



MONITOR POLSKI

DZIENNIK URZĘDOWY RZECZYPOSPOLITEJ POLSKIEJ

Warszawa, dnia 8 listopada 2024 r.

Poz. 964

**OBWIESZCZENIE
MINISTRA SPORTU I TURYSTYKI¹⁾**

z dnia 9 października 2024 r.

**w sprawie włączenia kwalifikacji wolnorynkowej „Prowadzenie szkolenia w triathlonie”
do Zintegrowanego Systemu Kwalifikacji**

Na podstawie art. 25 ust. 1 i 2 ustawy z dnia 22 grudnia 2015 r. o Zintegrowanym Systemie Kwalifikacji (Dz. U. z 2024 r. poz. 1606) ogłasza się w załączniku do niniejszego obwieszczenia informacje o włączeniu kwalifikacji wolnorynkowej „Prowadzenie szkolenia w triathlonie” do Zintegrowanego Systemu Kwalifikacji.

Minister Sportu i Turystyki: wz. *P. Borys*

¹⁾ Minister Sportu i Turystyki kieruje działem administracji rządowej – kultura fizyczna, na podstawie § 1 ust. 2 pkt 1 rozporządzenia Prezesa Rady Ministrów z dnia 18 grudnia 2023 r. w sprawie szczegółowego zakresu działania Ministra Sportu i Turystyki (Dz. U. poz. 2722).

Załącznik do obwieszczenia Ministra Sportu i Turystyki
z dnia 9 października 2024 r. (M.P. poz. 964)

**INFORMACJE O WŁĄCZENIU KWALIFIKACJI WOLNORYNKOWEJ „PROWADZENIE SZKOLENIA W TRIATHLONIE”
DO ZINTEGROWANEGO SYSTEMU KWALIFIKACJI**

1. Nazwa kwalifikacji wolnorynkowej

Prowadzenie szkolenia w triathlonie

2. Poziom Polskiej Ramy Kwalifikacji przypisany do kwalifikacji wolnorynkowej oraz odniesienie do poziomu Sektorowej Ramy Kwalifikacji

4 poziom Polskiej Ramy Kwalifikacji (dalej jako PRK), 4 poziom Sektorowej Ramy Kwalifikacji w sektorze sport

3. Efekty uczenia się wymagane dla kwalifikacji wolnorynkowej

Osoba posiadająca kwalifikację jest gotowa do samodzielnego przygotowania i przeprowadzenia zajęć ze wszystkich trzech dyscyplin składowych (pływanie, kolarstwo, lekka atletyka). Na podstawie zebranych informacji o zawodniku i wykorzystując wiedzę o zasadach planowania treningu sportowego oraz dostępne schematy, przygotowuje i realizuje plan zajęć. Zajęcia przeprowadza z zachowaniem zasad bezpieczeństwa oraz teorii metodyki treningu. Posiadać kwalifikacji prezentuje poziom sprawności fizycznej pozwalającej na aktywne wsparcie trenowanego zawodnika przez własne uczestnictwo w treningu.

Zestaw 1. Podstawy procesu szkolenia w triathlonie

Poszczególne efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji ich osiągnięcia
Omawia triathlon jako dyscyplinę	<ul style="list-style-type: none"> – opisuje specyfikę szkolenia w triathlonie i kierunki rozwoju triathlonu w Polsce, – opisuje zadania instruktora triathlonu, – opisuje zasady etycznego postępowania w realizacji procesu szkoleniowego w sporcie dla wszystkich, – opisuje zasady etycznego postępowania w realizacji procesu szkoleniowego w systemie sportu młodzieżowego, – wymienia dostępne zasoby wiedzy branżowej i wydarzenia cykliczne ważne z punktu widzenia rozwoju zawodowego, w tym: konferencje, seminaria, targi, – omawia strukturę organizacyjno-szkoleniową działalności Polskiego Związku Triathlonu, – omawia możliwe ścieżki rozwoju kariery sportowej,

	<ul style="list-style-type: none"> - opisuje konkurencje i dystanse triathlonowe, - omawia przebieg rozgrywania zawodów triathlonowych np. rodzaje startów, strefy zmian, przebieg poszczególnych odcinków, - opisuje zakres odpowiedzialności prawnej instruktora triathlonu, - omawia procedurę tworzenia klubu sportowego w triathlonie, - omawia przepisy rozgrywania zawodów w triathlonie w ramach sportu kwalifikowanego, w tym przepisy regulujące dobór sprzętu i stroju.
<p>Omawia teorię i metodykę nauczania triathlonu</p>	<ul style="list-style-type: none"> - omawia etapy szkolenia sportowego w triathlonie, - omawia okresy szkoleniowe w rocznym cyklu szkoleniowym, - klasyfikuje i omawia środki dydaktyczne stosowane w szkoleniu triathlonowym w sporcie młodzieżowym, np.: dobór i przygotowanie sprzętu, miejsc zajęć, ćwiczenia, gry i zabawy oraz pomoce dydaktyczne, - opisuje metody stosowane w szkoleniu triathlonowym np.: metody nauczania ruchu, prowadzenia zajęć sportowych, kształtowania zdolności motorycznych, - omawia formy prowadzenia treningu stosowane w szkoleniu triathlonowym w sporcie młodzieżowym, - opisuje zasady formułowania celów szkoleniowych, - opisuje cele i zadania poszczególnych części jednostki treningowej.
<p>Omawia biologiczne podstawy planowania szkolenia w triathlonie</p>	<ul style="list-style-type: none"> - opisuje zmiany zachodzące w narządach i układach człowieka w odniesieniu do jednostki szkoleniowej kształtującej poszczególne cechy motoryczne, - nazywa ruchy w stawach, identyfikuje zaangażowane mięśnie oraz siły działające w trakcie ćwiczeń wykonywanych z oporem własnego ciała lub ze sprzętem stosowanym w treningu triathlonowym, - opisuje dysfunkcje aparatu ruchu, w tym wady postawy i ograniczenia ortopedyczne do wykonywania popularnych ćwiczeń, - opisuje pojęcia i procesy z zakresu fizjologii wysiłku fizycznego człowieka, np.: wydolność fizyczną, zmęczenie, wypoczynek, mechanizm i rodzaje skurczu mięśnia, systemy pozyskiwania energii do pracy mięśniowej w różnych rodzajach wysiłku fizycznego np. fosfagenowy, glikolityczny, w odniesieniu do procesu szkoleniowego, - omawia strefy energetyczne wysiłku fizycznego specyficznego dla triathlonu, - opisuje budowę i funkcjonowanie organizmu człowieka w ontogenezie.
<p>Omawia zasady diagnozowania i oceny w procesie treningowym w triathlonie</p>	<ul style="list-style-type: none"> - opisuje testy sprawności motorycznej, np. Międzynarodowy test sprawności fizycznej, - opisuje rolę testów sprawności motorycznej w okresowej kontroli postępów w procesie szkoleniowym, - opisuje elementy wywiadu z uczestnikiem z uwzględnieniem potrzeb i celów, stylu życia, nawyków żywieniowych oraz stosowanych suplementów diety, - opisuje znaczenie rejestrowania postępów uczestnika.
<p>Omawia podstawy psychologii treningu w triathlonie</p>	<ul style="list-style-type: none"> - omawia specyfikę pracy z różnymi grupami wiekowymi, - opisuje rozwój psychiczny zachodzący pod wpływem procesu szkoleniowego, - wymienia przyczyny i objawy stresu uczestnika procesu szkoleniowego.

<p>Omawia zasady bezpieczeństwa i ochrony zdrowia w triathlonie</p>	<ul style="list-style-type: none"> - opisuje najczęściej występujące urazy i zagrożenia, specyficzne dla uczestnictwa w triathlonie, - opisuje środki ochrony zdrowia w triathlonie, - opisuje sposoby profilaktyki ruchowej w sporcie, - opisuje problem stosowania używek oraz prowadzenia niehigienicznego trybu życia, - wymienia przeciwwskazania do uprawiania triathlonu, - opisuje zasady bezpiecznego przygotowania jednostki treningowej na obiektach zamkniętych oraz w terenie w warunkach zmiennych pogodowo przy założeniu specyfiki poszczególnych rodzajów zajęć w triathlonie, - omawia przepisy ruchu drogowego i aktualne akty prawne dotyczące bezpiecznego organizowania uprawiania sportu (w kontekście organizacji zajęć kolarstwa i lekkiej atletyki na drogach publicznych), - omawia zasady przygotowania sprzętu do treningu oraz zawodów triathlonowych, - omawia zasady zabezpieczenia treningu i postępowania w razie nagłych wypadków, - omawia sygnalizację niebezpieczeństw podczas treningu i zawodów.
---	--

<p>Zestaw 2. Planowanie szkolenia w triathlonie</p>	
<p>Poszczególne efekty uczenia się</p> <p>Rozpoznaje potrzeby i możliwości uczestnika zajęć</p> <p>Przygotowuje plan szkolenia w triathlonie z wykorzystaniem dostępnych wzorców</p>	<p>Kryteria weryfikacji ich osiągnięcia</p> <ul style="list-style-type: none"> - analizuje informacje uzyskane na podstawie wywiadu przeprowadzonego z uczestnikami, - identyfikuje sytuacje wymagające konsultacji ze specjalistami z innych dziedzin, np. z lekarzem, dietetykiem, fizjoterapeutą, fizjologiem sportu, psychologiem, - identyfikuje zagrożenia dla zdrowia i życia uczestnika procesu szkoleniowego, w tym wynikające np.: z doboru metod, intensywności i trudności ćwiczeń, techniki ćwiczeń. - ustala z uczestnikami cele szkoleniowe, - planuje mikrocykle treningowe, - dobiera formy, metody i środki szkoleniowe do ustalonych celów, w oparciu o możliwości psychofizyczne uczestnika, - dobiera i planuje jednostki treningowe do ustalonych celów (np. kształtowania prawidłowej postawy ciała, pożądaných proporcji ciała, zdolności motorycznych i sprawności fizycznej), uwzględniając m.in. elementy takie jak: treści i obciążenia treningowe, wykorzystanie miejsca ćwiczeń i posiadanego sprzętu, - przygotowuje konspekt jednostki treningowej, - wyznacza warunki ukończenia procesu nauczania.

Zestaw 3. Realizowanie szkolenia z triathlonu	
Poszczególne efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji ich osiągnięcia
Posiada umiejętności w zakresie pływania w kontekście realizowania szkolenia w triathlonie	<ul style="list-style-type: none"> - przepływa 100 m stylem dowolnym w czasie krótszym niż 2 minuty, - przepływa 3 x 25 m stylami: motylkowym, grzbietowym, klasycznym.
Posiada umiejętności jazdy na rowerze w kontekście realizowania szkolenia w triathlonie	<ul style="list-style-type: none"> - pokonuje na rowerze elementy toru przeszkód, np.: jazda slalomem, jazda na „ósemce”, przejazd przez kładkę, - wykonuje stojkę kolarską.
Posiada umiejętności w zakresie biegania w kontekście realizowania szkolenia w triathlonie	<ul style="list-style-type: none"> - pokonuje dystans 1 km w czasie poniżej 5 minut, - wykonuje elementy sprawności biegowej, np.: skip A, B, C, D, wieloskok.
Prowadzi jednostkę treningową w triathlonie, stosując zasady teorii i metodyki treningu	<ul style="list-style-type: none"> - przygotowuje miejsce i sprzęt do przeprowadzenia jednostki treningowej, - sprawdza przygotowanie uczestników do realizacji jednostki treningowej, w tym pyta o samopoczucie, ubiór adekwatny do warunków, niezbędny sprzęt uczestnika do realizacji danej formy zajęć, - dba o komfort uczestnika w czasie, jego jednostki treningowej oraz jego pozytywne nastawienie do wysiłku fizycznego, np. monitorując jego samopoczucie, dobierając optymalne ćwiczenia, podkreślając osiągnięte efekty, - omawia sposób prowadzenia poszczególnych etapów jednostki treningowej, - demonstruje przykładowe ćwiczenia specyficzne dla poszczególnych części jednostki treningowej (rozgrzewki, części głównej i końcowej), - nadzoruje wykonywanie ćwiczeń przez uczestników, w tym asekuje i koryguje, - mobilizuje do wysiłku fizycznego, w tym stosuje zachęty słowne, pochwały, zmiany intonacji głosu oraz podkreśla korzyści wynikające z ćwiczeń, - uzyskuje informację zwrotną na temat przeprowadzonych zajęć, - podsumowuje realizację jednostki treningowej.
Analizuje dane pozyskiwane z systemów wspierających proces szkoleniowy w triathlonie	<ul style="list-style-type: none"> - interpretuje parametry treningowe np. tempo, tętno, - ocenia stopień zgodności realizacji treningu z przygotowanym planem, - zapisuje wnioski z obserwacji realizacji planu treningowego.

4. Ramowe wymagania dotyczące metod przeprowadzania walidacji, osób przeprowadzających walidację oraz warunków organizacyjnych i materialnych niezbędnych do prawidłowego i bezpiecznego przeprowadzania walidacji

1. Etap weryfikacji

1.1. Metody

W trakcie walidacji wykorzystuje się następujące metody:

- analiza dowodów i deklaracji,
- obserwacja w warunkach symulowanych,
- test teoretyczny,
- rozmowa z komisją walidacyjną, zwaną dalej „komisją”.

1.2. Zasoby kadrowe

Etap weryfikacji posiadania efektów uczenia się prowadzi komisja walidacyjna złożona z trzech członków.

Przynajmniej jeden członek komisji posiada stopień doktora nauk z obszaru lub nauk o kulturze fizycznej.

Pozostali członkowie komisji, w tym przewodniczący, posiadają ważną licencję trenerską nadaną przez Polski Związek Triathlonu lub kwalifikację cząstkową „Planowanie i prowadzenie procesu treningowego w triathlonie” (5 PRK).

Walidację projektuje zespół złożony z co najmniej dwóch osób.

Pierwszy członek zespołu:

- posiada stopień doktora nauk z obszaru lub nauk o kulturze fizycznej.

Drugi członek zespołu:

- posiada co najmniej wykształcenie wyższe magisterskie – kierunki: wychowanie fizyczne i/lub sport,
- posiada ważną licencję trenerską nadaną przez Polski Związek Triathlonu lub kwalifikację cząstkową „Planowanie i prowadzenie procesu treningowego w triathlonie” (5 PRK),
- posiada doświadczenie w projektowaniu i prowadzeniu egzaminów instruktorskich/trenerskich w triathlonie lub innych dyscyplinach sportowych.

Wymaga się, aby co najmniej jeden z członków komisji posiadał doświadczenie w zakresie działań związanych z wdrażaniem Zintegrowanego Systemu Kwalifikacji.

1.3. Sposób organizacji walidacji oraz warunki organizacyjne i materialne

Etap weryfikacji składa się z trzech części:

- 1) Część pierwsza – udokumentowane praktyki w zakresie współpracy z trenerem posiadającym licencję Polskiego Związku Triathlonu, prowadzącym zawodnika do zawodów (co najmniej jednego) przez pełny, całoroczny cykl treningowy.

Dowodem będzie wypełniony dziennik praktyk min. 30 godzin (10 godzin na każdą z dyscyplin składowych) przygotowany nie wcześniej niż w okresie jednego roku przed przystąpieniem do walidacji. Dziennik musi zawierać następujące pola:

- data i czas trwania treningu,
- plany treningowe.

Na tym etapie wykorzystywana jest metoda analizy dowodów i deklaracji. Weryfikacji metodą analizy dowodów i deklaracji podlegają:

- zestaw efektów uczenia się: 2. „Planowanie szkolenia w triathlonie” oraz efekt uczenia się „Analizuje dane pozyskiwane z systemów wspierających proces szkoleniowy w triathlonie” z zestawu 3. „Realizowanie szkolenia z triathlonu”.

2) Część druga:

Na tym etapie wykorzystywany jest test teoretyczny. Weryfikacji metodą testu teoretycznego podlegają zestawy efektów uczenia się: 1. „Podstawy procesu szkolenia w triathlonie”, 2. „Planowanie szkolenia w triathlonie”, 3. „Realizowanie szkolenia z triathlonu”.

3) Część trzecia:

Na tym etapie wykorzystywana jest obserwacja w warunkach symulowanych. Weryfikacji metodą obserwacji w warunkach symulowanych podlega zestaw efektów uczenia się 3. „Realizowanie szkolenia z triathlonu” z wyłączeniem efektu „Analizuje dane pozyskiwane z systemów wspierających proces szkoleniowy w triathlonie”.

Warunkiem przystąpienia do części drugiej i trzeciej jest zaliczenie części pierwszej. Niezaliczenie części drugiej nie dyskwalifikuje z udziału w części trzeciej. Niemniej uzyskanie kwalifikacji jest uwarunkowane zaliczeniem wszystkich części weryfikacji. Część drugą lub trzecią można zaliczyć w ciągu roku od zaliczenia części pierwszej.

Dokumentem potwierdzającym uzyskanie wszystkich efektów uczenia się wskazanych dla kwalifikacji jest dyplom instruktora sportu w dyscyplinie triathlon wydany przed 2013 rokiem.

Instytucja certyfikująca musi zapewnić:

- dostęp do infrastruktury sportowej: pływalnia sportowa, bieżnia lekkoatletyczna, plac treningowy utwardzony lub hala sportowa, umożliwiająca ustawienie kolarskiego toru przeszkód,
- sprzęt sportowy: rower szosowy (co najmniej 2 sztuki o różnych rozmiarach ramy),
- elementy toru przeszkód: słupki, pacholki, deski, równoważnie,
- elementy toru przeszkód z testu BRD (bezpieczeństwo ruchu drogowego),
- stojak na rower i skrzynka na sprzęt startowy – umożliwiający imitację „strefy zmian”,
- apteczkę pierwszej pomocy np. o standardzie DIN 13-164,
- grupę uczestników zajęć z triathlonu (min. 3 osoby).

Strój i sprzęt osobisty uczestnicy dostarczają we własnym zakresie. Rekomendowane jest posiadanie własnego roweru przez uczestnika.

2. Etapy identyfikowania i dokumentowania

Instytucja certyfikująca musi zapewnić wsparcie doradcy walidacyjnego, który posiada ważną licencję trenerską nadaną przez Polski Związek Triathlonu lub kwalifikację cząstkową „Planowanie i prowadzenie procesu treningowego w triathlonie” (5 PRK).

Nie określa się wymagań w zakresie metod identyfikowania i dokumentowania efektów uczenia się. Instytucja prowadząca walidację zapewnia odpowiednie miejsce do pracy doradcy z kandydatem.

5. Warunki, jakie musi spełniać osoba przystępująca do walidacji

Warunkiem przystąpienia do walidacji jest:

- ukończenie 18 roku życia,
- wykształcenie średnie lub średnie branżowe,
- ukończenie kursu udzielania pierwszej pomocy w wymiarze nie mniejszym niż 8 godzin, nie wcześniej niż na 3 lata przed przystąpieniem do walidacji, zawierającego następujące treści: ocena sytuacji i zabezpieczenie miejsca wypadku; ocena stanu poszkodowanego; kontrola czynności życiowych; postępowanie z poszkodowanym nieprzytomnym; podstawowe czynności podtrzymujące życie; postępowanie w przypadku zachorowań i stanów nagłych, bólu w klatce piersiowej, drgawek; postępowanie w przypadku krwotoków, poważnych ran, oparzeń oraz udarów słonecznych i ciepłych; postępowanie w przypadku urazów kostno-stawowych oraz urazów głowy i kręgosłupa,
- oświadczenie kandydata o niekaralności związanej z wykonywaniem działalności zawodowej w obszarze objętym kwalifikacją,
- oświadczenie osoby przystępującej do walidacji o braku przeciwwskazań do wzmożonej aktywności fizycznej.

6. Inne, poza pozytywnym wynikiem walidacji, warunki uzyskania kwalifikacji wolnorynkowej

Brak innych, poza pozytywnym wynikiem walidacji, warunków uzyskania kwalifikacji wolnorynkowej

7. Okres ważności certyfikatu kwalifikacji wolnorynkowej oraz warunki przedłużenia ważności

Certyfikat ważny jest przez 4 lata. Warunkiem przedłużenia ważności certyfikatu jest spełnienie jednego z poniższych warunków:

- przedstawienie dowodów potwierdzających czynny udział w prowadzeniu procesu szkolenia sportowego w triathlonie,
- przystąpienie do procesu walidacji kwalifikacji z wyższym poziomem PRK w obszarze prowadzenia treningu triathlonowego.

8. Dodatkowe warunki, które muszą spełniać podmioty ubiegające się o uprawnienie do certyfikowania na podstawie art. 41 ust. 1 ustawy z dnia 22 grudnia 2015 r. o Zintegrowanym Systemie Kwalifikacji

Brak dodatkowych warunków, które muszą spełniać podmioty ubiegające się o uprawnienie do certyfikowania na podstawie art. 41 ust. 1 ustawy z dnia 22 grudnia 2015 r. o Zintegrowanym Systemie Kwalifikacji.

9. Termin dokonywania przeglądu kwalifikacji, z uwzględnieniem terminu, o którym mowa w art. 27 ust. 1 ustawy z dnia 22 grudnia 2015 r. o Zintegrowanym Systemie Kwalifikacji

Nie rzadziej niż raz na 10 lat