# Asistent sportovního trenéra

Asistent sportovního trenéra se v souladu s pokyny hlavního sportovního trenéra podílí na přípravě a tréninku sportovců (jednotlivců nebo skupin), na vypracovávání tréninkových plánů a programů pro růst sportovní výkonnosti, na vedení tréninkového procesu a na přípravě na sportovních utkání nebo soutěží, podílí se na vedení sportovců v průběhu akce samotné a na hodnocení výsledků sportovců a spoluzodpovídá za dosažený sportovní výsledek.

|  |  |
| --- | --- |
| **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 asistent, Asistent hlavního trenéra, Asistent trenéra |
| **Regulovaná jednotka práce:** | ne |

## Pracovní činnosti

* Spolupráce s hlavním trenérem.
* Asistence při zajišťování odborné trenérsko-metodické činnosti.
* Zhotovování krátkodobých sportovních programů.
* Usměrňování sportovní přípravy sportovců.
* Asistence při vedení sportovního tréninku.
* Dohled nad tréninkovými plány sportovců.
* Spolupráce při vedení sportovců v soutěžích, v soutěžních utkáních apod.
* Spolupráce při vyhledávání talentovaných sportovců.
* Motivace sportovců, vedení reflexe sportovců a jejich evaluace.
* Kontrola sportovní výstroje a tréninkového sportovního nářadí a náčiní.
* Poskytování poradenské a konzultační činnosti v oblasti sportu a tělovýchovy.
* Poskytování první pomoci při sportovním tréninku a soutěžích.

## CZ-ISCO

* Sportovní trenéři a instruktoři (kromě na školách)
* Sportovní trenéři, instruktoři a úředníci sportovních klubů

### Hrubé měsíční mzdy podle krajů v roce 2024

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Mzdová sféra** | **Platová sféra** |
| **Kraj** | **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

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Medián za ČR celkem** |
| **CZ-ISCO** |  | **Mzdová sféra** | **Platová sféra** |
| 3422 | Sportovní trenéři, instruktoři a úředníci sportovních klubů | 45 902 Kč | 35 440 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 |

## Příklady činností

|  |  |
| --- | --- |
| **Příklady činností ze veřejného sektoru** | **Platová třída** |
| Odborné specializované činnosti při zabezpečení trenérsko-metodického procesu především v oblasti regenerační, materiálně-nutriční a technické. | 9 |

## Pracovní podmínky

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Název** | **1** | **2** | **3** | **4** |
| Zátěž teplem | x | x |  |  |
| Zátěž chladem | x | x |  |  |
| Celková fyzická zátěž | x | x |  |  |
| Zvýšené riziko úrazu pracovníka | x | x |  |  |
| Pracovní doba, směnnost | x | x |  |  |
| Zátěž hlukem | x |  |  |  |
| Zátěž vibracemi | x |  |  |  |
| Zátěž prachem | x |  |  |  |
| Zátěž chemickými látkami | x |  |  |  |
| Zátěž invazivními alergeny | x |  |  |  |
| Zátěž biologickými činiteli způsobujícími onemocnění | x |  |  |  |
| Zátěž ionizujícím zářením | x |  |  |  |
| Zátěž neionizujícím zářením a elektromagnetickým polem včetně laserů | x |  |  |  |
| Zraková zátěž | x |  |  |  |
| Zátěž trupu a páteře s převahou statické práce (manipulace s břemeny) | x |  |  |  |
| Lokální zátěž - zátěž malých svalových skupin | x |  |  |  |
| Lokální zátěž jemné motoriky | x |  |  |  |
| Zátěž prací v omezeném nebo uzavřeném prostoru | x |  |  |  |
| Zátěž prací v nevhodných pracovních polohách | x |  |  |  |
| Práce ve výškách | x |  |  |  |
| Duševní zátěž | x |  |  |  |
| Zvýšené riziko obecného ohrožení | x |  |  |  |

*Legenda:*

* *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** |
| KKOV | Střední vzdělání s maturitní zkouškou v oboru sportovní gymnázium | 7942K |
| KKOV | Střední vzdělání s maturitní zkouškou (bez vyučení) ve skupině oborů tělesná kultura, tělovýchova a sport | 74xxM |
| RVP | Gymnázium se sportovní přípravou | 79-42-K/x1 |

#### Vhodnou školní přípravu poskytují také obory:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Typ** | **Název** | **Kód** |
| KKOV | Střední vzdělání s maturitní zkouškou | xxxxK |
| KKOV | Střední vzdělání s maturitní zkouškou (bez vyučení) | xxxxM |
| KKOV | Vyšší odborné vzdělání | xxxxN |
| KKOV | Střední vzdělání s maturitní zkouškou | xxxxL |

**Poznámka ke vzdělání**

Podle požadavků sportovních svazů či organizací pro příslušný sport.

### Další vzdělání

## Kompetenční požadavky

### Odborné dovednosti

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Kód** | **Název** | **Úroveň 1-8** | **Vhodnost** |
| m31.Z.4412 | Zabezpečování trenérsko-metodických procesů v oblasti regenerační, nutriční a servisu materiálně-technických sportovních pomůcek a zařízení | 4 | Nutné |
| m31.C.6411 | Zajišťování odborné trenérsko-metodické činnosti | 4 | Výhodné |
| m31.C.4414 | Spolupráce s hlavním trenérem při zajišťování trenérské a metodické činnosti | 4 | Nutné |
| m31.Z.4411 | Vykonávání odborných činností při zabezpečování trenérsko-metodického procesu sportovců | 4 | Nutné |
| m31.C.6415 | Usměrňování sportovní přípravy sportovců, vedení tréninku, zaměřeného k získání žádoucí fyzické kondice sportovců | 4 | Nutné |
| m31.D.7001 | Zhotovování krátkodobých, střednědobých a dlouhodobých sportovních programů | 4 | Nutné |
| m31.C.4417 | Vedení sportovců v soutěžích, v soutěžních utkáních apod. | 4 | Výhodné |
| m31.D.6412 | Stanovování vhodného stravovacího režimu pro sportovce | 4 | Nutné |
| m31.D.6411 | Sledování taktiky budoucích soupeřů a její analýza | 4 | Výhodné |
| m31.D.4416 | Získávání relevantních údajů o taktice, dovednostech a výkonnosti soupeřů | 4 | Nutné |
| m31.C.1012 | Poskytování první pomoci při sportovním tréninku a soutěžích | 4 | Nutné |
| m31.D.8411 | Vedení záznamů a dokumentace o průběhu tréninků, výsledcích testů výkonnosti a zdravotním stavu sportovců apod. | 4 | Nutné |
| j41.D.1159 | Kontrola dodržování zásad bezpečnosti a prevence úrazů při pohybových aktivitách | 4 | Nutné |
| m31.C.6412 | Vyhledávání talentovaných sportovců | 4 | Výhodné |

*Popisy úrovní naleznete zde: https://nsp.cz/downloads/Priloha\_c2\_manualu.pdf*

### Odborné znalosti

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Kód** | **Název** | **Úroveň 1-8** | **Vhodnost** |
| m31.\_.0017 | sportovní terminologie | 4 | Nutné |
| j31.\_.0025 | psychologie sportu | 4 | Nutné |
| m31.\_.0041 | instruktorství a trenérství | 4 | Nutné |
| m31.\_.0005 | předpisy a pravidla provozování sportu dle jeho specifik | 4 | Nutné |
| k15.\_.0006 | zásady bezpečnosti zdraví a prevence úrazů | 4 | Nutné |
| m31.\_.0006 | sportovní výstroj a výzbroj | 4 | Nutné |
| k11.\_.0003 | anatomie | 4 | Nutné |
| m31.\_.0002 | metody a techniky provádění kondičních a funkčních cvičení | 4 | Výhodné |
| k11.\_.0005 | fyziologie | 4 | Nutné |
| k11.\_.0007 | první pomoc | 4 | Nutné |
| m31.\_.0025 | hodnoticí a motivační systémy sportovců | 4 | Nutné |
| m31.\_.0026 | antidopingová prevence | 4 | Nutné |
| m31.\_.0027 | tréninkové metody a postupy dle specifik sportu | 4 | Nutné |

*Popisy úrovní naleznete zde: https://nsp.cz/downloads/Priloha\_c2\_manualu.pdf*

### Obecné dovednosti

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Kód** | **Název** | **Úroveň 0-3** |
| b01 | Počítačová způsobilost | 2 |
| b02 | Způsobilost k řízení osobního automobilu | 0 |
| b03 | Numerická způsobilost | 1 |
| b04 | Ekonomické povědomí | 1 |
| b05 | Právní povědomí | 1 |
| b06 | Jazyková způsobilost v češtině | 2 |
| b07 | Jazyková způsobilost v angličtině | 1 |
| b08 | Jazyková způsobilost v dalším cizím jazyce | 0 |

*Popisy úrovní naleznete zde: https://nsp.cz/downloads/Priloha\_c10\_manualu.pdf*

### Digitální kompetence

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Kód** | **Název** | **Úroveň 1-4** |
| 1.1 | Prohlížení, vyhledávání a filtrování dat, informací a digitálního obsahu  | 2 |
| 5.3 | Kreativní využívání digitálních technologií  | 1 |
| 5.2 | Identifikace potřeb a výběr vhodných technologií  | 1 |
| 5.1 | Řešení technických problémů  | 1 |
| 4.4 | Ochrana životního prostředí  | 1 |
| 4.3 | Ochrana zdraví a duševní pohody  | 1 |
| 4.2 | Ochrana osobních dat a soukromí  | 2 |
| 4.1 | Ochrana zařízení  | 1 |
| 3.3 | Autorská práva a licence  | 1 |
| 3.2 | Integrace a přepracování digitálního obsahu  | 2 |
| 3.1 | Tvorba digitálního obsahu  | 2 |
| 2.4 | Netiketa  | 1 |
| 2.3 | Spolupráce prostřednictvím digitálních technologií  | 1 |
| 2.2 | Sdílení prostřednictvím digitálních technologií  | 1 |
| 2.1 | Interakce prostřednictvím digitálních technologií  | 1 |
| 1.3 | Správa dat, informací a digitálního obsahu  | 1 |
| 1.2 | Hodnocení dat, informací a digitálního obsahu  | 2 |
| 5.4 | Identifikace nedostatků v digitálních kompetencích  | 1 |

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

*Popisy úrovní naleznete zde: https://nsp.cz/downloads/Priloha\_c9\_manualu.pdf*

## Zdravotní podmínky

### Onemocnění omezující výkon povolání / specializace povolání.

* Osoby s kardiostimulátorem
* Záchvatovité a kolapsové stavy
* Onemocnění oběhové soustavy
* Závažná onemocnění dýchacích cest a plic
* Závažná degenerativní a zánětlivá onemocnění pohybového systému
* Duševní poruchy a poruchy chování
* Závažné stavy po úrazech či operacích pohybového systému

### Onemocnění vylučující výkon povolání / specializace povolání.e

* Onemocnění pohybového a nervového systému, omezující jemnou motoriku, koordinaci pohybů a svalovou sílu

*Přesné posouzení zdravotního stavu s následným doporučením nebo nedoporučením výkonu této pozice je možné pouze po konzultaci s lékařem.*