Instruktor/instruktorka plavání (kód: 74-010-M)

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

Odborná způsobilost

Název	Úroveň
Orientace v anatomii a fyziologii člověka pro potřeby instruktorů plavání	4
Orientace v pedagogice a didaktice pro potřeby instruktorů plavání	4
Sestavení vhodného pohybového programu ve vodě s ohledem na věk klientů	5
Vysvětlení a předvedení technik plavání	4
Hodnocení plavecké úrovně	4
Hodnocení plaveckých způsobů a korekce při nesprávném předvedení	4
Nácvik základních plaveckých dovedností	4
Nácvik plaveckých způsobů	4
Vedení lekce skupinové výuky plavání	4
Zajištění bezpečnosti a prevence úrazů na plavecké výuce	3

Platnost standardu

Standard je platný od: 06.01.2023 do: 30.11.2025

Kritéria a způsoby hodnocení

Orientace v anatomii a fyziologii člověka pro potřeby instruktorů plavání

Kritéria hodnocení	Způsoby ověření
a) Popsat strukturu, tvar a funkci vybraných kostí a pohyby ve vybraných kloubech	Písemné ověření
b) Vysvětlit fyziologii svalové činnosti a energetické zabezpečení pohybové činnosti	Písemné ověření
c) Vysvětlit fyziologické principy srdečně-cévní a dýchací soustavy vzhledem k plavání	Písemné ověření
d) Vysvětlit fyziologii nervové soustavy	Písemné ověření
e) Vysvětlit ontogenezi motoriky člověka pro potřeby plavecké výuky, pohybové schopnosti a dovednosti	Písemné ověření

Je třeba splnit všechna kritéria.

Orientace v pedagogice a didaktice pro potřeby instruktorů plavání

Kritéria hodnocení	Způsoby ověření
a) Vysvětlit, proč je při sestavování programu plavecké výuky účelné zohledňovat vývoj osobnosti a znát osobnost konkrétního klienta (strukturu a dynamiku osobnosti)	Písemné ověření
b) Vysvětlit specifika různých věkových skupin pro volbu organizace a metod plavecké výuky	Písemné ověření
c) Vysvětlit účelnost dodržování didaktických zásad v plavecké výuce	Písemné ověření
d) Uvést typické emoční stavy, které se objevují v plavecké výuce a navrhnout možnosti jejich regulace	Písemné ověření
e) Vysvětlit specifika pohybového učení ve vodě z pozice klienta a z pozice instruktora	Písemné ověření

Je třeba splnit všechna kritéria.

Sestavení vhodného pohybového programu ve vodě s ohledem na věk klientů

Kritéria hodnocení	Způsoby ověření
a) Sestavit rámcový plán přípravné plavecké výuky pro děti na I. stupni ZŠ se zřetelem na základní plavecké dovednosti pro skupinovou výuku	Praktické předvedení a ústní ověření
b) Sestavit rámcový plán přípravné a základní plavecké výuky pro děti II. stupně se zřetelem na plaveckou lokomoci pro skupinovou výuku	Praktické předvedení a ústní ověření
c) Sestavit rámcový plán přípravné a základní plavecké výuky pro dospělé	Praktické předvedení a ústní ověření
d) Připravit rámcový plán základní plavecké výuky na hloubce	Praktické předvedení a ústní ověření

Je třeba splnit alespoň dvě kritéria.

Vysvětlení a předvedení technik plavání

Kritéria hodnocení	Způsoby ověření
a) Vysvětlit zásady techniky plaveckého způsobu kraul a předvést uplaváním vzdálenosti 25 m modelovou technikou plaveckého způsobu kraul	Praktické předvedení a ústní ověření
b) Vysvětlit zásady techniky plaveckého způsobu prsa a předvést uplaváním vzdálenosti 25 m modelovou technikou plaveckého způsobu prsa	Praktické předvedení a ústní ověření
c) Vysvětlit zásady techniky plaveckého způsobu znak a předvést uplaváním vzdálenosti 25 m modelovou technikou plaveckého způsobu znak	Praktické předvedení a ústní ověření
d) Vysvětlit zásady techniky plaveckého způsobu motýlek a předvést uplaváním vzdálenosti 25 m modelovou technikou plaveckého způsobu motýlek	Praktické předvedení a ústní ověření
e) Vysvětlit zásady techniky startovního skoku a předvést techniku startovního skoku do bazénu	Praktické předvedení a ústní ověření
f) Vysvětlit zásady techniky plavecké obrátky a předvést modelovou technikou základní plavecké obrátky v bazénu	Praktické předvedení a ústní ověření

Je třeba splnit všechna kritéria.

Hodnocení plavecké úrovně

Kritéria hodnocení	Způsoby ověření
a) Vysvětlit jednotlivé stupně tříbodové škály k posouzení úrovně zvládnutí plaveckého dýchání a hodnocení prakticky předvést	Praktické předvedení a ústní ověření
b) Vysvětlit jednotlivé stupně tříbodové škály k posouzení úrovně zvládnutí potopení a orientace pod hladinou a hodnocení prakticky předvést	Praktické předvedení a ústní ověření
c) Vysvětlit jednotlivé stupně tříbodové škály k posouzení úrovně zvládnutí pádů do vody a hodnocení prakticky předvést	Praktické předvedení a ústní ověření
d) Vysvětlit jednotlivé stupně tříbodové škály k posouzení úrovně zvládnutí vznášení, splývavé polohy a splývání v obou polohách a hodnocení prakticky předvést	Praktické předvedení a ústní ověření

Je třeba splnit všechna kritéria.

Hodnocení plaveckých způsobů a korekce při nesprávném předvedení

Kritéria hodnocení	Způsoby ověření
a) Zhodnotit techniku plaveckého způsobu kraul formou celkového expertního posouzení a při zjištěném nesprávném provedení navrhnout strategii odstranění chyb a vhodná korekční cvičení	Praktické předvedení a ústní ověření
b) Zhodnotit techniku plaveckého způsobu prsa formou celkového expertního posouzení a při zjištěném nesprávném provedení navrhnout strategii odstranění chyb a vhodná korekční cvičení	Praktické předvedení a ústní ověření
c) Zhodnotit techniku plaveckého způsobu znak formou celkového expertního posouzení a při zjištěném nesprávném provedení navrhnout strategii odstranění chyb a vhodná korekční cvičení	Praktické předvedení a ústní ověření
d) Zhodnotit techniku plaveckého způsobu motýlek formou celkového expertního posouzení a při zjištěném nesprávném provedení navrhnout strategii odstranění chyb a vhodná korekční cvičení	Praktické předvedení a ústní ověření
e) Zhodnotit techniku startovního skoku formou celkového expertního posouzení a při zjištěném nesprávném provedení navrhnout strategii odstranění chyb a vhodná korekční cvičení	Praktické předvedení a ústní ověření
f) Zhodnotit techniku základní plavecké a kotoulové obrátky formou celkového expertního posouzení a při zjištěném nesprávném provedení navrhnout strategii odstranění chyb a vhodná korekční cvičení	Praktické předvedení a ústní ověření

Je třeba splnit všechna kritéria.

Nácvik základních plaveckých dovedností

Kritéria hodnocení	Způsoby ověření
a) Předvést 5 postupných kroků pro nácvik plaveckého dýchání	Praktické předvedení
b) Předvést 10 postupných kroků pro nácvik vznášení, splývavých poloh a splývání	Praktické předvedení
c) Předvést 10 postupných kroků pro nácvik zanoření a orientace pod hladinou	Praktické předvedení
d) Předvést 10 postupných kroků pro nácvik pádů do vody	Praktické předvedení
e) Předvést 10 cvičení pro rozvoj pocitu z vody	Praktické předvedení

Je třeba splnit všechna kritéria.

Nácvik plaveckých způsobů

Kritéria hodnocení	Způsoby ověření
a) Předvést postup nácviku plaveckého způsobu kraul	Praktické předvedení
b) Předvést postup nácviku plaveckého způsobu prsa	Praktické předvedení
c) Předvést postup nácviku plaveckého způsobu znak	Praktické předvedení
d) Předvést postup nácviku plaveckého způsobu motýlek	Praktické předvedení
e) Předvést postup nácviku startovního skoku	Praktické předvedení
f) Předvést postup nácviku plaveckých obrátek	Praktické předvedení

Je třeba splnit všechna kritéria.

Vedení lekce skupinové výuky plavání

Kritéria hodnocení	Způsoby ověření
a) Vést patnáctiminutovou část lekce skupinové výuky v mělkém bazénu	Praktické předvedení
b) Vést patnáctiminutovou část lekce skupinové výuky v hlubokém bazénu	Praktické předvedení

Je třeba splnit všechna kritéria.

Zajištění bezpečnosti a prevence úrazů na plavecké výuce

Kritéria hodnocení	Způsoby ověření
a) Uplavat 400 m jedním plaveckým způsobem, z toho prvních 200 m do limitu 4 minuty	Praktické předvedení
b) Předvést zvládnutí speciální plavecké průpravy pro záchranu tonoucích	Praktické předvedení
c) Předvést libovolnou technikou tažení tonoucího na vzdálenost 50 m	Praktické předvedení
d) Uvést zásady zajištění bezpečnosti, ochrany zdraví a prevence úrazů při plavecké výuce a při pobytu v bazénu a zajištění bezpečnosti předvést	Praktické předvedení a ústní ověření
e) Vysvětlit a předvést postup poskytování předlékařské první pomoci při náhlé poruše zdraví	Praktické předvedení a ústní ověření
f) Uvést pravidla pro výběr, užití, desinfekci a skladování plaveckých pomůcek pro plaveckou výuku	Ústní ověření

Je třeba splnit všechna kritéria.

Organizační a metodické pokyny

Pokyny k realizaci zkoušky

1. Vstupní předpoklady pro účast na zkoušce

Uchazečem o zkoušku může být každá fyzická osoba starší 18 let, která získala alespoň základy vzdělání, nebo účastník rekvalifikace podle zákona č. 435/2004 Sb., zákon o zaměstnanosti.

Zdravotní způsobilost pro vykonání zkoušky je vyžadována a prokazuje se lékařským potvrzením (odkaz na povolání v NSP – https://www.nsp.cz/jednotka-prace/instruktor-plavani#zdravotni-zpusobilost)

Autorizovaná osoba zároveň s odesláním pozvánky ke zkoušce písemnou formou sdělí, kde a jakým způsobem se uchazeč může informovat o svých povinnostech a průběhu zkoušky a které doklady/dokumenty musí uchazeč předložit bezprostředně před započetím zkoušky.

Uchazeč si přinese ke zkoušce plavky, píšťalku a obuv na bazén.

2. Průběh zkoušky

Před zahájením zkoušky uchazeč předloží zkoušejícímu průkaz totožnosti a případně další dokumenty opravňující k připuštění ke zkoušce uvedené v části 1. Vstupní předpoklady pro účast na zkoušce.

Bezprostředně před zahájením zkoušky autorizovaná osoba seznámí uchazeče s pracovištěm, s organizací zkoušky, s jeho právy a povinnostmi v rámci zkoušky dle zákona č. 179/2006 Sb. 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.

Zkoušející uzná, a tedy nemusí ověřovat, ty odborné způsobilosti, které byly již dříve u uchazeče ověřeny v rámci zkoušky z jiné profesní kvalifikace (nutno doložit osvědčením o získání profesní kvalifikace), a které jsou shodné svým rozsahem i obsahem. Rozsah a obsah odborné způsobilosti určují její jednotlivá kritéria a pokyny k realizaci zkoušky popsané v hodnoticím standardu. Zkoušející tyto odborné způsobilosti neuzná jako již ověřené, pokud by tím nebylo zajištěno řádné ověření ostatních požadavků stanovených tímto hodnotícím standardem (například při nutnosti dodržení technologických postupů a časové souslednosti různých činností).

Zkouška se koná v českém jazyce.

Zkouška je veřejná. Praktická část zkoušky a praktická zkouška není veřejná v případech, kdy to je nutné z hygienických důvodů nebo z důvodu ochrany zdraví a bezpečnosti práce.

Pravidla pro aplikaci testů jako způsobu ověřování profesních kvalifikací:

Soubor otázek pro testy stanovuje autorizovaná osoba podle požadavků hodnoticího standardu. Musí přitom splňovat následující pravidla:
A. Testy pro jednotlivé uchazeče musí být generovány z dostatečně velkého souboru otázek, aby bylo možné vytvářet dostatečné počty 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 splněny následující podmínky:
B1. Pro celkový soubor otázek, z něhož se generují jednotlivé testy:
Pro každé kritérium existuje několik 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) alespoň jednu otázku.
B3. Pro úspěšné splnění požadavků testu:
Za úspěšné splnění testu se považuje 70 % správně zodpovězených otázek s tím, že pro každé kritérium musí být správně zodpovězeno alespoň 50 % otázek.

Týká se kompetencí:
Orientace v anatomii a fyziologii člověka pro potřeby instruktorů plavání;
Orientace v pedagogice a didaktice pro potřeby instruktorů plavání;
Zajištění bezpečnosti a prevence úrazů na plavecké výuce kritérium d) a f).

Kompetence Sestavení vhodného pohybového programu ve vodě s ohledem na věk klientů
- Uchazeč sestaví a přinese ke zkoušce rámcové plány pro plaveckou výuku v délce trvání 10 nebo 20 lekcí nebo 6 měsíců. Plány u zkoušky obhájí. Autorizovaná osoba specifikuje minimálně 21 dní před zkouškou: délku kurzu, věk klientů, plaveckou úroveň klientů a velikost skupiny.
- Plán bude obsahovat: hlavní cíl plavecké výuky pro celý kurz; postupné cíle plavecké výuky (je-li to vhodné); stručný obsah jednotlivých lekcí; rozdělení na úvodní, hlavní a závěrečnou část + poznámky k realizaci včetně organizace + volba a využití metod + volba a využití pomůcek + zajištění bezpečnosti; kontrolní cvičení pro sledování postupu v pohybovém učení.

Kompetence Vedení lekce skupinové výuky plavání, kritéria a), b), c)
- Písemnou přípravu předloží uchazeč v den zkoušky ke kontrole. Pokud v přípravě budou plánovány činnosti ohrožující bezpečnost, nebude uchazeči dovoleno realizovat vedení lekce, kritérium nesplnil. Podmínky výuky, tj. věková charakteristika klientů, plavecká úroveň klientů, počet klientů ve skupině, místo výkonu, plavecké pomůcky k dispozici, poskytne uchazeči autorizovaná osoba minimálně 21 dní před zkouškou.

Kompetence Vedení lekce skupinové výuky plavání, kritérium a)
- Autorizovaná osoba vybere, jakou část plavecké výuky uchazeč předvede (počáteční, hlavní nebo závěrečnou část).
- Mělčinou rozumíme situaci, kdy hladina vody dosahuje klientům po pás nebo prsa - je určena především pro neplavce.
- Skupinou rozumíme minimálně 8 klientů.

Kompetence Vedení lekce skupinové výuky plavání, kritérium b)
- Autorizovaná osoba vybere, jakou část plavecké výuky uchazeč předvede (počáteční, hlavní nebo závěrečnou část).
- Hloubkou rozumíme situaci, kdy klient ani instruktor nedosahují dna - je určena především pro plavce.
- Skupinou rozumíme minimálně 8 klientů.

Kompetence Zajištění bezpečnosti a prevence úrazů na plavecké výuce, kritérium b)
- Autorizovaná osoba vybere 3 prvky ze speciální plavecké průpravy z možných: sebezáchranné vznášení, šlapání vody, plavání pod hladinou na nádech, způsoby zanoření z hladiny včetně fyzikálních a fyziologických poznámek k tématu, pády a skoky do vody.

Kompetence Zajištění bezpečnosti a prevence úrazů na plavecké výuce, kritérium e)
- Uchazeč předvede základní postupy a neodkladnou resuscitaci dle BLC (Basic Life Support) České resuscitační rady dle aktuálních doporučení: primární zástavy dechu (tonutí, dušení) u dětí a dospělých u vybraných křečových stavů (epilepsie, hyperventilace), polohování u poranění hlavy, břicha a končetin a v rámci protišokových opatření a dále předvede některou základní stabilizační techniku při poranění páteře ve vodě (např. dlaha pažemi).

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 autorizovaná osoba do Záznamu o průběhu a výsledku zkoušky. Uchazeč může ukončit zkoušku kdykoliv v jejím průběhu, a to na vlastní žádost.

Výsledné hodnocení

Zkoušející hodnotí uchazeče zvlášť pro každou odbornou způsobilost a výsledek zapisuje do Záznamu o průběhu a výsledku zkoušky.

Výsledné hodnocení pro danou odbornou způsobilost musí znít:
- „splnil“, nebo
- „nesplnil“ v závislosti na stanovení závaznosti, resp. nezávaznosti jednotlivých kritérií u každé odborné způsobilosti.

Výsledné hodnocení zkoušky zní buď:
- „vyhověl“, pokud uchazeč splnil všechny odborné způsobilosti, nebo
- „nevyhověl“, pokud uchazeč některou odbornou způsobilost nesplnil. Při hodnocení „nevyhověl“ uvádí autorizovaná osoba vždy zdůvodnění, které uchazeč svým podpisem bere na vědomí.

Počet zkoušejících

Zkouška probíhá před zkušební komisí složenou ze dvou členů. Všichni členové komise musí být přítomni u zkoušky po celou dobu trvání zkoušky.

Zkoušející je povinen provádět ověřování odborných způsobilostí při zkoušce přesně podle všech ustanovení tohoto hodnoticího standardu.

Požadavky na odbornou způsobilost autorizované osoby, resp. autorizovaného zástupce autorizované osoby

Autorizovaná osoba, resp. autorizovaný zástupce autorizované osoby musí splňovat alespoň jednu z následujících variant požadavků:

a) Střední vzdělání s maturitní zkouškou a osvědčení o absolvování akreditovaného kurzu MŠMT Instruktor plavání dle zákona č. 435/2004 Sb., ve znění pozdějších předpisů, nebo jiný doklad o odborné kvalifikaci pro příslušnou pracovní činnost vydaný zařízením akreditovaným podle zvláštních právních předpisů nebo zařízením akreditovaným MŠMT nebo osvědčení o kvalifikaci učitel (cvičitel) plavání I. nebo II. třídy a nejméně 5 let odborné instruktorské praxe plavání a zároveň úspěšné absolvování kurzu první pomoci v rozsahu nejméně 20 vyučovacích hodin.
b) Vyšší odborné vzdělání zaměřené na tělesnou kulturu, tělovýchovu a sport a nejméně 5 let odborné instruktorské praxe v oblasti plavání.
c) Vysokoškolské vzdělání bakalářského nebo magisterského stupně tělovýchovného směru a nejméně 5 let odborné instruktorské praxe v oblasti plavání.
d) Profesní kvalifikace 74-010-M Instruktor/instruktorka plavání + střední vzdělání s maturitní zkouškou a nejméně 5 let odborné instruktorské praxe v oblasti plavání.

Žadatel o udělení autorizace prokazuje splnění požadavků na odbornou způsobilost a praxi v povolání autorizujícímu orgánu, a to předložením dokladu nebo dokladů o získání odborné způsobilosti a praxe v povolání v souladu s hodnoticím standardem této profesní kvalifikace, nebo takovým postupem, který je v souladu s požadavky uvedenými v hodnoticím standardu této profesní kvalifikace autorizujícím orgánem stanoven.

Žádost o udělení autorizace naleznete na internetových stránkách autorizujícího orgánu: Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy, www.msmt.cz

Nezbytné materiální a technické předpoklady pro provedení zkoušky

- vhodný bazén minimálně 25 m – s proměnlivou hloubkou, hladina vody 90 cm až nejméně 2 m; se startovními bloky, s minimální šířkou 6 m
- zkušební místnost pro písemné a ústní ověřování
- plavecké pomůcky po 15 kusech (plavecké desky různého tvaru a velikosti, plavecké nudle, plavecké osmičky, pomůcky plovoucí po hladině, k vynášení ze dna, pro orientaci pod hladinou, hračky)
- model pro záchranu tonoucích
- resuscitační fantom
- resuscitační fantom dětský
- lékárnička vybavená dle TNV 94 0920-1
- skupina figurantů minimálně v počtu 3-4 osob

K žádosti o udělení autorizace žadatel přiloží seznam materiálně-technického vybavení dokládající soulad s požadavky uvedenými v hodnoticím standardu pro účely zkoušky. Zajištění vhodných prostor pro provádění zkoušky prokazuje žadatel odpovídajícím dokladem (např. výpis z katastru nemovitostí, nájemní smlouva, dohoda).

Doba přípravy na zkoušku

Uchazeč má nárok na celkovou dobu přípravy na zkoušku v trvání 30 minut. Do doby přípravy na zkoušku se nezapočítává doba na seznámení uchazeče s pracovištěm, s organizací zkoušky, s požadavky BOZP a PO a s právy a povinnostmi uchazeče v rámci zkoušky dle zákona č. 179/2006 Sb.

Doba pro vykonání zkoušky

Celková doba trvání vlastní zkoušky jednoho uchazeče (bez času na přestávky a na přípravu) je 10 až 12 hodin (hodinou se rozumí 60 minut). Celková doba trvání písemné části zkoušky jednoho uchazeče je 90 minut.

Autoři standardu

Autoři hodnoticího standardu

Hodnoticí 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:
Asociace bazénů a saun ČR
Fakulta tělesné výchovy a sportu Univerzity Karlovy
Vodní záchranná služba Českého červeného kříže, z. s.