grupę zawodów

Instruktorzy rekreacji ruchowej wykonujący pracę i pobierający stawkę za jedną godzinę (60 min.) przeprowadzonych zajęć otrzymują od 25 zł do 200 zł.

Osoby zatrudnione na umowę z wynagrodzeniem miesięcznym zarabiają od 1500 zł do 4000 zł brutto, przy czym górna granica wynagrodzenia jest bardzo zróżnicowana i uzależniona od regionu kraju, liczby godzin i rodzaju prowadzonych zajęć.

Stawka za udział w koloniach czy obozach sportowych dla dzieci i młodzieży to od ok. 600 zł do 1500 zł brutto, w zależności od ilości prowadzonych zajęć i długości turnusu.

WAŻNE:

Zarobki osób wykonujących dany zawód/grupę zawodów są orientacyjne i mogą szybko stracić aktualność. Dlatego na bieżąco należy sprawdzać, jakie zarobki oferuje rynek pracy, korzystając z **polecanych źródeł danych**.

Polecane źródła danych [dostęp: 10.07.2018]:

Wynagrodzenie w Polsce według danych GUS:

<http://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/rynek-pracy/pracujacy-zatrudnieni-wynagrodzenia-koszty-pracy>

Przykładowe portale informujące o zarobkach:

<https://wynagrodzenia.pl/gus>

<https://wynagrodzenia.pl/kategoria/zarobki-na-stanowiskach-i-szczeblach>

<https://sedlak.pl/raporty-placowe>

<https://zarobki.pracuj.pl>

<https://www.forbes.pl/ogolnopolskie-badanie-wynagrodzen>

<https://www.kariera.pl/wynagrodzenia>

4.4. Możliwości zatrudnienia osób niepełnosprawnych w zawodzie

W zawodzie **instruktor rekreacji ruchowej** możliwe jest zatrudnienie osób niepełnosprawnych.

Praca instruktora rekreacji ruchowej w większości przypadków związana jest z dużym wysiłkiem i sprawnością fizyczną. Instruktor musi być zdolny do szybkich reakcji, które mogą być niezbędne w przypadku konieczności udzielenia pierwszej pomocy. Nieodzowne jest komunikowanie się z klientami, co w znacznym stopniu ogranicza możliwość podjęcia pracy w tym zawodzie osób z zaburzeniami głosu, mowy i chorobami słuchu. Wszystkie dysfunkcje w znacznym stopniu utrudniają wykonywanie tego zawodu.

Natomiast w szczególnych przypadkach istnieje możliwość zatrudnienia osoby niepełnosprawnej ze schorzeniem 08-T (choroby układu pokarmowego).

WAŻNE:

Decyzja o zatrudnieniu osoby z jakimkolwiek rodzajem niepełnosprawności może być podjęta wyłącznie po indywidualnej konsultacji z lekarzem medycyny pracy.

5. ODNIESIENIE DO EUROPEJSKIEJ KLASYFIKACJI UMIEJĘTNOŚCI/KOMPETENCJI, KWALIFIKACJI I ZAWODÓW (ESCO)

Europejska klasyfikacja umiejętności/kompetencji, kwalifikacji i zawodów (European Skills/Competences, Qualifications and Occupations – ESCO) jest narzędziem łączącym rynek edukacji z rynkiem pracy. ESCO jest częścią strategii „Europa 2020”. W klasyfikacji określono i uszeregowano umiejętności, kompetencje, kwalifikacje i zawody istotne dla unijnego rynku pracy oraz kształcenia i szkolenia. Tworzenie europejskiego rynku pracy, a w przyszłości wspólnego obszaru kształcenia ustawicznego wymaga, aby zdobywane przez jednostki umiejętności oraz kwalifikacje były zrozumiałe oraz łatwo porównywalne między krajami, a także – by promowały mobilność wśród pracowników.

Obecnie (2018 r.) klasyfikacja ESCO jest dostępna w 27 językach (w 24 językach UE, islandzkim, norweskim i arabskim) za pośrednictwem platformy ESCO:

<https://ec.europa.eu/esco/portal/home>

Klasyfikacja ESCO została oparta na trzech filarach i pokazuje w sposób systematyczny relacje między nimi:

- **Zawody:** <https://ec.europa.eu/esco/portal/occupation>
- **Umiejętności/Kompetencje:** <https://ec.europa.eu/esco/portal/skill>
- **Kwalifikacje:** <https://ec.europa.eu/esco/portal/qualification>

6. ŹRÓDŁA DODATKOWYCH INFORMACJI O ZAWODZIE

Podstawowe regulacje prawne:

Stan prawny na dzień: 30.06.2018 r.

- Ustawa z dnia 22 grudnia 2015 r. o Zintegrowanym Systemie Kwalifikacji (t.j. Dz. U. z 2017 r. poz. 986, z późn. zm.).
- Ustawa z dnia 13 czerwca 2013 r. o zmianie ustaw regulujących wykonywanie niektórych zawodów (Dz. U. poz. 829).
- Ustawa z dnia 25 czerwca 2010 r. o sporcie (t.j. Dz. U. z 2018 r. poz. 1263).
- Ustawa z dnia 20 kwietnia 2004 r. o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy (t.j. Dz. U. z 2018 r. poz. 1265 i 1149).
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 21 czerwca 2017 r. w sprawie Sektorowej Ramy Kwalifikacji w sektorze sport (Dz. U. poz. 1268).
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 13 kwietnia 2016 r. w sprawie charakterystyk drugiego stopnia Polskiej Ramy Kwalifikacji typowych dla kwalifikacji o charakterze zawodowym – poziomy 1–8 (Dz. U. poz. 537).
- Rozporządzenie Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 7 sierpnia 2014 r. w sprawie klasyfikacji zawodów i specjalności na potrzeby rynku pracy oraz zakresu jej stosowania (t.j. Dz. U. z 2018 r. poz. 227).

Literatura branżowa:

- Bączek J.: Animacja czasu wolnego. Wydawnictwo Stageman Polska, Warszawa 2009.
- Bielec G., Półtorak W., Warchoł K.: Zarys teorii i metodyki rekreacji ruchowej. Wydawnictwo Proksenia, Kraków 2011.
- Cholewa J., Kunicki M.: Rekreacyjna aktywność ruchowa. Wydawnictwo AWF, Katowice 2014.
- Fenczyn J.: Psychologia: wybór zagadnień dla studentów kierunku turystyka i rekreacja. Agencja Reklamowo-Wydawnicza „Ostoja”, Kraków 2004.
- Kiełbasiewicz-Drozdowska I., Siwiński W.: Teoria i metodyka rekreacji ruchowej (zagadnienia podstawowe). AWF, Poznań 2001.
- Toczek-Werner S.: Podstawy rekreacji i turystyki. Wydawnictwo AWF, Wrocław 2007.
- Winiarski R.W.: Wstęp do teorii rekreacji ze szczególnym uwzględnieniem rekreacji fizycznej. Wydawnictwo AWF, Kraków 1989.
- Wolańska T.: Leksykon. Sport dla wszystkich – rekreacja ruchowa. Wydawnictwo AWF, Warszawa 1997.

Zasoby internetowe [dostęp: 10.07.2018]:

- Akademia Trenerska: <http://www.akademiatrenerska.pl/akademia-trenerska>
- Akademia Wychowania Fizycznego i Sportu: <http://www.awf.poznan.pl/pl/cdkis-k-instruktorskie/cdkis-k-instruktorskie-rekreacja-ruchowa/111-cdkis/295-cz-specjalistyczna-kurs-instruktora-rekreacji-ruchowej-awf>
- Baza danych standardów kwalifikacji/kompetencji zawodowych i modułowych programów szkoleń: <ftp://kwalifikacje.praca.gov.pl>
- Funkcje instruktora, trenera:

<http://prawosportowe.pl/funkcja-trenera-i-instruktora-sportu-a-deregulacja-niektorych-zawodow.html>

Instytut Sportu – Państwowy Instytut Badawczy: <http://www.insp.waw.pl>

- Ministerstwo Sportu i Turystyki: <https://www.msit.gov.pl>
- Polska Akademia Kultury i Sportu: <https://pakis.pl/kursy/70/kurs-instruktora-rekreacji-ruchowej>
- Polska Akademia Sportu: http://www.kursyinstruktorskie.edu.pl/czesc_ogolna_rekreacji.htm
- Portal Asystent BHP: <https://asystentbhp.pl>
- Sektorowa Rama Kwalifikacji w Sporcie (SRKS): <http://kwalifikacje.edu.pl/sektorowa-rama-kwalifikacji-w-sporcie-srks>
- Standardy orzecznictwa lekarskiego ZUS: <http://www.zus.pl/lekarze/publikacje/standardy-orzecznictwa-lekarskiego-zus>
- Towarzystwo Krzewienia Kultury Fizycznej: <http://www.tkkf.org.pl>
- Uczelniane Centrum Edukacji Ustawicznej AWFIS Gdańsk: <http://uceu.awf.gda.pl/index.php?id=832>
- Wyszukiwarka opisów zawodów: <http://psz.praca.gov.pl/rynek-pracy/bazy-danych/klasyfikacja-zawodow-i-specjalnosci/wyszukiwarka-opisow-zawodow>

7. SŁOWNIK POJĘĆ

7.1. Definicje powiązane z opisem informacji o zawodzie (zawodoznawcze)

Nazwa pojęcia	Definicja pojęcia
Awans zawodowy	Wyróżnia się dwa podstawowe rodzaje awansu – pionowy oraz poziomy. Awans pionowy oznacza zmianę stanowiska na wyższe w hierarchii przedsiębiorstwa/organizacji oraz przyznanie wyższego wynagrodzenia i poszerzenie uprawnień, np. awans polegający na osiągnięciu wyższego stopnia wymagań formalnych w policji, w wojsku, mianowanie na wyższy stopień – awans nauczycielski. Awans poziomy oznacza zmianę stanowiska niepociągającą za sobą zmiany pozycji pracownika w hierarchii firmy, np. objęcie dodatkowego stanowiska przez pracownika, powierzenie nowych zadań, rozszerzenie uprawnień i zakresu podejmowanych decyzji.
Czynności zawodowe	Są to działania podejmowane w ramach zadania zawodowego i dające efekt w postaci realizacji celu przewidzianego w zadaniu zawodowym.
Edukacja formalna	Kształcenie realizowane przez publiczne i niepubliczne szkoły oraz inne podmioty systemu oświaty, uczelnie oraz inne podmioty systemu szkolnictwa wyższego w ramach programów, które prowadzą do uzyskania kwalifikacji pełnych oraz kwalifikacji nadawanych po ukończeniu studiów podyplomowych (zgodnie z ustawą Prawo o szkolnictwie wyższym) albo kwalifikacje w zawodzie (zgodnie z przepisami oświatowymi).
Edukacja pozaformalna	Kształcenie i szkolenie realizowane w ramach programów, które nie prowadzą do uzyskania kwalifikacji pełnych lub kwalifikacji właściwych dla edukacji formalnej.
Efekty uczenia się	Wiedza, umiejętności oraz kompetencje społeczne nabyte w procesie uczenia się (w ramach edukacji formalnej, edukacji pozaformalnej lub poprzez uczenie się nieformalne).
Europejskie Ramy Kwalifikacji (ERK)	Przyjęta w Unii Europejskiej struktura i opis poziomów kwalifikacji umożliwiające porównanie kwalifikacji uzyskiwanych w różnych państwach. W ERK wyróżniono 8 poziomów kwalifikacji opisywanych za pomocą efektów uczenia się (wiedza, umiejętności i kompetencje). ERK stanowi układ odniesienia do krajowych ram kwalifikacji, w tym do PRK.

Kody niepełnosprawności	Są symbolami rodzaju schorzenia, które ma decydujący wpływ na to, do jakich prac osoba niepełnosprawna może być kierowana, a do jakich nie powinna ze względu na jej zdrowie i skuteczność pracy na danym stanowisku. Podstawowe kody niepełnosprawności: 01-U upośledzenie umysłowe, 02-P choroby psychiczne, 03-L zaburzenia głosu, mowy i choroby słuchu, 04-O choroby narządu wzroku, 05-R upośledzenie narządu ruchu, 06-E epilepsja, 07-S choroby układu oddechowego i krążenia, 08-T choroby układu pokarmowego, 09-M choroby układu moczowo-płciowego, 10-N choroby neurologiczne, 11-I inne, w tym schorzenia: endokrynologiczne, metaboliczne, zaburzenia enzymatyczne, choroby zakaźne i odzwierzęce, zeszpecenia, choroby układu krwiotwórczego, 12-C całościowe zaburzenia rozwojowe.
Kompetencje społeczne	Jest to rozwinięta w toku uczenia się zdolność kształtowania własnego rozwoju oraz autonomicznego i odpowiedzialnego uczestniczenia w życiu zawodowym i społecznym, z uwzględnieniem etycznego kontekstu własnego postępowania.
Kompetencje kluczowe	Są to kompetencje (połączenie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych) integracji społecznej i zatrudnienia potrzebne w życiu zawodowym i pozazawodowym oraz do bycia aktywnym obywatelem. Na potrzeby opracowania informacji o zawodach wyróżniono 9 kompetencji, które zostały wybrane i pogrupowane ze zbioru 15 kompetencji kluczowych wyodrębnionych w Międzynarodowym Badaniu Kompetencji Osób Dorosłych – Projekt PIAAC prowadzonym cyklicznie przez OECD.
Kompetencja zawodowa	Jest to układ wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych niezbędnych do wykonywania, w ramach wydzielonego zakresu pracy w zawodzie zestawu zadań zawodowych. Posiadanie jednej lub kilku kompetencji zawodowych powinno umożliwić zatrudnienie na co najmniej jednym stanowisku pracy w zawodzie.
Kwalifikacja	Oznacza zestaw efektów uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności oraz kompetencji społecznych nabytych w edukacji formalnej, edukacji pozaformalnej lub poprzez uczenie się nieformalne, zgodnych z ustalonymi dla danej kwalifikacji wymaganiami, których osiągnięcie zostało sprawdzone w procesie walidacji oraz formalnie potwierdzone przez uprawniony podmiot certyfikujący. W Zintegrowanym Systemie Kwalifikacji wyodrębniono 4 rodzaje kwalifikacji: pełne, częściowe, rynkowe i uregulowane.
Polska Rama Kwalifikacji (PRK)	Opis ośmiu wyodrębnionych w Polsce poziomów kwalifikacji odpowiadających odpowiednim poziomom Europejskich Ram Kwalifikacji sformułowany za pomocą ogólnych charakterystyk efektów uczenia się dla kwalifikacji na poszczególnych poziomach ujętych w kategoriach wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych.
Potwierdzanie kompetencji	Jest to proces polegający na sprawdzeniu, czy kompetencje wymagane dla danej kwalifikacji zostały osiągnięte. Terminy o podobnym znaczeniu: „walidacja”, „egzaminowanie”. Proces ten prowadzi do certyfikacji – wydania przez upoważnioną instytucję „dyplomu”, „świadectwa”, „certyfikatu”.
Sektorowa Rama Kwalifikacji (SRK)	Opis poziomów kwalifikacji funkcjonujących w danym sektorze lub branży; poziomy Sektorowych Ram Kwalifikacji odpowiadają odpowiednim poziomom Polskiej Ramy Kwalifikacji.
Sprawności sensomotoryczne	Są to sprawności związane z funkcjonowaniem narządów zmysłów (wzroku, słuchu, smaku, powonienia, dotyku) oraz narządu ruchu (sprawność rąk, precyzja ruchów rąk, sprawność nóg, koordynacja wzrokowo-ruchowa itp.).
Stanowisko pracy	Jest to miejsce pracy w strukturze organizacyjnej, np. przedsiębiorstwa, instytucji, organizacji, w ramach którego pracownik wykonuje zadania zawodowe stale lub okresowo. Do prawidłowego wykonywania zadań na danym stanowisku pracy konieczne jest posiadanie wiedzy, umiejętności oraz kompetencji społecznych właściwych dla kompetencji zawodowych wyodrębnionych w zawodzie.
Tytuł zawodowy	Jest przyznawany osobie, która udowodniła, że posiada określony zasób wiedzy i umiejętności potrzebny do wykonywania danego zawodu. W niektórych grupach zawodowych (technicy, lekarze, rzemieślnicy) istnieją ustawowo zadekretowane nazwy i hierarchie tych tytułów, podczas gdy w innych nie ma takich systemów. Przykładowo tytuły zawodowe uzyskiwane w szkołach i placówkach oświaty to: robotnik wykwalifikowany i technik, w rzemiośle: uczeń, czeladnik, mistrz, w kulturze fizycznej: trener, instruktor, menedżer sportu.

Umiejętności	Jest to przyswojona w procesie uczenia się zdolność do wykonywania zadań i rozwiązywania problemów właściwych dla dziedziny uczenia się lub działalności zawodowej.
Uprawnienia zawodowe	Oznaczają posiadanie prawa do wykonywania czynności zawodowych (zawodu), do których dostęp jest ograniczony poprzez przepisy prawne przewidujące konieczność posiadania odpowiedniego wykształcenia, spełnienia wymagań kwalifikacyjnych lub innych dodatkowych wymagań.
Uczenie się nieformalne	Uzyskiwanie efektów uczenia się poprzez różnego rodzaju aktywność poza edukacją formalną i edukacją pozaformalną, w tym poprzez samouczenie się i doświadczenie uzyskane w pracy.
Walidacja	Oznacza sprawdzenie czy osoba ubiegająca się o nadanie określonej kwalifikacji, niezależnie od sposobu uczenia się (edukacja formalna, pozaformalna i uczenie się nieformalne) tej osoby, osiągnęła wyodrębnioną część lub całość efektów uczenia się wymaganych dla tej kwalifikacji.
Wiedza	Jest to zbiór opisów obiektów i faktów, zasad, teorii oraz praktyk przyswojonych w procesie uczenia się, odnoszących się do dziedziny uczenia się lub działalności zawodowej.
Wykształcenie	Oznacza rezultat procesu kształcenia w zakresie ogólnym i specjalistycznym charakteryzowany na podstawie: – poziomu wykształcenia odpowiadającego poziomowi ukończonej szkoły (np. wykształcenie: podstawowe, gimnazjalne, ponadpodstawowe, ponadgimnazjalne, czeladnicze, policealne, wyższe (pierwszy, drugi i trzeci stopień), – profilu wykształcenia (ukończonej szkoły) lub dziedziny wykształcenia (kierunek lub kierunek i specjalność ukończonej szkoły wyższej lub wyższej szkoły zawodowej).
Zadanie zawodowe	Jest to logiczny wycinek lub etap pracy w ramach zawodu o wyraźnie określonym początku i końcu wykonywany na stanowisku pracy. Na zadanie zawodowe składa się układ czynności zawodowych powiązanych jednym celem, kończący się określonym wytworem, usługą lub istotną decyzją. W wyniku podziału pracy każdy zawód różni się wykonywanymi zadaniami, na które składają się czynności zawodowe.
Zawód	Jest to zbiór zadań zawodowych wyodrębnionych w wyniku społecznego podziału pracy, wykonywanych przez poszczególne osoby i wymagających odpowiednich kwalifikacji i kompetencji (wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych), zdobytych w wyniku kształcenia lub praktyki. Wykonywanie zawodu stanowi źródło utrzymania.
Zintegrowany System Kwalifikacji (ZSK)	Wyodrębniona część Krajowego Systemu Kwalifikacji, w której obowiązują określone w ustawie standardy opisywania kwalifikacji oraz przypisywania poziomu Polskiej Ramy Kwalifikacji do kwalifikacji, zasady włączania kwalifikacji do Zintegrowanego Systemu Kwalifikacji i ich ewidencjonowania w Zintegrowanym Rejestrze Kwalifikacji (ZRK), a także zasady i standardy certyfikowania kwalifikacji oraz zapewniania jakości nadawania kwalifikacji. Informacje o ZSK są dostępne pod adresem: https://www.kwalifikacje.gov.pl
Zintegrowany Rejestr Kwalifikacji (ZRK)	Rejestr publiczny prowadzony w systemie teleinformatycznym ewidencjonujący kwalifikacje włączone do Zintegrowanego Systemu Kwalifikacji. Informacje o ZRK są dostępne pod adresem: https://rejestr.kwalifikacje.gov.pl

7.2. Definicje związane z wykonywaniem zawodu (branżowe)

Lp.	Nazwa pojęcia	Definicja	Źródło
1	Animator	Nazwa stanowiska pracy, która określa pracownika zajmującego się organizacją czasu wolnego ludzi przebywających w ośrodkach wczasowych i turystycznych. Animator najczęściej prowadzi zajęcia sportowe, plastyczne, teatralne, muzyczne i specjalne np. animacje dla dzieci.	Definicja opracowana przez zespół ekspercki na podstawie: http://trener-bytomski.blogspot.com/2015/01/zdolnosci-motoryczne.html [dostęp: 10.07.2018]
2	Fitness	Szeroko rozumiana, potoczna nazwa różnych form gimnastyki rekreacyjnej.	Definicja opracowana przez zespół ekspercki na podstawie: Bielec G., Półtorak W., Warchoń K.: Zarys teorii i metodyki rekreacji ruchowej. Wydawnictwo Proksenia, Kraków 2011

3	Kondycja	Stan fizjologiczny organizmu ulegający zmianom pod wpływem różnych czynników. Wynika ona ze stanu odżywienia i wytrenowania organizmu, a także zabiegów pielęgnacyjnych.	Definicja opracowana przez zespół ekspercki na podstawie: Wolańska T.: Leksykon. Sport dla wszystkich – rekreacja ruchowa. Wydawnictwo AWF, Warszawa 1997
4	Prozdrowotność	Działania mające na celu ochronę zdrowia poprzez prowadzenie zdrowego stylu życia. A więc odpowiedniej diety i aktywności fizycznej oraz profilaktyki w badaniach okresowych.	Definicja opracowana przez zespół ekspercki na podstawie: Cholewa J., Kunicki M.: Rekreacyjna aktywność ruchowa. Wydawnictwo AWF, Katowice 2014
5	Rekreacja	łac. <i>recreo</i> – odnowić, ożywić – forma aktywności najczęściej fizycznej, ale również umysłowej podejmowana poza obowiązkami zawodowymi, społecznymi, domowymi i nauką. Głównym jej celem jest odpoczynek i rozrywka.	Definicja opracowana przez zespół ekspercki na podstawie: Wielka Encyklopedia PWN, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2004, t. 23, s. 234
6	Sprawność fizyczna	„Sprawność fizyczna to zdolność do efektywnego wykonania pracy mięśniowej” WHO 1968.	http://wychowaniefizyczne.net/sprawnosci-fizyczna-sila-oraz-wytrzymalosc-jako-podstawowe-zdolnosci-motoryczne [dostęp: 10.07.2018]
7	Widzenie stereoskopowe	Dwuoczną percepcję głębi i odległości, rodzaj postrzegania wzrokowego umożliwiające ocenianie odległości do widzianych przedmiotów.	https://www.szkolnictwo.pl/szukaj,Widzenie_stereoskopowe [dostęp: 10.07.2018]
8	Windsurfing	Powszechny sport wodny uprawiany na akwenach zarówno morskich, jak i na jeziorach. Do jego uprawiania wykorzystuje się specjalną deskę (zob. też surfing) z przymocowanym do niej elastycznie pędnikiem żaglowym.	Definicja opracowana przez zespół ekspercki na podstawie: http://www.windsurfing.pl/static/dla-poczatkujacych [dostęp: 10.07.2018]
9	Wydolność fizyczna	Zdolność organizmu do wykonywania długotrwałego lub ciężkiego wysiłku, który angażuje duże grupy mięśni, bez szybko narastającego zmęczenia. Pojęcie to obejmuje również zdolność szybkiego likwidowania zaburzeń homeostazy wywołanych wysiłkiem. Wydolność fizyczna w znacznym stopniu zależy od zdolności pobierania tlenu przez organizm.	http://nop.ciop.pl/m4-1/d4-1-4.htm [dostęp: 10.07.2018]
10	Zdolności motoryczne	Zbiór umiejętności koordynacyjnych i kondycyjnych mających wpływ na nasz codzienny ruch.	Definicja opracowana przez zespół ekspercki na podstawie: Cholewa J., Kunicki M.: Rekreacyjna aktywność ruchowa. Wydawnictwo AWF, Katowice 2014

ZASTOSOWANIE INFORMACJI O ZAWODACH

Wsparcie dla pracowników i klientów instytucji rynku pracy w zakresie:

- skutecznego podejmowania decyzji dotyczących wyboru zawodu, pracy/zatrudnienia,
- nabywania nowych lub rozszerzania już posiadanych kompetencji zawodowych,
- zmiany kwalifikacji zawodowych zgodnie z potrzebami rynku pracy,
- dopasowywania treści szkoleń kontraktowanych przez urzędy pracy do potrzeb rynku pracy.

Wsparcie dla różnych grup interesariuszy w zakresie:

- poradnictwa i doradztwa zawodowego,
- tworzenia i aktualizacji ofert szkoleniowych dla rynku pracy,
- dostosowania oferty kształcenia zawodowego do wymagań rynku pracy,
- tworzenia i aktualizacji opisów stanowisk pracy,
- przygotowania lub aktualizacji opisu kwalifikacji rynkowych wprowadzanych do Zintegrowanego Systemu Kwalifikacji.