

Instruktor plavání

Instruktor plavání připravuje, vede a vyhodnocuje lekce plavání pro děti, mládež i dospělé s cílem rozvíjet jejich základní plavecké dovednosti a zlepšovat plaveckou a fyzickou kondici.

Odborný směr:	Věda, vzdělávání, sport
Odborný podsměr:	sport
Kvalifikační úroveň:	Střední vzdělání s maturitní zkouškou; Střední vzdělání s výučním listem i maturitní zkouškou
Alternativní názvy:	Sportovní instruktor, Plavecký instruktor, Instruktor pohybových aktivit ve vodě, Instruktor dětského plavání
Regulovaná jednotka práce:	Ne

Pracovní činnosti

- Komplexní analýza fyzické kondice osob, držení těla v postoji i pohybech a analýza pohybových stereotypů.
- Sestavování vhodného programu pro skupinovou lekci plavání.
- Správné vysvětlování a předvádění jednotlivých prvků vodních aktivit a technik plavání, technika provedení pohybu včetně korekce nesprávného provedení.
- Příprava, organizace a vedení lekce plavání.
- Modifikace programu pro specifické cílové skupiny (těhotné, po porodu, děti, senioři).
- Sestavování vhodného programu pro správný růst a vývoj dětí splňující zdravotní, vzdělávací a výchovné cíle.
- Poskytování zpětné informace o průběhu pohybového učení ve vodě.
- Praktické zajišťování skupinové lekce (prostor, pomůcky, bezpečnost).
- Zajišťování kontaktní dopomoci při nácviu na suchu i ve vodě.
- Vedení rodičů k bezpečnému polohování dítěte ve vodě a kontaktní dopomoci.
- Motivace účastníků v průběhu lekce.
- Poskytování poradenství v oblasti zdravého životního stylu včetně zdravé výživy a pitného režimu.
- Poskytování první pomoci při tonutí nebo úrazu.

CZ-ISCO

- 34221 - Sportovní trenéři a instruktoři (kromě na školách)
- 3423 - Instruktoři a programoví vedoucí v rekreačních zařízeních a fitcentrech
- 3422 - Sportovní trenéři, instruktoři a úředníci sportovních klubů

Sportovní trenéři, instruktoři a úředníci sportovních klubů (CZ-ISCO 3422)

Kraj	Mzdová sféra			Platová sféra		
	Od	Medián	Do	Od	Medián	Do
Hlavní město Praha	36 326 Kč	51 064 Kč	68 220 Kč	-	-	-

Hrubé měsíční mzdy v roce 2024 celkem

CZ-ISCO		Medián za ČR celkem	
		Mzdová sféra	Platová sféra
3422	Sportovní trenéři, instruktoři a úředníci sportovních klubů	35 440 Kč	45 902 Kč
34221	Sportovní trenéři a instruktoři (kromě na školách)	-	47 992 Kč

ESCO

Kód podskupiny	Název podskupiny v ESCO	URL - podskupiny v ESCO
3422	Sportovní trenéři, instruktoři a úředníci sportovních klubů	http://data.europa.eu/esco/isco/C3422

Pracovní podmínky

Rizikové faktory pracovních podmínek a vyskytující se druhy zátěže upravuje nařízení vlády č. 361/2007 Sb., kterým se stanoví podmínky ochrany zdraví při práci, zákon č. 258/2000 Sb., o ochraně veřejného zdraví a zákon č. 262/2006 Sb., zákoník práce. Vždy vyplývají z pracovních podmínek, které se vztahují ke konkrétnímu zaměstnavateli, tudíž se mohou u různých zaměstnavatelů lišit.

Určení míry výskytu faktorů, které mohou ovlivnit zdraví při práci vychází z druhu práce vykonávané na pracovišti. Faktory se zařazují do čtyř kategorií dle míry zdravotního rizika a jeho vlivu na zdraví. O zařazení prací do třetí nebo čtvrté kategorie rozhoduje příslušný orgán ochrany veřejného zdraví.

- **1. Stupeň zátěže (minimální zdravotní riziko)**
Faktor se při výkonu práce nevyskytuje nebo je zátěž faktorem minimální, vliv faktoru je ze zdravotního hlediska nevýznamný.
- **2. Stupeň zátěže (únosná míra zdravotního rizika)**
Ze zdravotního hlediska je míra zátěže faktorem únosná, nepřekračuje limity stanovené předpisy, vliv faktoru je akceptovatelný pro zdravého člověka.
- **3. Stupeň zátěže (významná míra zdravotního rizika)**
Úroveň zátěže překračuje stanovené limitní hodnoty expozice (zátěže), na pracovištích je nutná realizace náhradních technických a organizačních opatření, nelze vyloučit negativní vliv na zdraví pracovníků.
- **4. Stupeň zátěže (vysoká míra zdravotního rizika)**
Úroveň zátěže vysoce překračuje stanovené limitní hodnoty expozice, na pracovištích musí být dodržován soubor preventivních opatření, častěji dochází k poškození zdraví.

Kvalifikace k výkonu povolání

Školní vzdělání

Nejvhodnější školní přípravu poskytují obory:

Typ	Název	Kód
-----	-------	-----

Vhodnou školní přípravu poskytují také obory:

Typ	Název	Kód
RVP	Zdravotnický asistent	53-41-M/01
RVP	Předškolní a mimoškolní pedagogika	75-31-M/01
KKOVTypeEnum.1	Střední vzdělání s maturitní zkouškou (bez vyučení) v oboru ošetrovatelství	5341M
KKOVTypeEnum.1	Střední vzdělání s maturitní zkouškou (bez vyučení) v oboru předškolní a mimoškolní pedagogika	7531M
KKOVTypeEnum.3	Pedagogika volného času	7531M004
KKOVTypeEnum.3	Zdravotnický asistent	5341M007

Poznámka ke vzdělání:

Osvědčení instruktora dle požadavků sportovních svazů či organizací pro příslušný sport.

Další vzdělání

Profesní kvalifikace

- Instruktor/instruktorka dětského plavání (74-011-M)

Kompetenční požadavky

Odborné dovednosti

Kód	Název	Úroveň 1-8	Vhodnost
j41.D.1159	Kontrola dodržování zásad bezpečnosti a prevence úrazů při pohybových aktivitách	4	CompetenceSuitabilityEnum.2
m31.D.6012	Hodnocení plavecké úrovně	4	CompetenceSuitabilityEnum.2
m31.D.6011	Hodnocení plaveckých způsobů a korekce při nesprávném předvedení	4	CompetenceSuitabilityEnum.2
m31.C.6051	Nácvik základních plaveckých dovedností	4	CompetenceSuitabilityEnum.2
m31.E.4086	Vedení lekcí pohybového učení ve vodě v dětském plavání	4	CompetenceSuitabilityEnum.2
k12.C.1012	Poskytování základního poradenství v oblasti zdravého životního stylu včetně zdravé výživy a pitného režimu	4	CompetenceSuitabilityEnum.2
m31.C.1042	Zajišťování bezpečnosti a prevence úrazů na plavecké výuce	4	CompetenceSuitabilityEnum.2
m31.D.1915	Analýza držení těla, analýza pohybových stereotypů	4	CompetenceSuitabilityEnum.2
m31.D.1916	Volba vhodných pomůcek pro plaveckou výuku	4	CompetenceSuitabilityEnum.2
m31.D.1917	Předvádění plaveckých technik a technik cvičení ve vodě	4	CompetenceSuitabilityEnum.2
m31.E.4085	Vedení lekce skupinové výuky plavání	4	CompetenceSuitabilityEnum.2
m31.C.6052	Nácvik plaveckých způsobů	4	CompetenceSuitabilityEnum.2

Popisy úrovní naleznete zde: https://nsp.cz/downloads/Priloha_c2_manualu.pdf

Odborné znalosti

Kód	Název	Úroveň 1-8	Vhodnost
m31._.0041	instruktorství a trenérství	4	CompetenceSuitabilityEnum.2
m31._.0005	předpisy a pravidla provozování sportu dle jeho specifík	4	CompetenceSuitabilityEnum.2
k11._.0005	fyzilogie	4	CompetenceSuitabilityEnum.2
m31._.0015	technika plaveckých způsobů	4	CompetenceSuitabilityEnum.2
k12._.0080	zdravý životní styl	4	CompetenceSuitabilityEnum.2
k11._.0003	anatomie	4	CompetenceSuitabilityEnum.2

Odborné znalosti

Kód	Název	Úroveň 1-8	Vhodnost
k15._.0006	zásady bezpečnosti zdraví a prevence úrazů	4	CompetenceSuitabilityEnum.2
k11._.0007	první pomoc	4	CompetenceSuitabilityEnum.2
m31._.0014	didaktika plavání	4	CompetenceSuitabilityEnum.2

Popisy úrovní naleznete zde: https://nsp.cz/downloads/Priloha_c2_manualu.pdf

Digitální kompetence

Kód	Název	Úroveň 1-4
1.1	Prohlížení, vyhledávání a filtrování dat, informací a digitálního obsahu	2
1.2	Hodnocení dat, informací a digitálního obsahu	2
1.3	Správa dat, informací a digitálního obsahu	1
2.1	Interakce prostřednictvím digitálních technologií	2
2.2	Sdílení prostřednictvím digitálních technologií	2
2.4	Spolupráce prostřednictvím digitálních technologií	2
2.5	Netiketa	2
3.1	Tvorba digitálního obsahu	2
3.2	Integrace a přepracování digitálního obsahu	1
3.3	Autorská práva a licence	1
4.1	Ochrana zařízení	2
4.2	Ochrana osobních dat a soukromí	2
4.3	Ochrana zdraví a duševní pohody	2
4.4	Ochrana životního prostředí	2
5.1	Řešení technických problémů	2
5.2	Identifikace potřeb a výběr vhodných technologií	2
5.3	Kreativní využívání digitálních technologií	1
5.4	Identifikace nedostatků v digitálních kompetencích	2

Popisy úrovní naleznete zde: https://nsp.cz/downloads/Priloha_c15_manualu.pdf

Měkké kompetence

Kód	Název	Úroveň 0-5
1.1	Kompetence k celoživotnímu vzdělávání	2
1.2	Kompetence k flexibilitě	3
1.3	Kompetence ke kreativě	2
1.4	Kompetence ke zvládnání stresu a zátěže	3
2.1	Kompetence k efektivní komunikaci	3
2.2	Kompetence ke kooperaci	2
2.3	Kompetence k orientaci na zákazníka a uspokojování zákaznických potřeb	2
2.4	Kompetence k ovlivňování a rozvíjení ostatních	3
2.5	Kompetence k sebepoznání a porozumění druhým	3
2.6	Kompetence k vedení lidí	2
3.1	Kompetence k analytickému myšlení	2
3.2	Kompetence ke koncepčnímu myšlení	3
3.3	Kompetence k objevování a orientaci v informacích	2
4.1	Kompetence k aktivnímu přístupu	2
4.2	Kompetence k plánování a organizování práce	3
4.3	Kompetence k podnikavosti	0
4.4	Kompetence k řešení problémů	2
4.5	Kompetence k samostatnosti	2
4.6	Kompetence k výkonnosti	2

Popisy úrovní naleznete zde: https://nsp.cz/downloads/Priloha_c9_manualu.pdf

Zdravotní podmínky

Onemocnění omezující výkon povolání

- Prognosticky závažné imunodeficitní stavy
- Stavy po poškození ionizujícím zářením
- Onemocnění oběhové soustavy
- Poruchy termoregulace
- Závažná onemocnění dýchacích cest a plic
- Závažná chronická onemocnění kůže a spojivek
- Závažná orgánová onemocnění podle toxikologických vlastností látek
- Chronická onemocnění jater
- Závrať jakékoliv etiologie
- Duševní poruchy a poruchy chování
- Závažná nervová onemocnění a psychosomatická onemocnění
- Závažné stavy po úrazech či operacích pohybového systému

Onemocnění vylučující výkon povolání

- Osoby s kardiostimulátorem
- Záchvatovité a kolapsové stavy
- Závažná onemocnění ledvin, močových cest
- Závažná degenerativní a zánětlivá onemocnění pohybového systému
- Onemocnění pohybového a nervového systému, omezující jemnou motoriku, koordinaci pohybů a svalovou sílu

Přesné posouzení zdravotního stavu s následným doporučením nebo nedoporučením výkonu tohoto povolání je možné pouze po konzultaci s lékařem.