Instruktor/instruktorka cvičení rodičů s dětmi a cvičení předškolních dětí (kód: 74-033-M)

Autorizující orgán: Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy
Skupina oborů: Tělesná kultura, tělovýchova a sport (kód: 74)
Týká se povolání:
Kvalifikační úroveň NSK - EQF: 4

Odborná způsobilost

Název	Úroveň
Poskytování první pomoci při lekcích skupinového cvičení	4
Orientace v základech somatologie a kineziologie	4
Orientace ve vývojových specifikách dětí předškolního věku	4
Efektivní komunikace s cvičenci na základě orientace v psychologii a pedagogice	4
Orientace v rozvoji pohybových schopností a dovedností dětí v předškolním věku	4
Plánování a sestavení cvičební jednotky rodičů s dětmi a cvičební jednotky předškolních dětí	3
Vedení a organizace cvičební jednotky rodičů s dětmi a cvičební jednotky předškolních dětí	4
Dodržování zásad bezpečnosti a prevence úrazů při práci instruktora cvičení rodičů s předškolními dětmi a cvičení předškolních dětí bez rodičů	3

Platnost standardu

Standard je platný od: 19.06.2020

Organizační a metodické pokyny

Pokyny k realizaci zkoušky

Autorizovaná osoba informuje, které doklady musí uchazeč předložit, aby zkouška proběhla v souladu s platnými právními předpisy.
Před zahájením vlastního ověřování musí být uchazeč seznámen s pracovištěm a s požadavky bezpečnosti a ochrany zdraví při práci (BOZP) a požární ochrany (PO), o čemž bude autorizovanou osobou vyhotoven a uchazečem podepsán písemný záznam.

Autorizovaná osoba, resp. autorizovaný zástupce autorizované osoby, je oprávněna předčasně ukončit zkoušku, pokud vyhodnotí, že v důsledku činnosti uchazeče bezprostředně došlo k ohrožení nebo bezprostředně hrozí nebezpečí ohrožení zdraví, života a majetku či životního prostředí. Zdůvodnění předčasného ukončení zkoušky uvede AOs do Záznamu o průběhu a výsledku zkoušky. Uchazeč může ukončit zkoušku kdykoliv v jejím průběhu, a to na vlastní žádost.

Zdravotní způsobilost pro vykonání zkoušky není vyžadována.

Dítě je chápáno v rámci tohoto standardu ve věku 2 – 6 let, tj. v období předškolního věku.
Autorizovaná osoba zajistí min. 4 cvičence v předškolním věku pro modelové řízení určené části cvičební jednotky, dále min. 1 dospělého (např. další účastník zkoušky) pro ukázku metodiky nácviku určené pohybové dovednosti a ukázku dopomoci a záchrany při cvičení na nářadí.

Zkouška se skládá z písemného testu, ústního přezkoušení a praktické části (poskytnutí první pomoci, ukázky rozcvičení, ukázky vyrovnávacích cvičení, ukázky metodiky nácviku určené pohybové dovednosti, modelového řízení určené části cvičební jednotky, ukázky dopomoci a záchrany při cvičení).

Uchazeč si s sebou ke zkoušce přinese:
a) Vhodný cvičební oděv a obuv
b) Psací potřeby
c) Vlastní hudbu na CD nebo ve formátu MP3
d) Písemně zpracovanou přípravu na cvičební jednotku rodičů s dětmi
e) Písemně zpracovanou přípravu na cvičební jednotku předškolních dětí
f) Písemně zpracovaný tematický plán v rozsahu min. 5 cvičebních jednotek

Ad Kompetence Poskytování první pomoci při lekcích skupinového cvičení
Kritérium a) bude ověřeno na modelové situaci, kterou si vylosuje účastník. Jedná se o tyto modelové situace: bezvědomí, neodkladná resuscitace, dušení (uzávěr dýchacích cest cizím tělesem), astmatický záchvat, epileptický záchvat, mdloby, nevolnost, krvácení, šok, poranění hlavy, otřes mozku, poranění páteře a míchy, poranění hrudníku, poranění břicha, svalově-kosterní poranění, popálení.
Kritérium d) bude ověřeno na modelovém příkladu, který si uchazeč vylosuje. Autorizovaná osoba připraví soubor modelových příkladů nejčastějších poranění: krvácení, poranění hlavy, otřes mozku, poranění páteře a míchy, poranění hrudníku, poranění břicha, svalově-kosterní poranění, popálení.

Ad Kompetence Orientace v základech somatologie a kineziologie
Kritéria a), b), d), e), f) budou ověřena písemným testem s uzavřenými otázkami s výběrem odpovědi, který připraví autorizovaná osoba. Každé kritérium bude prověřeno min. 5 otázkami.
Kritérium c) bude ověřeno v rámci praktické části zkoušky. Uchazeč předvede minimálně 5 cviků zaměřených na rozcvičení dítěte v předškolním věku a slovně u každého cviku vysvětlí účel a význam cviku.
Kritérium g) bude ověřeno písemným testem se dvěma otevřenými otázkami se stručnou odpovědí.

Ad Kompetence Orientace ve vývojových specifikách
Kritéria a) – c) budou ověřena písemným testem s uzavřenými otázkami s výběrem odpovědi, který připraví autorizovaná osoba. Každé kritérium bude prověřeno min. 5 otázkami.
Kritérium d) bude ověřeno v rámci praktické části zkoušky - ukázka rozcvičení.

Ad Kompetence Efektivní komunikace s cvičenci na základě orientace v psychologii a pedagogice
Kritérium a) bude **o**věřeno písemným testem s uzavřenými otázkami s výběrem odpovědi, který připraví autorizovaná osoba. Kritérium bude prověřeno min. 5 otázkami. Pojmy budou vybrány z těchto okruhů: základní pedagogické zásady, didaktické metody, formy a styly, výchovné metody, věková specifika cvičenců, motorické učení, psychologie osobnosti.

Kritérium d) bude ověřeno v rámci praktické části zkoušky v průběhu modelového řízení určené části cvičební jednotky.

Ad Kompetence Orientace v rozvoji pohybových schopností a dovedností dětí v předškolním věku
Kritéria a), b) budou ověřena písemným testem s uzavřenými otázkami s výběrem odpovědi, který připraví autorizovaná osoba. Každé kritérium bude prověřeno min. 5 otázkami.
Kritérium c) bude ověřeno v rámci praktické části zkoušky ústním uvedením nejčastějších odchylek od správného držení těla a praktickým předvedením vyrovnávacích cvičení. Zkoušející zadá modelový příklad chybného držení těla a uchazeč vysvětlí a předvede na jednom modelovém cvičenci jeho korekci.
Kritérium d) bude ověřeno v rámci praktické části zkoušky - ukázka metodiky nácviku určené pohybové dovednosti. Uchazeč si vylosuje 2 pohybové dovednosti, u kterých předvede a vysvětlí metodiku nácviku na jednom modelovém cvičenci. Autorizovaná osoba připraví soubor modelových příkladů dovedností z následujících oblastí: přirozená cvičení (lezení, chůze, běh, skok, házení a chytání), akrobatická cvičení, psychomotorika, cvičení na nářadí, cvičení s náčiním, pohybové hry.

Ad Kompetence Plánování a sestavení cvičební jednotky rodičů s dětmi a cvičební jednotky předškolních dětí
Kritérium b) bude ověřeno:
a) Uchazeč písemně zpracuje tematický plán návaznosti cvičebních jednotek (jednu z variant): cvičení rodičů s dětmi, cvičení předškolních dětí
b) Autorizovaná osoba zadá téma po dohodě s uchazečem 2 měsíce před dnem konáním zkoušky

Práce bude obsahovat:
a) jméno uchazeče
b) specifikace cvičenců podle věku
c) uvažovaný cíl plánu v návaznosti na věkovou skupinu a plnění specifických parametrů
d) specifické parametry – zaměření na nácvik a výcvik dovedností, rozvoj rychlostních, silových, vytrvalostních a obratnostních schopností, flexibility, případně na kombinaci schopností
e) použití vhodné motivace pro plánované cvičební jednotky
f) délku cvičebních jednotek

- Uchazeč práci odevzdá autorizované osobě minimálně 1 měsíc před dnem konání zkoušky. Práci odevzdá v elektronické podobě (PDF) a 1x v tištěné podobě.
- Minimální požadovaný rozsah práce je stanoven na 6 normostran formátu A4.
- Připravený plán bude uchazečem prezentován v rozsahu 10-15 minut.

Ad Kompetence Vedení a organizace cvičební jednotky rodičů s dětmi a cvičební jednotky předškolních dětí
Kritéria b) – e), h) budou ověřena v praktické části zkoušky:
- Uchazeč písemně zpracuje přípravu na cvičební jednotku rodičů s dětmi
- Uchazeč písemně zpracuje přípravu na cvičební jednotku předškolních dětí
- Autorizovaná osoba zadá téma po dohodě s uchazečem 2 měsíce před dnem konání zkoušky

Práce bude obsahovat:
a) jméno uchazeče;
b) specifikace cvičenců podle věku
c) cíle cvičební jednotky – zejména nácvik a výcvik dovedností, rozvoj pohybových schopností
d) specifické parametry – zaměření na nácvik a výcvik dovedností, rozvoj rychlostních, silových, vytrvalostních a obratnostních schopností, flexibility, případně na kombinaci schopností
e) popis cvičební jednotky a jejich částí
f) pomůcky potřebné pro realizaci cvičební jednotky
g) délku cvičební jednotky
h) popis organizace cvičební jednotky

- Minimální požadovaný rozsah práce je stanoven na 4 normostrany formátu A4.
- Uchazeč práce odevzdá autorizované osobě minimálně 1 měsíc před dnem konání zkoušky, práce odevzdá v elektronické podobě (PDF) a 1x v tištěné podobě.
- Připravené písemné přípravy na cvičební jednotku budou uchazečem ústně prezentovány.
- Zkoušející zadá jednu vybranou část cvičební jednotky z předložených příprav pro následné modelové předvedení uchazečem v rozsahu 15 - 20 minut.
- Modelové předvedení bude provedeno v daném rozsahu s tím, že některé cviky budou představeny pouze informativně v menším rozsahu tak, aby bylo jasné, že jsou součástí cvičební jednotky.
- Uchazeč bude mít k dispozici figuranty v předškolním věku, v minimálním počtu 4, které zajistí autorizovaná osoba.

Kritérium g) bude ověřeno v praktické části zkoušky v rámci modelového předvedení, za předpokladu, že uchazeč ve

své přípravě na cvičební jednotku zařadil rytmizaci, zpěv a hudbu. Pokud není součástí modelového předvedení, bude ověřeno samostatně na základě zadání zkoušejících. Uchazeč předvede využití rytmizace, zpěvu a hudby ve cvičební jednotce v délce max. 5 minut.
Kritérium f) bude ověřeno písemným testem z názvosloví s otevřenými otázkami, který připraví autorizovaná osoba. Kritérium bude prověřeno min. 10 otázkami. Autorizovaná osoba připraví soubor otázek z následujících oblastí: základní názvosloví, polohy a pohyby celého těla, pohyby a polohy částí těla, cvičení prostná, cvičení akrobatická, cvičení s náčiním.

Ad Kompetence Dodržování zásad bezpečnosti a prevence úrazů při práci instruktora cvičení rodičů s předškolními dětmi a cvičení předškolních dětí
Kritéria a) – c) budou ověřena písemným testem s uzavřenými otázkami s výběrem odpovědi, který připraví autorizovaná osoba. Každé kritérium bude prověřeno min. 5 otázkami.
Otázky budou zaměřeny zejména na oblasti: Základní pravidla bezpečnosti a ochrany zdraví při práci instruktora, postup při úrazech, mimořádné události, pravidla bezpečnosti při cvičení a ostatních akcích, pravidla bezpečnosti zejména při akcích mimo pravidelná cvičení, chování a činnost instruktora v tísňových situacích, a vybrané oblasti uvedených zákonů a norem (nejedená se o taxativní výčet): zákon č 89/2012 Sb. občanský zákoník,(§ 2894 – 2971), zákon č. 262/2006 Sb. - zákoník práce (§ 301)**,** zákon č. 40/2009 Sb. - Trestní zákoník (§ 12, 28 –31, 141 – 148, 158)**,** zákon o specifických zdravotních službách č. 373/2011 Sb. - Zdravotní způsobilost ke vzdělávání, tělesné výchově a sportu (§ 51, 52), **v**yhláška č. 106/2001 Sb. o hygienických požadavcích na zotavovací akce pro děti, vyhláška MZ 391/2013 sb. o zdravotní způsobilosti k tělesné výchově a sportu, Metodický pokyn MŠMT k zajištění bezpečnosti a ochrany žáků a studentů.
Kritérium d) bude ověřeno v praktické části zkoušky na modelovém příkladu, který zadá zkoušející. Uchazeč předvede a vysvětlí optimální způsob dopomoci a záchrany u určeného cviku. Dopomoc a záchrana bude předvedena s využitím dospělých figurantů (např. další účastníci zkoušky). Autorizovaná osoba připraví soubor modelových příkladů z následujících oblastí: akrobatická cvičení (převaly, kotouly, rovnovážné polohy, párová akrobacie rodič - dítě), cvičení na nářadí (chůze a lezení, skoky a přeskoky).

Uchazeč má nárok na přípravu u ústní části zkoušky v délce 15 minut, v praktické části zkoušky v délce 30 minut

Autorizovaná osoba si připraví soubor otázek pro ústní i písemné ověření teoretických znalostí uchazeče.

U kritérií, pro která bude ústní ověřování probíhat formou losování otázek, je nutné dodržet následující pravidla:

Pravidla pro aplikaci ústního ověřování formou vylosovaných otázek
Soubor otázek pro ústní ověřování stanovuje autorizovaná osoba podle požadavků hodnoticího standardu. Musí přitom splňovat následující pravidla:

Při každé zkoušce **musí být ověřeny všechny kompetence kvalifikačního standardu.** To znamená, že v případě, kdy se některé kompetence nebo kritéria ověřují pomocí losovaných otázek, musí být splněné následující dvě podmínky:
A. Pro celkový soubor otázek:
Každé kritérium je zohledněno v několika otázkách.
B. Pro soubor vylosovaných otázek konkrétního uchazeče:
Každý uchazeč musí mít v souboru svých vylosovaných otázek zohledněno **alespoň jednou každé kritérium** (myslí se kritérium, u něhož jsou losované otázky způsobem ověření a v návaznosti na pokyn o tom, která kritéria je třeba u zkoušky splnit).

U kritérií, pro která bude písemné ověřování uskutečněné formou testu, je nutné dodržet následující pravidla:

Pravidla pro aplikaci písemných testů jako způsobu ověřování:

Soubor otázek pro testy stanovuje autorizovaná osoba podle požadavků hodnotícího standardu. Musí splňovat následující pravidla:
A. Testy pro jednotlivé uchazeče musí být **generovány z dostatečně velkého souboru otázek**, aby bylo umožněno řádově několik desítek různě sestavených testů.
B. Při každé zkoušce **musí být ověřeny všechny kompetence kvalifikačního standardu.** To znamená, že v případě, kdy se některé kompetence nebo kritéria ověřují pomocí testů, musí být splněné následující podmínky:
B1. Pro celkový soubor otázek, z něhož se generují jednotlivé testy:
Pro každé kritérium existuje nejméně 20 (dvacet) otázek.

B2. Pro jednotlivé vygenerované testy:
Každý uchazeč má ve svém testu pro každé kritérium (u něhož je test způsobem ověření a v návaznosti na pokyn o tom, která kritéria je třeba u zkoušky splnit) stanovený **minimální počet otázek.**

B3. Pro úspěšné splnění požadavků testu:
Za úspěšné splnění testu se považuje 80 % správně zodpovězených otázek s tím, že pro každé kritérium musí být správně zodpovězeno alespoň 60 % otázek.

Autoři standardu

Autoři kvalifikačního standardu

Kvalifikační standard profesní kvalifikace připravila SR pro osobní služby, ustavená a licencovaná pro tuto činnost HK ČR a SP ČR.

Na tvorbě se dále podílely subjekty zastoupené v pracovní skupině:
Česká obec sokolská
Česká asociace sportu pro všechny
Pedagogická fakulta Univerzity Karlovy v Praze