

Warszawa, dnia 13 marca 2025 r.

Poz. 240

**OBWIESZCZENIE  
MINISTRA SPORTU I TURYSTYKI<sup>1)</sup>**

z dnia 25 lutego 2025 r.

**w sprawie włączenia kwalifikacji wolnorynkowej „Prowadzenie zajęć z treningu mentalnego dla dzieci i młodzieży uprawiającej sport” 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 zajęć z treningu mentalnego dla dzieci i młodzieży uprawiającej sport” do Zintegrowanego Systemu Kwalifikacji.

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

---

<sup>1)</sup> 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 25 lutego 2025 r. (M.P. poz. 240)

**INFORMACJE O WŁĄCZENIU KWALIFIKACJI WOLNORYNKOWEJ „PROWADZENIE ZAJĘĆ Z TRENINGU MENTALNEGO DLA DZIECI I MŁODZIEŻY  
UPRAWIAJĄCEJ SPORT” DO ZINTEGROWANEGO SYSTEMU KWALIFIKACJI**

**1. Nazwa kwalifikacji wolnorynkowej**

Prowadzenie zajęć z treningu mentalnego dla dzieci i młodzieży uprawiającej sport

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

5 poziom Polskiej Ramy Kwalifikacji (dalej jako PRK), 5 poziom Sektorowej Ramy Kwalifikacji w sektorze sport

**3. Efekty uczenia się wymagane dla kwalifikacji wolnorynkowej**

Osoba posiadająca kwalifikację „Prowadzenie zajęć z treningu mentalnego dla dzieci i młodzieży uprawiającej sport” samodzielnie przygotowuje i przeprowadza zajęcia z treningu mentalnego. W swojej pracy wykorzystuje różnorodne formy prowadzenia zajęć oraz narzędzia aktywizujące grupę oraz samodzielnie przygotowane materiały edukacyjne. Jest gotowa do wspomaganie uczestników w zakresie przygotowania mentalnego. Omawia, jak umiejętności zdobywane podczas zajęć mogą zostać wykorzystane w innych obszarach życia, poza sportem i aktywnością fizyczną, np. do poprawy uczenia się w szkole, zmniejszenia nadmiernej koncentracji na wyniku czy budowania relacji z innymi. W swoich działaniach uwzględnia wiek uczestników zajęć, ich potrzeby, czas trwania zajęć, zamierzone cele podejmowanej pracy i jej rezultaty. Wykorzystuje wiedzę o sporcie, psychologii sportu oraz elementy psychologii rozwoju. Stosuje różnorodne narzędzia ewaluacji swojej pracy. W trakcie prowadzenia zajęć odpowiada za osoby niepełnoletnie pozostające pod jej opieką. Osoba ta doskonali i rozwija swoje kompetencje w oparciu o refleksyjną praktykę, a także trendy i osiągnięcia naukowe.

<b>Zestaw 1. Przygotowanie zajęć z zakresu treningu mentalnego</b>	
<b>Poszczególne efekty uczenia się</b>	<b>Kryteria weryfikacji ich osiągnięcia</b>
Charakteryzuje teoretyczne podstawy sportu	<ul style="list-style-type: none"> <li>– omawia sylwetki pięciu wybranych (polskich i zagranicznych) mistrzów olimpijskich / mistrzów sportu z uwzględnieniem podejścia do sportu oraz wartości i zasad, którymi się kierują,</li> <li>– omawia, czym są idea olimpizmu i zasada fair play,</li> <li>– charakteryzuje ogólne zasady uprawiania dyscyplin sportu takich, jak: lekkoatletyka, koszykówka, siatkówka, piłka ręczna, unihokej, piłka nożna, tenis stołowy, tenis ziemny, pływanie i potrafi je uporządkować ze względu na specyfikę sportu (drużynowe i indywidualne, sposób rywalizacji),</li> <li>– charakteryzuje, czym są cykle treningowe (mikrocykl, mezocykl, makrocykl)</li> </ul>

<p>Posługuje się wiedzą z zakresu treningu mentalnego</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- omawia wybraną przez siebie naukową definicję treningu mentalnego,</li> <li>- omawia wybraną przez siebie definicję koncentracji uwagi (np. wg Nideffera), pamięci (np. wg Atkinsona i Shiffrina, Hebba), rolę emocji w codziennych wyzwaniach (np. wg Plutchika, Frijdy), motywacji (np. wg Ryana i Deciego, Atkinsona), nastawienia (np. wg Lesyka), zaangażowania (np. Andersona i Harwooda) oraz pewności siebie (np. wg Vealey),</li> <li>- przedstawia korzyści wynikające z wykorzystywania treningu mentalnego w pracy z dziećmi i młodzieżą,</li> <li>- przedstawia korzyści wynikające z pracy nad koncentracją uwagi, pamięcią, emocjami, motywacją, nastawieniem, zaangażowaniem i pewnością siebie</li> </ul>
<p>Posługuje się wiedzą z zakresu umiejętności społecznych i funkcjonowania w grupie</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- omawia wybraną przez siebie definicję komunikacji (np. wg Nęckiego), współpracy (np. wg Dannemillera, Newmana), asertywności (np. wg Król-Fijewskiej) oraz presji rówieśniczej,</li> <li>- charakteryzuje zasady skutecznej komunikacji oraz podaje ich zastosowanie w pracy z dziećmi i młodzieżą,</li> <li>- analizuje różnice pomiędzy postawą asertywną, uległą a agresywną,</li> <li>- charakteryzuje, czym jest postawa asertywna,</li> <li>- omawia charakterystykę dobrze współpracującej grupy i zasady w niej obowiązujące (np. Beswicka)</li> </ul>
<p>Przygotowuje plany, konspekty i materiały niezbędne do prowadzenia zajęć z treningu mentalnego</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- przedstawia przygotowane konspekty z co najmniej 3 tematów zajęć (wybranych z: doskonalenia koncentracji uwagi, pamięci, rozumienia i opowania emocji, motywacji w szkole i sporcie, kształtowania pozytywnego nastawienia, zaangażowania w szkole i sporcie, budowania adekwatnej pewności siebie) i z 1 tematu (wybranego spośród: skutecznej komunikacji, umiejętności współpracy, kształtowania asertywnej postawy, radzenia sobie z presją) dla różnych grup wiekowych (np. dzieci z klas 1-3, młodzież) z uwzględnieniem: celu zajęć; czasu trwania; charakterystyki grupy (liczebność, płeć, wiek uczestników, różny stopień sprawności); różnych form prowadzenia zajęć, np. miniwykładu, warsztatu, odgrywania scen, ćwiczeń grupowych, ćwiczeń typu papier – ołówek; planowanych ćwiczeń wraz z ich opisem, instrukcją, celem i czasem trwania; podsumowania,</li> <li>- omawia i analizuje plan przebiegu przynajmniej jednej gry/zabawy edukacyjnej w przedstawionych przez siebie czterech konspektach,</li> <li>- prezentuje przygotowane przez siebie pomoce dydaktyczne do prowadzonych zajęć, np. prezentację multimedialną, wybrane fragmenty filmów, materiały informacyjne, i omawia sposób ich zastosowania podczas zajęć na podstawie przedstawionego konspektu</li> </ul>

<p><b>Zestaw 2. Prowadzenie zajęć z treningu mentalnego</b></p>	
<p><b>Poszczególne efekty uczenia się</b></p>	<p><b>Kryteria weryfikacji ich osiągnięcia</b></p>
<p>Prowadzi zajęcia z dziećmi i młodzieżą</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- omawia role grupowe i zasady współpracy z grupą,</li> <li>- omawia zasady pracy z dziećmi i młodzieżą (szkoły podstawowe i ponadpodstawowe) oraz wskazuje różnice w pracy z tymi grupami wiekowymi,</li> <li>- omawia zasady pracy z dziećmi i młodzieżą (szkoły podstawowe i ponadpodstawowe) oraz związane z nimi różnice wynikające z podstawowych obowiązków oraz uregulowań prawnych dla prowadzącego zajęcia z nieletnimi,</li> <li>- omawia zasady dotyczące skutecznej komunikacji w prowadzeniu zajęć z dziećmi i młodzieżą, a także ustala z grupą zasady obowiązujące na zajęciach,</li> <li>- omawia zasady wprowadzania kontraktu obowiązującego na zajęciach,</li> <li>- wykorzystuje metody aktywizacji i integracji grupy,</li> <li>- dobiera ćwiczenia do potrzeb grupy i sformułowanych celów,</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- modeluje zachowania związane z komunikacją pomiędzy członkami grupy (komunikaty Ja, aktywne słuchanie, informacja zwrotna),</li> <li>- omawia sytuacje trudne w prowadzeniu przez siebie grupy,</li> <li>- prezentuje możliwe rozwiązania co najmniej jednej sytuacji trudnej, wykazując się przy tym umiejętnością panowania nad grupą i radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych,</li> <li>- podczas zajęć grupowych z zakresu umiejętności społecznych demonstruje ćwiczenia zgodnie z przygotowanym konспекtem,</li> <li>- omawia przedstawiony przez siebie fragment nagrania wideo w kontekście prowadzenia zajęć oraz zwraca uwagę na odbiór ćwiczenia przez dzieci i młodzież, realizację założonego celu, zaangażowanie grupy w ćwiczenie</li> </ul>
<p>Prowadzi zajęcia z zakresu treningu mentalnego</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- rozpoczyna zajęcia: omawia i przypomina zasady,</li> <li>- sprawdza samopoczucie uczestników i ich gotowość do rozpoczęcia zajęć,</li> <li>- omawia cele zajęć,</li> <li>- demonstruje ćwiczenia z zakresu treningu mentalnego w oparciu o przygotowane samodzielnie konспекty dotyczące co najmniej trzech z poniższych obszarów: doskonalenia koncentracji uwagi; pamięci; rozumienia i opanowania emocji; motywacji w szkole i sporcie; kształtowania pozytywnego nastawienia; zaangażowania w szkole i sporcie; budowania adekwatnej pewności siebie,</li> <li>- sprawdza poprawność wykonania ćwiczeń i udziela informacji zwrotnej uczestnikom,</li> <li>- podsumowuje poszczególne elementy zajęć,</li> <li>- proponuje ćwiczenia i zadania do samodzielnego wykonania przez uczestników w domu i szkole,</li> <li>- przekazuje uczestnikom zastosowanie ćwiczonych umiejętności z treningu mentalnego w różnych obszarach funkcjonowania, np. w szkole, w domu</li> </ul>
<p><b>Zestaw 3. Ewaluacja zajęć</b></p>	
<p><b>Poszczególne efekty uczenia się</b></p> <p>Charakteryzuje sposoby ewaluacji efektów pracy</p>	<p><b>Kryteria weryfikacji ich osiągnięcia</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- omawia sposoby zbierania informacji zwrotnych od dzieci oraz rodziców (ich opiekunów) na temat zajęć, w szczególności o stopniu przyswojenia informacji przez dzieci i młodzież,</li> <li>- omawia korzyści wynikające ze stosowania ewaluacji swojej pracy,</li> <li>- przedstawia przykładową ankietę ewaluacyjną dostosowaną do różnych grup wiekowych (nauczanie początkowe, starsze klasy szkoły podstawowej i szkoła ponadpodstawowa),</li> <li>- uzasadnia wybór narzędzia, poszczególnych pytań i wykorzystania uzyskanych informacji</li> </ul>
<p>Ewaluuje swoją pracę</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wykorzystuje narzędzia ewaluacji swojej pracy,</li> <li>- analizuje przeprowadzone zajęcia, uwzględniając odbiór ćwiczenia przez dzieci i młodzież, realizację założonego celu, zaangażowanie grupy w ćwiczenie,</li> <li>- zbiera i opracowuje wyniki ewaluacji,</li> <li>- analizuje wyniki ewaluacji, odnosząc się do postawionych celów zajęć i zdiagnozowanych potrzeb,</li> <li>- opracowuje wnioski i rekomendacje dotyczące przyszłych działań,</li> <li>- omawia przebieg i sposób przeprowadzenia wymienionych przez siebie sposobów ewaluacji pracy</li> </ul>

<b>Zestaw 4. Samodoskonalenie się i dobre praktyki w pracy z dziećmi i młodzieżą</b>	
<b>Poszczególne efekty uczenia się</b>	<b>Kryteria weryfikacji ich osiągnięcia</b>
Wykorzystuje dobre praktyki w pracy z dziećmi i młodzieżą	<ul style="list-style-type: none"> <li>- omawia, czym są dobre praktyki w pracy z dziećmi i młodzieżą, np. wykorzystując informacje znajdujące się na stronie kuratorium oświaty,</li> <li>- przedstawia i analizuje dobre praktyki pedagogiczne wdrożone przez siebie w pracy z dziećmi i młodzieżą (spełniające kryteria: zgodne z prawem, realistyczne, powtarzalne – możliwe do zastosowania przez innych, innowacyjne),</li> <li>- omawia, czym jest refleksyjna praktyka, i przedstawia sposoby jej wykorzystania w codziennej pracy</li> </ul>
Analizuje własne mocne i słabe strony	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wykorzystując fragmenty nagrań wideo z prowadzonych przez siebie zajęć, analizuje swoje mocne i słabe strony w kontekście prowadzenia zajęć z zakresu treningu mentalnego, umiejętności społecznych oraz funkcjonowania w grupie,</li> <li>- omawia możliwości pracy nad własnymi słabymi stronami w celu ich poprawy,</li> <li>- analizuje swoje zachowania oraz wskazuje alternatywne rozwiązania w danej sytuacji</li> </ul>

#### **4. Ramowe wymagania dotyczące metod przeprowadzania waldacji, osób przeprowadzających waldację oraz warunków organizacyjnych i materialnych niezbędnych do prawidłowego i bezpiecznego przeprowadzania waldacji**

<p><b>1. Etap weryfikacji</b></p> <p><b>1.1. Metody</b></p> <p>Zestawy efektów uczenia się są sprawdzane wyłącznie za pomocą następujących metod:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- test teoretyczny – zestaw 1 z wyłączeniem umiejętności „Przygotowuje plany, konspekty i materiały niezbędne do prowadzenia zajęć z treningu mentalnego”,</li> <li>- rozmowa z komisją waldacyjną, zwaną dalej „komisją” (wywiad swobodny) – zestawy 1, 2, 3, 4,</li> <li>- analiza dowodów i deklaracji (np. nagrania wideo, materiały: konspekty, materiały ewaluacyjne, pomoce dydaktyczne) – umiejętność z zestawu 1 „Przygotowuje plany, konspekty i materiały niezbędne do prowadzenia zajęć z treningu mentalnego” oraz zestawy 2, 3.</li> </ul> <p><b>1.2. Zasoby kadrowe</b></p> <p>Komisja składa się z co najmniej 3 osób. Skład komisji:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- psycholog sportu – osoba z wykształceniem psychologicznym (na poziomie magisterskim) i z dyplomem studiów podyplomowych z psychologii sportu, zajmująca się od co najmniej 5 lat pracą w obszarze psychologii sportu,</li> <li>- psycholog sportu – osoba z wykształceniem psychologicznym (na poziomie magisterskim) i z dyplomem studiów podyplomowych z psychologii sportu, zajmująca się od co najmniej 3 lat pracą w obszarze psychologii sportu,</li> <li>- psycholog lub pedagog – osoba z wykształceniem wyższym (na poziomie magisterskim), posiadająca co najmniej 5 lat doświadczenia w prowadzeniu zajęć z dziećmi i młodzieżą.</li> </ul> <p>Wymaga się, aby co najmniej jeden z członków komisji posiadał doświadczenie w zakresie działań związanych z wdrażaniem Zintegrowanego Systemu Kwalifikacji. Ponadto co najmniej dwie osoby wchodzące w skład komisji powinny posiadać udokumentowane doświadczenie w weryfikacji efektów uczenia się dorosłych (egzaminowanie).</p>
---

**1.3. Sposób organizacji walidacji oraz warunki organizacyjne i materialne**

Instytucja Certyfikująca musi zapewnić monitor/rzutnik, komputer (z klawiaturą i myszką), dostęp do Internetu, głośniki, tablicę i papier flipchart, flamastry.

**2. Etapy identyfikowania i dokumentowania**

Nie określa się wymagań do tych etapów.

**5. Warunki, jakie musi spełniać osoba przystępująca do walidacji**

Warunkiem przystąpienia do walidacji jest posiadanie kwalifikacji pełnej z poziomem 7 PRK (lub wyższym) w dyscyplinie psychologia.

**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 bezterminowo.

**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