PATVIRTINTA PATVIRTINTA

Šakių rajono savivaldybės

jaunimo kūrybos ir sporto centro

Direktorės 2017 m. vasario 01 d.

įsakymu Nr. V-9

**ŠAKIŲ JAUNIMO KŪRYBOS IR SPORTO CENTRO TRENIRUOKLIŲ SALĖS INSTRUKTORIAUS**

**PAREIGYBĖS APRAŠYMAS NR.9**

**I SKYRIUS**

**PAREIGYBĖ**

1. Šakių rajono savivaldybės jaunimo kūrybos ir sporto centro treniruoklių salės instruktoriaus pareigybė yra priskiriama kvalifikuotų darbuotojų grupei, kuriai būtinas ne žemesnis kaip vidurinis išsilavinimas ir (ar) įgyta profesinė kvalifikacija.

2. Pareigybės lygis - treniruoklių salės instruktorius priskiriamas C lygiopareigybei.

3. Pareigybės paskirtis – supažindinti treniruočių programos vykdymo klausimais, naujus ir esančius treniruoklių salės narius. narių įtraukimas į aktyvią gyvenseną ir jų fizinį aktyvumo didinimą

4.Pavaldunas - treniruoklių salės instruktorius pavaldus centro direktoriui.

**II SKYRIUS**

**SPECIALŪS** **REIKALAVIMAI** **ŠIAS** **PAREIGAS** **EINANČIAM** **DARBUOTOJUI**

5. Darbuotojas, einantis šias pareigas, turi atitikti šiuos specialius reikalavimus:

5.1. turėti ne žemesnį kaip specialųjį vidurinį išsilavinimą ir (ar) įgytą sporto krypties profesinę kvalifikaciją;

5.2. turėti ne mažesnę kaip 1 metų sporto krypties darbo stažą;

5.3. turėti bazinę kompiuterinio raštingumo kvalifikaciją;

5.4. gerai mokėti lietuvių kalbą, jos mokėjimo lygis turi atitikti teisės aktais nustatytų valstybinės kalbos mokėjimo kategorijų reikalavimus;

5.5. mokėti savarankiškai planuoti ir organizuoti savo veiklą, spręsti iškilusias problemas ir konfliktus;

5.6. mokėti bendrauti ir bendradarbiauti, dirbti komandoje, priimti sprendimus, pasidalinti atsakomybe, turėti komunikacinių ir organizacinių gebėjimų;

5.7. laikytis etikos, nepriekaištingai elgtis, sąžiningai atlikti savo pareigas;

**IV SKYRIUS**

**ŠIAS** **PAREIGAS** **EINANČIO** **DARBUOTOJO** **FUNKCIJOS**

6. Šias pareigas einantis darbuotojas vykdo šias funkcijas:

6.1.planuoja, instruktuoja ir įvertina saugias bei tinkamas treniruotes treniruoklių salėje;

6.2.užtikrina asmeninį ar grupinį (priklausomai nuo situacijos) įvadinį narių instruktavimą treniruoklių salėje, dėl treniruočių programų ir įrangos naudojimo.

6.3. tinkamai parenka pratimus ir sudaro adekvačias treniruočių programas, užtikrinant maksimalų narių saugumą.

6.4. naudoja šiuolaikiškus ir pagrįstus mokymo metodus, apmokant judesių ir pratimų technikos pagal užsibrėžtus tikslus.

6.5. parenka ir/ar teisingai demonstruoja, tam tikrus kardio ar jėgos pratimų pavyzdžius, iš kurių konkretus narys gali pasirinkti jam patinkančius pratimus.

6.6. teikia pagrindinius patarimus nariams, siekiant užtikrinti treniruočių programos progresą pagal konkrečius tikslus

6.7. saugiai dirba laikydamasis visų saugumo ir priešgaisrinių reikalavimų;

6.8. prižiūri treniruoklių salės įrangą, ją sutvarko ir sandėliuoja nurodytoje pagalbinėje patalpoje;

6.9. nedelsiant informuoja direktoriaus pavaduotoją suaugusiųjų sportui ir ūkio reikalams apie pastebėtą treniruoklių salės įrangos sugedimą;

6.10. sudaro treniruočių programas;

6.11. kelia savo kvalifikaciją ir gerina žinias, reikalingas tiesioginėms pareigoms atlikti;

6.12. vykdo saugų ir efektyvų sveikatingumo treniruočių proceso instruktavimą;

6.13. skatina sveiką gyvenseną;

6.14. identifikuoja asmeninius klientų, narių motyvus ir numato trumpalaikius, sezoninius ir ilgalaikius sveikatingumo tikslus;

6.15. siūlo tinkamus prisitaikymo prie fizinio krūvio būdus, atitinkančius konkretaus kliento, nario tikslus, poreikius ir galimybes;

6.16. pataria dėl treniruočių intensyvumo ir krūvio didinimo atsižvelgiant į jau vykdomas treniruotes ir organizmo atsaką į jas;

6.17. stebi klientus, narius ir koreguoja pratimų atlikimo techniką;

6.18. nuolat demonstruoja puikią judesių ir pratimų atlikimo techniką (laikyseną, kūno pozas, judesių amplitudę, judesių kontrolę, laikinę judesio charakteristiką).

6.19. pozityviai komunikuoja ir tinkamai motyvuoja narius pasirenkant bei išlaikant tinkamas treniravimosi strategijas;

6.20. užtikrina kokybišką paslaugų teikimą ir nuolat vykdo pozityvaus darbuotojo vaidmenį;

6.21. kviečia klientus, narius įtraukti savo šeimą, draugus, kolegas į sveiką gyvenseną;

6.22. prisideda prie sveikos ir švarios aplinkos kūrimo;

6.23. dirba pagal trečiojo lygio standartus, pripažįsta juos, žino savo lygmens kompetencijos apribojimus ir neatlieka sprendimų ar instruktavimo užduočių viršijančių šiuos apribojimus.

6.24. įstatymų nustatyta tvarka teikia informaciją žiniasklaidai ir visuomenei;

6.25. vykdo kitas teisės aktais nustatytas funkcijas ir direktoriaus nenuolatinio pobūdžio pavedimus, atitinkančius centro tikslus ir funkcijas, neviršijant nustatyto darbo laiko.

IV SKYRIUS

PAREIGYBĖS ATSAKOMYBĖ

7. Šias pareigas einantis darbuotojas atsako už

7.1. kokybišką ir savalaikį savo pareigų atlikimą;

7.2. patikėtos informacijos išsaugojimą;

7.3. teisingą darbo laiko naudojimą;

7.4. darbo drausmės pažeidimus;

7.5. žalą, padarytą įstaigai, dėl savo kaltės ar neatsargumo;

7.6. darbuotojų saugos ir sveikatos, gaisrinės saugos, apsaugos nuo elektros reikalavimų vykdymą;

7.7. Treniruoklių salės instruktorius už savo pareigų netinkamą vykdymą atsako darbo tvarkos taisyklių ir Lietuvos Respublikos įstatymų nustatyta tvarka;

8.8. Treniruoklių salės instruktorius už darbo drausmės pažeidimus gali būti traukiamas drausminėn atsakomynėn. Drausminę nuobaudą skiria centro direktorius.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Parengė Šakių r. JKSC direktorė Roma Paškevičiūtė

Susipažinau ir sutinku

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_­­­­­­­­­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

( treniruoklių salės instruktoriaus vardas, pavardė, parašas)

Data