

Nazwa: Instruktor rekreacji ruchowej

Kod: 342305

Synteza: Instruktor rekreacji ruchowej prowadzi zajęcia ruchowe dla osób aktywnie spędzających wolny czas. Instruktor rekreacji ruchowej jest zawodem o charakterze usługowym. Celem pracy instruktora rekreacji ruchowej jest prowadzenie zajęć ruchowych i promocja aktywnego stylu życia. Efektem jego pracy jest poprawa lub utrzymanie zdolności motorycznych uczestników zajęć, co pozytywnie wpływa na ich odpężenie, regenerację sił i usunięcie zmęczenia spowodowanego pracą zawodową. Instruktor rekreacji ruchowej prowadzi zajęcia rekreacyjne z osobami w różnym wieku, różnego stanu zdrowia oraz poziomu wydolności i sprawności fizycznej. Zajęcia prowadzone są w kilku dyscyplinach rekreacyjnych, np.: w gimnastyce, pływaniu, kulturystyce, jeździe konnej. Pracę charakteryzuje zestaw stałych czynności, dobieranych w zależności od poziomu zaawansowania, możliwości psychofizycznych i potrzeb uczestników zajęć.

- diagnozowanie możliwości psychomotorycznych uczestników zajęć;
- dobieranie zajęć rekreacyjnych z uwzględnieniem umiejętności ruchowych oraz potrzeb uczestników;
- planowanie zajęć rekreacyjnych;
- prowadzenie specjalistycznych zajęć rekreacyjnych;
- promowanie aktywnego stylu życia;
- prowadzenie dokumentacji związanej z efektami i przebiegiem zajęć;
- organizowanie stanowiska pracy zgodnie z zasadami BHP, ochrony ppoż., ergonomii oraz ochrony środowiska.

Zadania zawodowe: Kandydat na instruktora rekreacji ruchowej musi mieć skończone 18 lat, co najmniej średnie wykształcenie oraz charakteryzować się dobrym stanem zdrowia. Wskazane jest, aby miał ukończony kurs instruktora rekreacji ruchowej w danej specjalności rekreacji oraz zdał egzamin praktyczny i teoretyczny potwierdzający zdobyte kompetencje zawodowe. 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. Kursy szkoleniowe i egzaminy zawodowe prowadzone są przez szkoły wyższe, niepubliczne placówki oświatowe posiadające akredytację Ministerstwa Nauki i Szkolnictwa Wyższego lub kuratorium oświaty oraz branżowe ośrodki metodyczno-szkoleniowe. Instruktorem rekreacji ruchowej może być również osoba, która ukończyła studia wyższe o kierunku wychowanie fizyczne i sport lub turystyka i rekreacja, ze specjalnością instruktorską w danej dyscyplinie rekreacji ruchowej.

Dodatkowe zadania zawodowe: .