

# APL-matris Instruktör inom Fritid och hälsa – GYM Elev:

	Åk 1	Åk 2	Åk 3
<p><b>Pedagogisk kompetens</b></p> <p><b>Handledarens kommentar:</b></p>	<p>visar vilja att orientera sig om verksamheten</p> <p>Eleven skall observera och tillgodogöra sig den information man får vid introduktionen. Eleven ska visa förståelse för vikten av att vara i tid.</p> <p>uppvisar ett lämpligt och ansvarsfullt beteende</p> <p>Ögonkontakt med kunder</p> <p>Trevligt kroppsspråk</p> <p>Ta initiativ till kontakt</p> <p>O Viss säkerhet O Med säkerhet O Utförligt med säkerhet</p>	<p>visar initiativförmåga i verksamheten</p> <p>Eleven önskar vara med i möten med olika yrkesgrupper tillsammans med sin handledare.</p> <p>hanterar på ett lämpligt och ansvarsfullt sätt sociala relationer i den vardagliga verksamheten</p> <p>Eleven visar intresse för alla yrkesgrupper på ett gym</p> <p>O Viss säkerhet O Med säkerhet O Utförligt med säkerhet</p>	<p>tar egna initiativ i de olika arbetsuppgifter som ingår i verksamheten</p> <p>Kundbemötande viktigt, arbetar utifrån kundens behov och mål och tillgodoser det tillsammans med kunden. Våga samarbeta med andra på arbetsplatsen och utomstående aktörer (hälsovård, sjukgymnast, naprapat).</p> <p>visar förmåga att axla ansvar inom nya områden</p> <p>Hålla sig uppdaterad och söka nya kunskaper om ny forskning samt ta hand om alla sorters kunder.</p> <p>har en väl utvecklad förmåga att omsätta egna kunskaper i den pedagogiska verksamheten</p> <p>Veta gränsen mellan vad jag kan och inte kan.</p> <p>O Viss säkerhet O Med säkerhet O Utförligt med säkerhet</p>

# APL-matris Instruktör inom Fritid och hälsa – GYM Elev:

	Åk 1	Åk 2	Åk 3
<p><b>Kommunikativ kompetens</b></p> <p><b>Handledarens kommentar:</b></p>	<p>visar förmåga att etablera kontakt</p> <p>Eleven presenterar sig för alla anställda på arbetsplatsen.</p> <p>kommunicerar på ett sätt som är tydligt för mottagaren</p> <p>Följer med och samtalar med handledaren.</p> <p>visar insikt om kroppsspråkets betydelse</p> <p>Korrekt uppförande med kunden i fokus.</p> <p><input type="radio"/> Viss säkerhet <input type="radio"/> Med säkerhet <input type="radio"/> Utförligt med säkerhet</p>	<p>visar god balans och medvetenhet mellan närhet och distans i olika sociala relationer</p> <p>Eleven visar stor förståelse för att alla är olika.</p> <p>anpassar kommunikationen till målgrupp och situation</p> <p>Eleven samråder med handledaren om kunders behov och mål.</p> <p>har ett kroppsspråk som uttrycker trygghet och tydlighet</p> <p>Eleven visar genom sitt kroppsspråk att de är närvarande och intresserade även om de inte säger något.</p> <p><input type="radio"/> Viss säkerhet <input type="radio"/> Med säkerhet <input type="radio"/> Utförligt med säkerhet</p>	<p>visar förmåga att etablera nära relationer utan att förlora den professionella integriteten</p> <p>Eleven är en empatisk ledare och god lyssnare.</p> <p>har förmåga att variera kommunikationen utifrån medvetna sociala och pedagogiska överväganden</p> <p>Eleverna resonerar om sociala medier utifrån sin yrkesroll.</p> <p>Sekretess är mycket viktigt.</p> <p>samverkar på ett konstruktivt sätt med olika aktörer</p> <p>Eleven ska våga samarbeta med andra på arbetsplatsen och utomstående aktörer (sjukvård, hälsovård, sjukgymnast, naprapat).</p> <p>kan tyda och förstå/tolka andras kroppsspråk</p> <p>Eleven är noggrann med vad som gäller i kontakten med kunden. Det ska göras klart innan träning startar.</p> <p><input type="radio"/> Viss säkerhet <input type="radio"/> Med säkerhet <input type="radio"/> Utförligt med säkerhet</p>

# APL-matris Instruktör inom Fritid och hälsa – GYM Elev:

	Åk 1	Åk 2	Åk 3
<p><b>Ledarskapsförmåga</b></p> <p><b>Handledarens kommentar:</b></p>	<p>visar intresse och förståelse för ledarens roll i det dagliga arbetet  <b>Följer med och samtalar med handledaren.</b></p> <p>planerar, genomför och utvärderar arbetsuppgifter  <b>Delta med olika yrkesgruppers verksamheter på gymmet och notera och återkoppla till handledaren. Eleven kan utföra enklare arbetsuppgifter.</b></p> <p><input type="radio"/> Viss säkerhet  <input type="radio"/> Med säkerhet  <input type="radio"/> Utförligt med säkerhet</p>	<p>visar förmåga att ta en ledande roll inom verksamheten  <b>Eleven får gärna komma med egna idéer till handledaren ang. utveckling av verksamheten.</b></p> <p>planerar, genomför och utvärderar arbetsuppgifter  <b>Eleven utarbetar tillsammans med handledaren träningsprogram för kund.</b></p> <p>identifierar problem och föreslår lösningar  <b>Eleven samråder med handledaren om det uppstår problem för kund under träning t.ex smärta.</b></p> <p>visar förmåga att utifrån konstruktiv kritik dra slutsatser och förändra sitt agerande  <b>Planera och återkoppla tillsammans med handledare.</b></p> <p><input type="radio"/> Viss säkerhet  <input type="radio"/> Med säkerhet  <input type="radio"/> Utförligt med säkerhet</p>	<p>är väl grundad i ett demokratiskt ledarskap <b>Det är viktigt att lyssna på kunden när det gäller smärta</b></p> <p>planerar, genomför och utvärderar arbetsuppgifter  <b>Hälsodeklaration, fystester, rörlighetstest, kondition- och kroppsättning. Utifrån testresultat göra kortsiktig plan, återkoppla, göra långsiktig plan med kontinuerlig utvärdering.</b></p> <p>försöker självständigt lösa problem inom verksamheten  <b>Kunna ta ansvar för sin kund.</b></p> <p>kan på ett tillfredsställande sätt analysera konsekvenserna av det egna agerandet  <b>Eleven tar råd av sina kollegor leder verksamheten på ett sätt som vittnar om självständighet</b></p> <p><b>Eleven tar råd av sina kollegor</b> uppvisar en god yrkesetisk medvetenhet <b>Alltid bära yrkeskläder med namnskylt. Inte tala illa om gym eller kollegor. Inte visa sin kropp.</b></p> <p><input type="radio"/> Viss säkerhet  <input type="radio"/> Med säkerhet  <input type="radio"/> Utförligt med säkerhet</p>

# APL-matris Instruktor inom Fritid och hälsa – GYM Elev:

	Åk 1	Åk 2	Åk 3
<p><b>Hälsofrämjande förhållningssätt</b></p> <p><b>Handledarens kommentar:</b></p>	<p>orienterar sig om den fysiska och psykosociala arbetsmiljöns betydelse</p> <p>Vara intresserad av arbetsmiljön på aktuell APL-plats. Gäller alla på gymmet förekommande arbetsuppgifter.</p> <p>inser sin egen betydelse som en förebild i ett hälsofrämjande förhållningssätt</p> <p>Eleven ska representera sig själv och sitt gym på ett föredömligt sätt.</p> <p><input type="radio"/> Viss säkerhet <input type="radio"/> Med säkerhet <input type="radio"/> Utförligt med säkerhet</p>	<p>inser sin egen betydelse för skapandet av en god arbetsmiljö (vi är varandras arbetsmiljö)</p> <p>Vara intresserad av arbetsmiljön på aktuell APL-plats. Gäller alla på gymmet förekommande arbetsuppgifter.</p> <p>är en hälsofrämjande förebild</p> <p>Eleven ska representera sig själv och sitt gym på ett föredömligt sätt.</p> <p><input type="radio"/> Viss säkerhet <input type="radio"/> Med säkerhet <input type="radio"/> Utförligt med säkerhet</p>	<p>identifierar risk- och friskfaktorer och ger förslag på åtgärder</p> <p>Eleven ska kunna HLR och den gymutrustning som finns på aktuellt gym.</p> <p>är en hälsofrämjande förebild</p> <p>Eleven måste träna själv och tänka på hur man betar sig på sin fritid. Eleven ska träna i alla typer av träningsutrustning. Tänk på sitt varumärke.</p> <p><input type="radio"/> Viss säkerhet <input type="radio"/> Med säkerhet <input type="radio"/> Utförligt med säkerhet</p>

Arbetsplats: \_\_\_\_\_

Handledarens namnteckning: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

**UTVECKLINGSPLAN APL**

Namn:

Årskurs:

Styrkor och utvecklingsbehov från föregående APL-period

Det här ska jag utveckla	Hur ska jag göra?	Handledarens råd till nästa APL

Utvecklingsbehov till nästa APL