

Progress DC – inauguracja programów nauczania i materiałów szkoleniowych dotyczących kompetencji przekrojowych

8 czerwca 2026 r.

Partnerstwo **ProgressDC** z sukcesem zakończyło realizację zadania **WP4.1: Programy nauczania i materiały szkoleniowe dotyczące kompetencji przekrojowych niezbędnych na rynku pracy**. To ważny kamień milowy oznacza ukończenie kompleksowych, wielojęzycznych ram szkoleniowych, których celem jest zmniejszenie luki pomiędzy sportem wyczynowym a długoterminową stabilnością kariery zawodowej.

O projekcie ProgressDC

ProgressDC (PROfessional Growth through Education in the Sport Sector by pursuing a Dual Career) jest projektem realizowanym w ramach programu Erasmus+. Projekt odpowiada na rzeczywistość, w której kariery zawodowych sportowców są często bardzo intensywne, lecz stosunkowo krótkotrwałe. Poprzez opracowanie ustrukturyzowanych ścieżek rozwoju zgodnych z europejskimi ramami kompetencji, projekt pomaga chronić sportowców przed wyzwaniami związanymi z wiekiem, kontuzjami czy nagłym zakończeniem kariery sportowej.

Inicjatywa realizowana jest na trzech poziomach:

Wzmacnianie organizacji sportowych poprzez przygotowanie wyspecjalizowanych Doradców ds. Kariery Dwutorowej (Dual Career Advisers).

Wyposażanie sportowców w kluczowe kompetencje miękkie oraz zapewnianie im indywidualnego wsparcia w planowaniu kariery zawodowej.

Podnoszenie świadomości wśród interesariuszy i instytucji odpowiedzialnych za politykę sportową na temat znaczenia zrównoważonych ścieżek kariery dwutorowej.

Kluczowy rezultat: nowy program kompetencji przekrojowych

Nowo opracowany program nauczania, bazujący bezpośrednio na wynikach wcześniejszych badań przeprowadzonych w ramach projektu, rozwija u uczestników kompetencje przekrojowe o wysokiej wartości dla rynku pracy. Kompetencje te zwiększają szanse na zatrudnienie, zdolność adaptacji do zmian oraz skuteczną integrację z rynkiem pracy.

Program został zaprojektowany specjalnie z myślą o osobach, które łączą wymagającą karierę sportową z rozwojem zawodowym, edukacyjnym lub przygotowaniem do wejścia na rynek pracy.

Struktura szkolenia została podzielona na pięć samodzielnych, wzajemnie uzupełniających się i stopniowo rozwijających modułów:

Nr modułu	Nazwa modułu	Czas trwania	Kluczowe obszary tematyczne
1	Umiejętności komunikacyjne	4 Godziny	Komunikacja werbalna i niewerbalna, aktywne słuchanie, udzielanie i przyjmowanie konstruktywnej informacji zwrotnej oraz pokonywanie barier komunikacyjnych.
2	Praca zespołowa i współpraca	3 Godziny	Zarządzanie dynamiką zespołu, definiowanie jasnych ról i zakresów odpowiedzialności, rozwiązywanie konfliktów, inteligencja emocjonalna oraz cyfrowe narzędzia wspierające współpracę.
3	Rozwiązywanie problemów i myślenie krytyczne	4 Godziny	Systematyczne podejście do złożonych wyzwań z wykorzystaniem modeli myślenia analitycznego, ram podejmowania decyzji oraz technik kreatywnego rozwiązywania problemów.
4	Zarządzanie czasem i zadaniami	4 Godziny	Metody ustalania priorytetów (Macierz Eisenhowera, cele SMART), optymalizacja produktywności oraz skuteczne zarządzanie stresem i obciążeniem pracą.
5	Kompetencje cyfrowe i zawodowe	3 Godziny	Budowanie profesjonalnej tożsamości online, tworzenie CV i portfolio, bezpieczna komunikacja cyfrowa oraz podstawowa świadomość w zakresie cyberbezpieczeństwa.

Wdrożenie i ciągła ocena jakości

Aby zapewnić natychmiastowe i praktyczne wykorzystanie programu w całej Europie, opracowany program nauczania ma w pełni **modułową i elastyczną strukturę**. Instytucje kształcenia i szkolenia zawodowego (VET), trenerzy oraz kluby sportowe mogą wykorzystywać go zarówno w formie **samodzielnych warsztatów**, jak i jako **kompleksową ścieżkę edukacyjną**.

Każdy moduł zawiera kompletny zestaw narzędzi dla prowadzących:

Materiały dla trenerów: gotowe do wykorzystania prezentacje PowerPoint.

Praktyczne zastosowanie: karty pracy dla uczestników, ćwiczenia refleksyjne oraz studia przypadków oparte na rzeczywistych sytuacjach występujących w środowisku sportowym.

Dwupoziomowy system oceny: połączenie ustrukturyzowanych kwestionariuszy ewaluacyjnych (mierzących satysfakcję uczestników oraz postrzegany rozwój kompetencji) z formalnymi testami wiedzy składającymi się z 10 pytań wielokrotnego wyboru. Takie rozwiązanie zapewnia zgodność z rygorystycznymi europejskimi standardami zapewniania jakości.

Kolejne kroki

Po zakończeniu etapu badań i oficjalnym uruchomieniu programu nauczania konsorcjum **ProgressDC** przechodzi do wdrażania opracowanych modułów w sieciach partnerskich projektu. Dzięki temu zarówno aktywni sportowcy, jak i osoby przygotowujące się do zakończenia kariery sportowej, otrzymają praktyczne narzędzia niezbędne do skutecznego wejścia i funkcjonowania na współczesnym rynku pracy.