

2.98.

SZAKKÉPZÉSI KERETTANTERV
az
54 813 02
SPORTEDZŐ (a sportág megjelölésével)
SZAKKÉPESÍTÉSHEZ

valamint a
XXXVII. SPORT
ÁGAZATHOZ

A szakképzési kerettanterv ágazatra vonatkozó része (4+1 évfolyamos képzésben az első négy évfolyamra, azaz a 9-12. középiskolai évfolyamokra, két évfolyamos szakképzésben az első évfolyamra előírt tartalom) a XXXVII. Sport ágazat alábbi szakképesítéseire egységesen vonatkozik:

54 813 01	Fitness-wellness instruktork
54 813 02	Sportedző (a sportág megjelölésével)

I. A szakképzés jogi háttere

A szakképzési kerettanterv

- a nemzeti köznevelésről szóló 2011. évi CXC. törvény,
- a szakképzésről szóló 2011. évi CLXXXVII. törvény,

valamint

- az Országos Képzési Jegyzékről és az Országos Képzési Jegyzék módosításának eljárásrendjéről szóló 150/2012. (VII. 6.) Kormányrendelet,
- az állam által elismert szakképesítések szakmai követelménymoduljairól szóló 217/2012. (VIII. 9.) Kormányrendelet,
- az 54 813 02 Sportedző (a sportág megjelölésével) szakképesítés szakmai és vizsgakövetelményeit tartalmazó rendelet

alapján készült.

II. A szakképesítés alapadatai

A szakképesítés azonosító száma: 54 813 02

A szakképesítés megnevezése: Sportedző (a sportág megjelölésével)

A szakmacsoport száma és megnevezése: 3. Oktatás

Ágazati besorolás száma és megnevezése: XXXVII. Sport

Iskolai rendszerű szakképzésben a szakképzési évfolyamok száma: 2

Elméleti képzési idő aránya: 40%

Gyakorlati képzési idő aránya: 60%

Az iskolai rendszerű képzésben az összefüggő szakmai gyakorlat időtartama:
5 évfolyamos képzés esetén a 9. évfolyamot követően 70 óra, a 10. évfolyamot követően 105 óra, a 11. évfolyamot követően 140 óra;
2 évfolyamos képzés esetén az első évfolyamot követően 160 óra

III. A szakképzésbe történő belépés feltételei

Iskolai előképzettség: érettségi végzettség

vagy iskolai előképzettség hiányában

Bemeneti kompetenciák: -

Szakmai előképzettség: -

Előírt gyakorlat: -

Egészségügyi alkalmassági követelmények: szükségesek

Pályaalkalmassági követelmények: -

IV. A szakképzés szervezésének feltételei

Személyi feltételek

A szakmai elméleti és gyakorlati képzésben a nemzeti köznevelésről szóló 2011. évi CXCV. törvény és a szakképzésről szóló 2011. évi CLXXXVII. törvény előírásainak megfelelő végzettséggel rendelkező pedagógus és egyéb szakember vehet részt.

Ezen túl az alábbi tantárgyak oktatására az alábbi végzettséggel rendelkező szakember alkalmazható:

Tantárgy	Szakképesítés/Szakképzettség
-	-

Tárgyi feltételek

A szakmai képzés lebonyolításához szükséges eszközök és felszerelések felsorolását a szakképesítés szakmai és vizsgakövetelménye (szvk) tartalmazza, melynek további részletei az alábbiak: nincs.

Ajánlás a szakmai képzés lebonyolításához szükséges további eszközökre és felszerelésekre: nincs.

V. A szakképesítés óraterve nappali rendszerű oktatásra

A szakközépiskolai képzésben a két évfolyamos képzés második évfolyamának (2/14.) szakmai tartalma, tantárgyi rendszere, órakerete megegyezik a 4+1 évfolyamos képzés érettségi utáni évfolyamának szakmai tartalmával, tantárgyi rendszerével, órakeretével. A két évfolyamos képzés első szakképzési évfolyamának (1/13.) ágazati szakközépiskolai szakmai tartalma, tantárgyi rendszere, összes órakerete megegyezik a 4+1 évfolyamos képzés 9-12. középiskolai évfolyamokra jutó ágazati szakközépiskolai szakmai tantárgyainak tartalmával, összes óraszámával.

Szakközépiskolai képzés esetén a heti és éves szakmai óraszámok:

évfolyam	heti óraszám szabadsáv nélkül	éves óraszám szabadsáv nélkül	heti óraszám szabadsávval	éves óraszám szabadsávval
9. évfolyam	5 óra/hét	180 óra/év	6 óra/hét	216 óra/év
Ögy.		70 óra		70 óra
10. évfolyam	6 óra/hét	216 óra/év	7 óra/hét	252 óra/év
Ögy.		105 óra		105 óra
11. évfolyam	7 óra/hét	252 óra/év	8 óra/hét	288 óra/év
Ögy.		140 óra		140 óra
12. évfolyam	10 óra/hét	320 óra/év	11 óra/hét	352 óra/év
5/13. évfolyam	31 óra/hét	992 óra/év	35 óra/hét	1120 óra/év

Összesen:	2275 óra		2543 óra
-----------	----------	--	----------

évfolyam	heti óraszám szabadsáv nélkül	éves óraszám szabadsáv nélkül	heti óraszám szabadsávval	éves óraszám szabadsávval
1/13. évfolyam	31 óra/hét	1116 óra/év	35 óra/hét	1260 óra/év
Ögy		160 óra		160 óra
2/14. évfolyam	31 óra/hét	992 óra/év	35 óra/hét	1120 óra/év
Összesen:		2268 óra		2540 óra

(A kizárólag 13-14. évfolyamon megszervezett képzésben, illetve a szakközépiskola 9-12. és ezt követő 13. évfolyamán megszervezett képzésben az azonos tantárgyakra meghatározott óraszámok közötti csekély eltérés a szorgalmi időszak heteinek eltérő száma, és az óraszámok oszthatósága miatt keletkezik!)

1. számú táblázat

A szakmai követelménymodulokhoz rendelt tantárgyak heti óraszámok évfolyamonként

Szakmai követelménymodulok	Tantárgyak	Ágazati szakképzés a közismereti oktatással párhuzamosan										Ágazati szakképzés közismeret nélkül			Szakképesítés-specifikus utolsó évf.	
		9.			10.			11.			12.		1/13			5/13 és 2/14.
		heti óraszám		ögy	heti óraszám		ögy	heti óraszám		ögy	heti óraszám		ögy	heti óraszám		heti óraszám
		e	gy		e	gy		e	gy		e	gy		e	gy	
11500-12 Munkahelyi egészség és biztonság	Munkahelyi egészség és biztonság	0,5											0,5			
11499-12 Foglalkoztatás II.	Foglalkoztatás II.															0,5
11498-12 Foglalkoztatás I. (érettségire épülő képzések esetén)	Foglalkoztatás I.															2
10323-12 Egészségügy és elsősegélynyújtás	Anatómiai-élettani ismeretek	2			2								4			
	Egészségtan							2					2			
	Terhelésélettan							2					2			
	Elsősegélynyújtás gyakorlat											4		4		
	Funkcionális anatómia										2		2			
10324-12 Edzéselmélet és gimnasztika	Edzéselmélet	0,5						1			1		2,5			
	Edzésprogramok gyakorlat		2			2			1			2		9		
	Gimnasztika elmélet				1						1		2			

	Gimnasztika gyakorlat					1			1					3			
10322-12 Pedagógiai, pszichológiai és kommunikációs alapok	Pedagógia- sportpedagógia															2	
	Pszichológia- sportpszichológia															1,5	
	Kommunikáció															0,5	
10325-12 Szervezés és vállalkozás alapjai	Sportmenedzsment															1,5	
	Vállalkozástan															1	
	Gazdálkodás, pénzügyi ismeretek															1	
10326-12 Sportági alapok	Sportági alapok elmélet															0,5	
	Sportági alapok gyakorlat																9,5
10327-12 Sportedzői szakismeretek	Sportági szakismeretek elmélet															1	
	Sportági szakismeretek gyakorlat																10
összes óra		3	2	70	3	3	105	5	2	140	4	6	15	16	160	11,5	19,5
összes óra		5			6	7		10	31		160	31					

A kerettanterv szakmai tartalma -a szakképzésről szóló 2011. évi CLXXXVII. törvény 8. § (5) bekezdésének megfelelően- a nappali rendszerű oktatásra meghatározott tanulói éves kötelező szakmai elméleti és gyakorlati óraszám legalább 90%-át lefedi.

Az időkeret fennmaradó részének (szabadsáv) szakmai tartalmáról a szakképző iskola szakmai programjában kell rendelkezni.

A szakmai és vizsgakövetelményben a szakképesítésre meghatározott elmélet/gyakorlat arányának a teljes képzési idő során kell teljesülnie.

2. számú táblázat

A szakmai követelménymodulokhoz rendelt tantárgyak és témakörök óraszása évfolyamonként

Szakmai követelmény-modul	Tantárgyak, témakörök	Ágazati szakközépiskolai képzés óraszása a közismereti oktatással párhuzamosan										Ágazati szakközépiskolai képzés összes óraszása 9-12. évfolyam	Ágazati szakközépiskolai képzés óraszása a közismeret nélkül			Szakképesítés-specifikus szakképzés óraszása 5/13. és 2/14.		A szak-képzés összes óra-száma	
		9.			10.			11.			12.		1/13.						
		e	gy	ögy	e	gy	ögy	e	gy	ögy	e	gy		e	gy	ögy	e	gy	
11500-12 Munkahelyi egészség és biztonság	Munkahelyi egészség és biztonság	18											18	18					18
	Munkavédelmi alapismeretek	4											4	4					4
	Munkahelyek kialakítása	4											4	4					4
	Munkavégzés személyi feltételei	2											2	2					2
	Munkaeszközök biztonsága	2											2	2					2
	Munkakörnyezeti hatások	2											2	2					2
	Munkavédelmi jogi ismeretek	4											4	4					4
11499-12 Foglalkoztatás II.	Foglalkoztatás II.																16		16
	Munkajogi alapismeretek																4		4
	Munkaviszony létesítése																4		4
	Álláskeresés																4		4

	Munkanélküliség																4		4
11498-12 Foglalkoztatás I. (érettségire épülő képzések esetén)	Foglalkoztatás I.																64		64
	Nyelvtani rendszerzés 1																8		8
	Nyelvtani rendszerzés 2																8		8
	Nyelvi képességfejlesztés																24		24
	Munkavállalói szókincs																24		24
10323-12 Egészségügy és elsősegély	Anatómiai- élettani ismeretek	72			72							144	144						144
	Szervek, szervrendszerek	36			36							72	72						72
	Szervrendszerek működése	36			36							72	72						72
	Egészségtan						72					72	72						72
	Sport és az életmód						36					36	36						36
	Sportártalmak, sportsérülések megelőzése						18					18	18						18
	Táplálkozás						18					18	18						18
	Terhelésélettan						72					72	72						72
	A terhelés hatása a szerv-rendszerekre						36					36	36						36
	Speciális terhelés- élettani sajátosságok						18					18	18						18
	Teljesítmény- fokozás						18					18	18						18

	Elsősegély-nyújtás gyakorlat										128	128		144				144
	Elsősegély-nyújtás módszerei (gyakorlat)										128	128		144				144
	Funkcionális anatómia									64		64	72					72
	A mozgás szervrendszere									32		32	36					36
	A sportmozgások anatómiai- élettani alapjai									32		32	36					36
10324-12 Edzéselmélet és gimnasztika	Edzéselmélet	18						36			32		86	90				90
	Alapfogalmak	18											18	18				18
	Motoros képességek							36					36	36				36
	Edzés módszertan									32		32	36					36
	Edzésprogramok		72			72		36			64	244		324				324
	Edzéslátogatás		72			72						144		216				216
	Motoros képességfejlesztés							36			64	100		108				108
	Gimnasztika elmélet				36					32		68	72					72
	A gimnasztika mozgásrendszere				36							36	36					36
	Gyakorlatelemzés és -tervezés									32		32	36					36
	Gimnasztika gyakorlat					36		36				72		108				108
	Szabad-gyakorlatok					36						36		54				54

	Eszközös gyakorlatok							36				36		54			54
10322-12 Pedagógiai, pszichológiai és kommunikációs alapok	Pedagógia-sportpedagógia															64	64
	Edzői szerepek															16	16
	Oktatási és nevelési folyamat															20	20
	Az edző-sportoló kapcsolat jellemzői															12	12
	Tehetség, tehetséggondozás															16	16
	Pszichológia-sportpszichológia															48	48
	A személyiség jellemző jegyei															28	28
	A sporttevékenység pszichológiai jellemzői															20	20
	Kommunikáció															16	16
	Kommunikáció a sportban															16	16
10325-12 Szervezés és vállalkozás alapjai	Sport-menedzsment															48	48
	Szervezési-vezetési ismeretek															20	20
	Sportmarketing															16	16
	Eseményszervezés															12	12
	Vállalkozástan															32	32
	A vállalkozás formái															16	16

	Jogi szabályozás															16		16
	Gazdálkodás – pénzügyi ismeretek															32		32
	A sport üzleti kérdései															16		16
	Pénzügyi alapok															16		16
10326-12 Sportági alapok	Sportági alapok elmélet															16		16
	A sportág története															4		4
	Versenyrendszer és szabályismeret															12		12
	Sportági alapok gyakorlat																304	304
	Sportágspecifikus gimnasztika és képességfejlesztés																150	150
	Sportági technika																154	154
10327-12 Sportedzői szakismeretek	Sportági szakismeretek elmélet															32		32
	A sportág jellemzői, szervezetrendszere															6		6
	Sportágspecifikus edzéstervezés															26		26
	Sportági szakismeretek gyakorlat																320	320
	Sportági taktika																20	20

Versenyeztetés, teljesítmény-fokozás																	140	140
Sportágspecifikus edzésvezetés																	140	140
Edzői szerep a gyakorlatban																	20	20
Összesen:	108	72	70	108	108	105	180	72	140	128	192		540	576	160	368	624	
Összesen:	180			216			252		140	320		1283	1116		160	992		2268
Elméleti óraszámok/aránya	892 óra / 39,2 % (4+1 évfolyamos képzésben);											908 óra / 40 % (2 évfolyamos képzésben)						
Gyakorlati óraszámok/aránya	1383 óra / 60,8 % (4+1 évfolyamos képzésben);											1360 óra / 60 % (2 évfolyamos képzésben)						

Jelmagyarázat: e/elmélet; gy/gyakorlat; ögy/összefüggő szakmai gyakorlat

A táblázatban aransárga háttérrel kiemelt szakmai követelménymodulok az ágazati közös tartalmakat jelölik.

A szakképzésről szóló 2011. évi CLXXXVII. törvény 8.§ (5) bekezdésének megfelelően a táblázatban a nappali rendszerű oktatásra meghatározott tanulói éves kötelező szakmai elméleti és gyakorlati óraszám legalább 90%-a felosztásra került.

A szakmai és vizsgakövetelményben a szakképesítésre meghatározott elmélet/gyakorlat arányának a teljes képzési idő során kell teljesülnie.

A tantárgyakra meghatározott időkeret kötelező érvényű, a témakörökre kialakított óraszám pedig ajánlás.

A

11500-12 azonosító számú

**Munkahelyi egészség és biztonság
megnevezésű**

szakmai követelménymodul

tantárgyai, témakörei

A 11500-12 azonosító számú, Munkahelyi egészség és biztonság megnevezésű szakmai követelménymodulhoz tartozó tantárgyak és témakörök oktatása során fejlesztendő kompetenciák

11500-12 Munkahelyi egészség és biztonság	Munkahelyi egészség és biztonság					
	Munkavédelmi alapismeretek	Munkahelyek kialakítása	Munkavégzés személyi feltételei	Munkaeszközök biztonsága	Munkakörnyezeti hatások	Munkavédelmi jogi ismeretek
FELADATOK						
Tudatosítja a munkahelyi egészség és biztonság jelentőségét	x					
Betartja és betartatja a munkahelyekkel kapcsolatos munkavédelmi követelményeket		x				
Betartja és betartatja a munkavégzés személyi és szervezési feltételeivel kapcsolatos munkavédelmi követelményeket			x			
Betartja és betartatja a munkavégzés tárgyi feltételeivel kapcsolatos munkavédelmi követelményeket				x		
A munkavédelmi szakemberrel, munkavédelmi képviselővel együttműködve részt vesz a munkavédelmi feladatok ellátásában		x	x	x	x	x
SZAKMAI ISMERETEK						
A munkahelyi egészség és biztonság, mint érték	x					
A munkabalesetek és foglalkozási megbetegedések hátrányos következményei	x					x
A munkavédelem fogalomrendszere, szabályozása	x					x
Munkahelyek kialakításának alapvető szabályai		x				
A munkavégzés általános személyi és szervezési feltételei			x			
Munkaeszközök a munkahelyeken				x		
Munkavédelmi feladatok a munkahelyeken						x
Munkavédelmi szakemberek és feladataik a munkahelyeken						x
A munkahelyi munkavédelmi érdekképviselő						x
SZAKMAI KÉSZSÉGEK						
Információforrások kezelése		x		x	x	
Biztonsági szín- és alakjelek		x				
Olvasott szakmai szöveg megértése	x	x	x	x	x	x
SZEMÉLYES KOMPETENCIÁK						
Felelősségtudat			x		x	x

Szabálykövetés	x					x
Döntésképeség					x	
TÁRSAS KOMPETENCIÁK						
Visszacsatolási készség	x				x	
Irányíthatóság			x		x	
Irányítási készség			x		x	
MÓDSZERKOMPETENCIÁK						
Rendszerező képesség	x				x	x
Körültekintés, elővigyázatosság		x			x	
Helyzetfelismerés		x		x	x	

1. Munkahelyi egészség és biztonság tantárgy

18 óra/18 óra*

* 9-13. évfolyamon megszervezett képzés/13. és 14. évfolyamon megszervezett képzés

1.1. A tantárgy tanításának célja

A tanuló általános felkészítése az egészséget nem veszélyeztető és biztonságos munkavégzésre, a biztonságos munkavállalói magatartáshoz szükséges kompetenciák elsajátíttatása.

Nincsen előtanulmányi követelmény.

1.2. Kapcsolódó közismereti, szakmai tartalmak

1.3. Témakörök

1.3.1. Munkavédelmi alapismeretek

4 óra/4 óra

A munkahelyi egészség és biztonság jelentősége

Történeti áttekintés. A szervezett munkavégzésre vonatkozó munkabiztonsági és munkaegészségügyi követelmények, továbbá ennek megvalósítására szolgáló törvénykezési, szervezési, intézményi előírások jelentősége. Az egészséget nem veszélyeztető és biztonságos munkavégzés személyi, tárgyi és szervezeti feltételeinek értelmezése.

A munkakörnyezet és a munkavégzés hatása a munkát végző ember egészségére és testi épségére

A munkavállalók egészségét és biztonságát veszélyeztető kockázatok, a munkakörülmények hatásai, a munkavégzésből eredő megterhelések, munkakörnyezet kóroki tényezők.

A megelőzés fontossága és lehetőségei

A munkavállalók egészségének, munkavégző képességének megóvása és a munkakörülmények humanizálása érdekében szükséges előírások jelentősége a munkabalesetek és a foglalkozással összefüggő megbetegedések megelőzésének érdekében. A műszaki megelőzés, zárt technológia, a biztonsági berendezések, egyéni védőeszközök és szervezési intézkedések fogalma, fajtái, és rendeltetésük.

Munkavédelem, mint komplex fogalom (munkabiztonság-munkaegészségügy)

Veszélyes és ártalmas termelési tényezők

A munkavédelem fogalomrendszere, források

A munkavédelemről szóló 1993. évi XCIII. törvény fogalom meghatározásai.

1.3.2. Munkahelyek kialakítása

4 óra/4 óra

Munkahelyek kialakításának általános szabályai

A létesítés általános követelményei, a hatásvédelem módjai, prioritások.

Szociális létesítmények

Öltözőhelyiségek, pihenőhelyek, tisztálkodó- és mellékhelyiségek biztosítása, megfelelősége.

Közlekedési útvonalak, menekülési utak, jelölések

Közlekedési útvonalak, menekülési utak, , helyiségek padlózata, ajtók és kapuk, lépcsők, veszélyes területek, akadálymentes közlekedés, jelölések.

Alapvető feladatok a tűzmelegelőzés érdekében

Tűzmelegelőzés, tervezés, létesítés, üzemeltetés, karbantartás, javítás és felülvizsgálat.

Tűzoltó készülékek, tűzoltó technika, beépített tűzjelző berendezés vagy tűzoltó berendezések. Tűzjelzés adása, fogadása, tűzjelző vagy tűzoltó központok, valamint távfelügyelet.

Termékfelelősség, forgalomba hozatal kritériumai.

Anyagmozgatás

Anyagmozgatás a munkahelyeken. Kézi és gépi anyagmozgatás fajtái. A kézi anyagmozgatás szabályai, hátsérülések megelőzése

Raktározás

Áruk fajtái, raktározás típusai

Munkahelyi rend és hulladékkezelés

Jelzések, feliratok, biztonsági szín-és alakjelek. Hulladékgazdálkodás, környezetvédelem célja, eszközei.

1.3.3. Munkavégzés személyi feltételei

2 óra/2 óra

A munkavégzés személyi feltételei: jogszerű foglalkoztatás, munkaköri alkalmasság orvosi vizsgálata, foglalkoztatási tilalmak, szakmai ismeretek, munkavédelmi ismeretek
A munkavégzés alapvető szervezési feltételei: egyedül végzett munka tilalma, irányítás szükségessége. Egyéni védőeszközök juttatásának szabályai.

1.3.4. Munkaeszközök biztonsága

2 óra/2 óra

Munkaeszközök halmazai

Szerszám, készülék, gép, berendezés fogalom meghatározása.

Munkaeszközök dokumentációi

Munkaeszköz üzembe helyezésének, használatba vételének dokumentációs követelményei és a munkaeszközre (mint termékre) meghatározott EK-megfelelőségi nyilatkozat, valamint a megfelelőséget tanúsító egyéb dokumentumok.

Munkaeszközök veszélyessége, eljárások

Biztonságtechnika alapelvei, veszélyforrások típusai, megbízhatóság, meghibásodás, biztonság. A biztonságtechnika jellemzői, kialakítás követelményei. Veszélyes munkaeszközök, üzembe helyezési eljárás.

Munkaeszközök üzemeltetésének, használatának feltételei

Feltétlenül és feltételesen ható biztonságtechnika, konstrukció, üzemviteli és emberi tényezők szerepe. Általános üzemeltetési követelmények. Kezelőelemek, védőberendezések kialakítása, a biztonságos működés ellenőrzése, ergonómiai követelmények.

1.3.5. Munkakörnyezeti hatások

2 óra/2 óra

Veszélyforrások, veszélyek a munkahelyeken (pl. zaj, rezgés, veszélyes anyagok és keverékek, stressz)

Fizikai, biológiai és kémiai hatások a dolgozókra, főbb veszélyforrások valamint a veszélyforrások felismerésének módszerei és a védekezés a lehetőségei.

A stressz, munkahelyi stressz fogalma és az ellene való védekezés jelentősége a munkahelyen.

A kockázat fogalma, felmérése és kezelése

A kockázatok azonosításának, értékelésének és kezelésének célja az egészséget nem veszélyeztető és biztonságos munkavégzés feltételeinek biztosításában, a munkahelyi balesetek és foglalkozási megbetegedések megelőzésben. A munkavállalók részvételének jelentősége

1.3.6. Munkavédelmi jogi ismeretek

4 óra/4 óra

A munkavédelem szabályrendszere, jogok és kötelezettségek

Az Alaptörvényben biztosított jogok az egészséget, biztonságot és méltóságot tiszteletben tartó munkafeltételekhez, a testi és lelki egészségének megőrzéséhez. A Munkavédelemről szóló 1993. évi XCIII. törvényben meghatározottak szerint a munkavédelem alapvető szabályai, a követelmények normarendszere és az érintett szereplők (állam, munkáltatók, munkavállalók) főbb feladatai. A kémiai biztonságról szóló 2000. évi XXV. törvény, illetve a Kormány, az ágazati miniszterek rendeleteinek szabályozási területei a további részletes követelményekről. A szabványok, illetve a munkáltatók helyi előírásainak szerepe.

Munkavédelmi feladatok a munkahelyeken

A munkáltatók alapvető feladatai az egészséget nem veszélyeztető és biztonságos munkakörülmények biztosítása érdekében. Tervezés, létesítés, üzemeltetés.

Munkavállalók feladatai a munkavégzés során.

Munkavédelmi szakemberek feladatai a munkahelyeken

Munkabiztonsági és munkaegészségügyi szaktevékenység keretében ellátandó feladatok. Foglalkozás-egészségügyi feladatok

Balesetek és foglalkozási megbetegedések

Balesetek és munkabalesetek, valamint a foglalkozási megbetegedések fogalma.

Feladatok munkabaleset esetén. A kivizsgálás, mint a megelőzés eszköze

Munkavédelmi érdekképviselő a munkahelyen

A munkavállalók munkavédelmi érdekképviselőjének jelentősége és lehetőségei. A választott képviselők szerepe, feladatai, jogai.

1.4. A képzés javasolt helyszíne (ajánlás)

Tanterem

1.5. A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek, tanulói tevékenységformák (ajánlás)

1.5.1. A tantárgy elsajátítása során alkalmazható tanulói tevékenységformák (ajánlás)

Sor-szám	Tanulói tevékenységforma	Tanulói tevékenység szervezési kerete (differenciálási módok)			Alkalmazandó eszközök és felszerelések
		Egyéni	Csoport-bontás	Osztály-keret	
1.	Információ feldolgozó tevékenységek				
1.1.	Hallott szöveg feldolgozása jegyzeteléssel			x	
2.	Ismeretalkalmazási gyakorló tevékenységek, feladatok				
2.1.	Szöveges előadás egyéni felkészüléssel	x	x		A tanult (vagy egy választott) szakma szabályainak veszélyei, ártalmai

1.5.2. A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek (ajánlás)

Sorszám	Alkalmazott oktatási módszer neve	A tanulói tevékenység szervezeti kerete			Alkalmazandó eszközök és felszerelések
		egyéni	csoport	osztály	
1.1	magyarázat			x	Szakkönyvek, munkavédelmi tárgyú jogszabályok
1.2.	megbeszélés		x		Munkabaleset, foglalkozási megbetegedés elemzése
1.3.	szemléltetés			x	Oktatófilmek (pl. NAPO)
1.4.	házi feladat	x			
1.5.	teszt	x			

1.6. A tantárgy értékelésének módja

A nemzeti köznevelésről szóló 2011. évi CXC. törvény 54. § (2) a) pontja szerinti értékeléssel.

A
11499-12 azonosító számú

Foglalkoztatás II.
megnevezésű

szakmai követelménymodul

tantárgyai, témakörei

A 11499-12 azonosító számú, Foglalkoztatás II. megnevezésű szakmai követelménymodulhoz tartozó tantárgyak és a témakörök oktatása során fejlesztendő kompetenciák

11499-12 Foglalkoztatás II.	Foglalkoztatás II.			
	Munkajogi alapismeretek	Munkaviszony létesítése	Álláskeresés	Munkanélküliség
FELADATOK				
Munkaviszonyt létesít	x	x		
Alkalmazza a munkaerőpiaci technikákat			x	
Feltérképezi a karrierlehetőségeket			x	
Vállalkozást hoz létre és működtet				x
Motivációs levelet és önéletrajzt készít			x	
Diákmunkát végez		x		
SZAKMAI ISMERETEK				
Munkavállaló jogai, munkavállaló kötelezettségei, munkavállaló felelőssége	x	x		
Munkajogi alapok, foglalkoztatási formák	x	x		
Speciális jogviszonyok (önkéntes munka, diákmunka)	x	x		
Álláskeresői módszerek			x	
Vállalkozások létrehozása és működtetése				x
Munkaügyi szervezetek			x	
Munkavállaláshoz szükséges iratok		x		
Munkaviszony létrejötte		x		
A munkaviszony adózási, biztosítási, egészség- és nyugdíjbiztosítási összefüggései	x	x		
A munkanélküli (álláskereső) jogai, kötelezettségei és lehetőségei			x	x
A munkaerőpiac sajátosságai (állásbörzék és pályaválasztási tanácsadás)			x	x
SZAKMAI KÉSZSÉGEK				
Köznyelvi olvasott szöveg megértése	x	x	x	x
Köznyelvi szöveg fogalmazása írásban	x	x	x	x
Elemi szintű számítógép használat	x	x	x	x
Információforrások kezelése	x	x	x	x
Köznyelvi beszédképesség	x	x	x	x
SZEMÉLYES KOMPETENCIÁK				
Önfejlesztés	x	x	x	x
Szervezőképesség			x	x
TÁRSAS KOMPETENCIÁK				
Kapcsolatteremtő készség		x	x	x
Határozottság	x	x	x	x

MÓDSZERKOMPETENCIÁK				
Logikus gondolkodás	x	x	x	x
Információgyűjtés	x	x	x	x

2. Foglalkoztatás II. tantárgy

16 óra

2.1. A tantárgy tanításának célja

A tanuló általános felkészítése az álláskeresés módszereire, technikáira, valamint a munkavállaláshoz, munkaviszony létesítéséhez szükséges alapismeretek elsajátítására.

2.2. Kapcsolódó közismereti, szakmai tartalmak

2.3. Témakörök

2.3.1. Munkajogi alapismeretek

4 óra

Munkavállaló jogai (megfelelő körülmények közötti foglalkoztatás, bérfizetés, költségterítés, munkaszerződés módosítás, szabadság), kötelezettségei (megjelenés, rendelkezésre állás, munkavégzés, magatartási szabályok, együttműködés, tájékoztatás), munkavállaló felelőssége (vétkesen okozott kárért való felelősség, megőrzési felelősség, munkavállalói biztosíték).

Munkajogi alapok: felek a munkajogviszonyban, munkaviszony létesítése, munkakör, munkaszerződés módosítása, megszűnése, megszüntetése, felmondás, végkielégítés, pihenőidők, szabadság.

Foglalkoztatási formák: munkaviszony, megbízási jogviszony, vállalkozási jogviszony, közalkalmazotti jogviszony, közszolgálati jogviszony.

Speciális jogviszonyok: egyszerűsített foglalkoztatás: fajtái: a tipikus munkavégzési formák az új Munka Törvénykönyve szerint (táv munka, bedolgozói munkaviszony, munkaerő-kölcsönzés, rugalmas munkaidőben történő foglalkoztatás, egyszerűsített foglalkoztatás (mezőgazdasági, turisztikai idénymunka és alkalmi munka), önfoglalkoztatás, őstermelői jogviszony, háztartási munka, iskolaszövetkezet keretében végzett diákmunka, önkéntes munka.

2.3.2. Munkaviszony létesítése

4 óra

Munkaviszony létrejötte, fajtái: munkaszerződés, teljes- és részmunkaidő, határozott és határozatlan munkaviszony, minimálbér és garantált bérminimum, képviselő szabályai, elállás szabályai, próbaidő.

Munkavállaláshoz szükséges iratok, munkaviszony megszűnésekor a munkáltató által kiadandó dokumentumok.

Munkaviszony adózási, biztosítási, egészség- és nyugdíjbiztosítási összefüggései: munkaadó járulékfizetési kötelezettségei, munkavállaló adó- és járulékfizetési kötelezettségei, biztosítottként egészségbiztosítási ellátások fajtái (pénzbeli és természetbeli), nyugdíj és munkaviszony.

2.3.3. Álláskeresés

4 óra

Karrierlehetőségek feltérképezése: önismeret, reális célkitűzések, helyi munkaerőpiac ismerete, mobilitás szerepe, képzések szerepe, foglalkoztatási támogatások ismerete.

Motivációs levél és önéletrajz készítése: fontossága, formai és tartalmi kritériumai, szakmai önéletrajz fajtái: hagyományos, Europass, amerikai típusú, önéletrajzban szereplő email cím és fénykép megválasztása, motivációs levél felépítése.

Álláskeresési módszerek: újsághirdetés, internetes álláskereső oldalak, személyes kapcsolatok, kapcsolati hálózat fontossága, EURES (Európai Foglalkoztatási Szolgálat az Európai Unióban történő álláskeresésben), munkaügyi szervezet segítségével történő álláskeresés, cégek adatbázisába történő jelentkezés, közösségi portálok szerepe.

Munkaerőpiaci technikák alkalmazása: Foglalkozási Információs Tanácsadó (FIT), Foglalkoztatási Információs Pontok (FIP), Nemzeti Pályaorientációs Portál (NPP).

Állásinterjú: felkészülés, megjelenés, szereplés az állásinterjún, testbeszéd szerepe.

2.3.4. Munkanélküliség

4 óra

A munkanélküli (álláskereső) jogai, kötelezettségei és lehetőségei: álláskeresőként történő nyilvántartásba vétel; a munkaügyi szervezettel történő együttműködési kötelezettség főbb kritériumai; együttműködési kötelezettség megszegésének szankciói; nyilvántartás szünetelése, nyilvántartásból való törlés; munkaügyi szervezet által nyújtott szolgáltatások, kiemelten a munkaközvetítés. Álláskeresési ellátások („passzív eszközök”): álláskeresési járadék és nyugdíj előtti álláskeresési segély. Utazási költségterítés.

Foglalkoztatást helyettesítő támogatás.

Közfoglalkoztatás: közfoglalkoztatás célja, közfoglalkoztatás célcsoportja, közfoglalkoztatás főbb szabályai

Munkaügyi szervezet: Nemzeti Foglalkoztatási Szervezet (NFSZ) felépítése, Nemzeti Munkaügyi Hivatal, munkaügyi központ, kirendeltség feladatai.

Az álláskeresők részére nyújtott támogatások („aktív eszközök”): önfoglalkoztatás támogatása, foglalkoztatást elősegítő támogatások (képzések, beralapú támogatások, mobilitási támogatások).

Vállalkozások létrehozása és működtetése: társas vállalkozási formák, egyéni vállalkozás, mezőgazdasági őstermelő, nyilvántartásba vétel, működés, vállalkozás megszűnésének, megszüntetésének szabályai.

A munkaerőpiac sajátosságai, NFSZ szolgáltatásai: pályaválasztási tanácsadás, munka- és pályatanácsadás, álláskeresési tanácsadás, álláskereső klub, pszichológiai tanácsadás.

2.4. A képzés javasolt helyszíne (ajánlás)

Tanterem

2.5. A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek, tanulói tevékenységformák (ajánlás)

2.5.1. A tantárgy elsajátítása során alkalmazható tanulói tevékenységformák (ajánlás)

Sor-szám	Tanulói tevékenységforma	Tanulói tevékenység szervezési kerete (differenciálási módok)			Alkalmazandó eszközök és felszerelések
		Egyéni	Csoport-bontás	Osztály-keret	
1.	Információ feldolgozó tevékenységek				
1.1.	Olvasott szöveg önálló feldolgozása	x			
1.2.	Olvasott szöveg feladattal vezetett feldolgozása	x			
1.3.	Olvasott szöveg feldolgozása jegyzeteléssel	x			
1.4.	Hallott szöveg feldolgozása jegyzeteléssel	x			
1.5.	Hallott szöveg feladattal vezetett feldolgozása	x			
1.6.	Információk önálló rendszerezése	x			
1.7.	Információk feladattal vezetett rendszerezése	x			
2.	Ismeretalkalmazási gyakorló tevékenységek, feladatok				
2.2.	Leírás készítése		x		
2.3.	Válaszolás írásban mondat szintű kérdésekre		x		
2.4.	Tesztfeladat megoldása		x		

2.5.2. A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek (ajánlás)

Sorszám	Alkalmazott oktatási módszer neve	A tanulói tevékenység szervezeti kerete			Alkalmazandó eszközök és felszerelések
		egyéni	csoport	osztály	
1.1	magyarázat	x			
1.4.	megbeszélés		x		
1.5.	vita		x		
1.6.	szemléltetés			x	
1.10.	szerepjáték		x		
1.11.	házi feladat			x	

2.6. A tantárgy értékelésének módja

A nemzeti köznevelésről szóló 2011. évi CXCV. törvény 54. § (2) a) pontja szerinti

értékeléssel.

A
11498-12 azonosító számú,
Foglalkoztatás I.
(érettségire épülő képzések esetén)
megnevezésű
szakmai követelménymodul
tantárgyai, témakörei

A 11498-12 azonosító számú, Foglalkoztatás I. (érettségire épülő képzések esetén) megnevezésű szakmai követelménymodulhoz tartozó tantárgyak és témakörök oktatása során fejlesztendő kompetenciák

11498-12 Foglalkoztatás I. (érettségire épülő képzések esetén)	Foglalkoztatás I.			
	Nyelvtani rendszerezés 1	Nyelvtani rendszerezés 2	Nyelvi készségefejlesztés	Munkavállalói szókincs
FELADATOK				
Idegen nyelven:				
bemutatkozik (személyes és szakmai vonatkozással)		x	x	x
alapadatokat tartalmazó formanyomtatványt kitölt	x	x	x	x
szakmai önéletrajzot és motivációs levelet ír	x	x	x	x
állásinterjún részt vesz	x	x	x	x
munkakörülményekről, karrier lehetőségekről tájékozódik				x
idegen nyelvű szakmai irányítás, együttműködés melletti munkát végez				x
munkával, szabadidővel kapcsolatos kifejezések megértése, használata	x	x	x	x
SZAKMAI ISMERETEK				
Idegen nyelven:				
szakmai önéletrajz és motivációs levél tartalma, felépítése				x
egy szakmai állásinterjú lehetséges kérdései, illetve válaszai		x	x	x
közvetlen szakmájára vonatkozó gyakran használt egyszerű szavak, szókapcsolatok				x
a munkakör alapkifejezései				x
SZAKMAI KÉSZSÉGEK				
Egyszerű formanyomtatványok kitöltése idegen nyelven	x			x
Szakmai állásinterjún elhangzó idegen nyelven feltett kérdések megértése, illetve azokra való reagálás értelmező, összetett mondatokban	x	x	x	x
SZEMÉLYES KOMPETENCIÁK				
Fejlődőképesség, önfejlesztés		x	x	
TÁRSAS KOMPETENCIÁK				
Nyelvi magabiztosság	x	x	x	
Kapcsolatteremtő készség		x	x	
MÓDSZERKOMPETENCIÁK				
Információgyűjtés		x	x	
Analitikus gondolkodás			x	
Deduktív gondolkodás			x	

3.1. A tantárgy tanításának célja

A tantárgy tanításának célja, hogy a diákok alkalmasak legyenek egy idegen nyelvű állásinterjún eredményesen és hatékonyan részt venni.

Ehhez kapcsolódóan tudjanak idegen nyelven személyes és szakmai vonatkozást is beleértve bemutatkozni, a munkavállaláshoz kapcsolódóan pedig egy egyszerű formanyomtatványt kitölteni.

Cél, hogy a rendelkezésre álló 64 tanóra egység keretén belül egyrészt egy nyelvtani rendszerezés történjen meg a legalapvetőbb igeidők, segédigék, illetve az állásinterjúhoz kapcsolódóan a legalapvetőbb mondat szerkesztési eljárások elsajátítása révén. Majd erre építve történjen meg az idegen nyelvi asszociatív memóriafejlesztés és az induktív nyelvtanulási készségfejlesztés 6 alapvető, a mindennapi életéhez kapcsolódó társalgási témakörön keresztül. Végül ezekre az ismertekre alapozva valósuljon meg a szakmájához kapcsolódó idegen nyelvi kompetenciafejlesztés.

3.2. Kapcsolódó közismereti, szakmai tartalmak:

idegen nyelvek

3.3. Témakörök

3.3.1. Nyelvtani rendszerezés 1

8 óra

A 8 órás nyelvtani rendszerezés alatt a tanulók a **legalapvetőbb igeidőket** átismétlik, illetve begyakorolják azokat, hogy munkavállaláshoz kapcsolódóan, hogy az állásinterjú során ne okozzon gondot a múlt, illetve a jövőre vonatkozó kérdések megértése, illetve az azokra adandó válaszok megfogalmazása. Továbbá alkalmas lesz a tanuló arra, hogy egy szakmai állásinterjún elhangzott kérdésekre összetett mondatokban legyen képes reagálni, helyesen használva az igeidő egyeztetést.

Az igeidők helyes begyakorlása lehetővé teszi számára, hogy mint leendő munkavállaló képes legyen arra, hogy a munkaszerződésben megfogalmazott tartalmakat helyesen értelmezze, illetve a jövőbeli karrierlehetőségeket feltérképezze. A célként megfogalmazott idegen nyelvi magbízottság csak az igeidők helyes használata révén fog megvalósulni.

3.3.2. Nyelvtani rendszerezés 2

8 óra

A 8 órás témakör során a diák a **kérdésszerkesztés, a jelen, jövő és múlt idejű feltételes mód**, illetve a **módbeli segédigék** (lehetőséget, kötelességet, szükségességet, tiltást kifejező) használatát eleveníti fel, amely révén idegen nyelven sokkal egzaktabb módon tud bemutatkozni szakmai és személyes vonatkozásban egyaránt. A segédigék jelentéstartalmának precíz és pontos ismerete alapján alkalmas lesz arra, hogy tudjon tájékozódni a munkahelyi és szabadidő lehetőségekről. Precízen meg tudja majd fogalmazni az

állásinterjún idegen nyelven feltett kérdésekre a választ kihasználva a segédigék által biztosított nyelvi precizitás adta kereteket. **A kérdésfeltevés alapvető szabályainak elsajátítása** révén alkalmassá válik a diák arra, hogy egy munkahelyi állásinterjún megértse a feltett kérdéseket, illetve esetlegesen ő maga is tisztázó kérdéseket tudjon feltenni a munkahelyi meghallgatás során. A szórend, a **prepozíciók és a kötőszavak** pontos használatának elsajátításával olyan **egyszerű mondszerkesztési eljárások birtokába jut, amely** által alkalmassá válik arra, hogy az állásinterjún elhangzott kérdésekre relevánsan tudjon felelni, illetve képes legyen tájékozódni a munkakörülményekről és lehetőségekről.

3.3.3. Nyelvi készségfejlesztés

24 óra

/Az induktív nyelvtanulási képesség és az idegen nyelvi asszociatív memória fejlesztése fonetikai készségfejlesztéssel kiegészítve/

A 24 órás nyelvi készségfejlesztő blokk során a diák rendszerezi az idegen nyelvi alapszókincshez kapcsolódó ismereteit. E szókincset alapul véve valósul meg az **induktív nyelvtanulási képességfejlesztés** és az **idegen nyelvi asszociatív memóriafejlesztés** 6 alapvető társalgási témakör szavai, kifejezésein keresztül. Az induktív nyelvtanulási képesség által egy adott idegen nyelv struktúráját meghatározó szabályok kikövetkeztetésére lesz alkalmas a tanuló. Ahhoz, hogy a diák koherensen lássa a nyelvet és ennek szellemében tudjon idegen nyelven reagálni, feltétlenül szükséges ennek a képességnek a minél tudatosabb fejlesztése. Ehhez szorosan kapcsolódik az idegen nyelvi asszociatív memóriafejlesztés, ami az idegen nyelvű anyag megtanulásának képessége: képesség arra, hogy létrejöjjön a kapcsolat az ingerek (az anyanyelv szavai, kifejezése) és a válaszok (a célnyelv szavai és kifejezései) között. Mind a két fejlesztés hétköznapi társalgási témakörök elsajátítása során valósul meg.

Az elsajátítandó témakörök:

- személyes bemutatkozás
- a munka világa
- napi tevékenységek, aktivitás
- lakás, ház
- utazás,
- étkezés

Ezen a témakörön keresztül valósul meg a fonetikai dekódolási képességfejlesztés is, amely során a célnyelv legfontosabb fonetikai szabályaival ismerkedik meg a nyelvtanuló.

3.3.4. Munkavállalói szókincs

24 óra

/Munkavállalással kapcsolatos alapvető szakszókincs elsajátítása/

A 24 órás szakmai nyelvi készségfejlesztés csak a 40 órás 3 alapozó témakör elsajátítása után lehetséges. Cél, hogy a témakör végére a diák folyékonyan tudjon bemutatkozni kifejezetten szakmai vonatkozással. Képes lesz a munkalehetőségeket feltérképezni a célnyelvi országban. Begyakorolja az alapadatokat tartalmazó formanyomtatvány kitöltését, illetve a szakmai önéletrajz és a motivációs levél megírásához szükséges rutint megszerzi. Elsajátítja azt a szakmai jellegű szókincset, ami alkalmassá teszi arra, hogy a munkalehetőségekről, munkakörülményekről tájékozódjon. A témakör tanulása során közvetlenül a szakmájára vonatkozó gyakran használt kifejezéseket sajátítja el. A munkaszerződések kulcskifejezéseinek elsajátítása és fordítása révén alkalmas lesz arra, hogy a leendő saját munkaszerződését, illetve munkaköri leírását lefordítsa és értelmezze.

3.4. A képzés javasolt helyszíne

Az órák kb. 50%-a egyszerű tanteremben történjen, egy másik fele pedig számítógépes tanterem, hiszen az oktatás egy jelentős részben digitális tananyag által támogatott formában zajlik.

3.5. A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek, tanulói tevékenységformák.

A tananyag kb. fele digitális tartalmú oktatási anyag, így speciálisak mind a módszerek, mind pedig a tanulói tevékenységformák.

3.3.5. A tantárgy elsajátítása során alkalmazható tanulói tevékenységformák

Sor-szám	Tanulói tevékenységforma	Tanulói tevékenység szervezési kerete (differenciálási módok)			Alkalmazandó eszközök és felszerelések
		Egyéni	Csoportbontás	Osztálykeret	
1.	Információ feldolgozó tevékenységek				
1.1.	Olvasott szöveg önálló feldolgozása	x			
1.2.	Olvasott szöveg feladattal vezetett feldolgozása	x			
1.3.	Hallott szöveg feldolgozása jegyzeteléssel			x	
1.4.	Hallott szöveg feladattal vezetett feldolgozása	x		x	
1.5.	Információk önálló rendszerezése	x			
1.6.	Információk feladattal vezetett rendszerezése	x			
2.	Ismeretalkalmazási gyakorló tevékenységek, feladatok				
2.1.	Levéliírás	x			

2.2.	Válaszolás írásban mondat szintű kérdésekre	x			
2.3.	Szöveges előadás egyéni felkészüléssel	x			
3.	Komplex információk körében				
3.1.	Elemzés készítése tapasztalatokról			x	
4.	Csoportos munkaformák körében				
4.1.	Feladattal vezetett kiscsoportos szövegfeldolgozás			x	
4.2.	Információk rendszerezése mozaikfeladattal	x			
4.3.	Csoportos helyzetgyakorlat			x	

3.3.6. A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek

Sorszám	Alkalmazott oktatási módszer neve	A tanulói tevékenység szervezeti kerete			Alkalmazandó eszközök és felszerelések
		egyéni	csoport	osztály	
1.1.	magyarázat			x	
1.2.	kiselőadás			x	
1.3.	megbeszélés			x	
1.4.	vita			x	
1.5.	szemléltetés			x	
1.6.	projekt		x		
1.7.	kooperatív tanulás		x		
1.8.	szerepjáték		x		
1.9.	házi feladat	x			
1.10.	digitális alapú feladatmegoldás	x			

3.6. A tantárgy értékelésének módja

A nemzeti köznevelésről szóló 2011. évi CXCV. törvény 54. § (2) a) pontja szerinti értékeléssel.

A
10323-12 azonosító számú
Egészségügy és elsősegélynyújtás
megnevezésű
szakmai követelménymodul
tantárgyai, témakörei

A 10323-12 azonosító számú, Egészségügy és elsősegélynyújtás megnevezésű szakmai követelménymodulhoz tartozó tantárgyak és témakörök oktatása során fejlesztendő kompetenciák

10323-12 Egészségügy és elsősegélynyújtás	Anatómiai-élettani ismeretek		Egészségtan			Terheléselettan			Elsősegélynyújtás gyakorlat	Funkcionális anatómia	
	Szervek, szervrendszerek	Szervrendszerek működése	Sport és az életmód	Sporttárgyak, sportsérülések megelőzése	Táplálkozás	Terhelés hatása a szervrendszerekre	Speciális terheléselettan sajátosságok	Teljesítménynyújtás	Elsősegélynyújtás módszerei (gyakorlat)	A mozgás szervrendszere	A sportmozgások anatómiai-élettani alapjai
FELADATOK											
Az edzések és mozgásos foglalkozások tervezésekor figyelembe veszi a szervezet anatómiai és élettani sajátosságait	x	x				x	x	x		x	x
Tanácsokat ad tanítványainak, illetve vendégeinek a testsúlyszabályozás kérdésében			x		x						
Elősegíti a helyes táplálkozási szokások kialakítását, megfelelő tanáccsal látja el a foglalkozásokon (edzéseken) résztvevőket			x		x						

Meggyőződéssel érvel a rendszeres testedzés és sportolás egészségre gyakorolt kedvező hatása mellett az ép és a fogyatékkal élő emberek számára egyaránt			x			x	x				
A mozgásos foglalkozások és az edzések tervezésekor és vezetésekor kiemelt figyelmet fordít a sportsérülések és az edzésártalmak megelőzésére				x							
Felismeri az edzésártalmak tüneteit, ennek megfelelően módosítja a foglalkozások (edzések) tartalmát				x							
Szakszerű elsősegélyt nyújt									x		
Indokolt esetben egészségügyi szakemberek (sportorvos, gyógytornász, stb.) segítségét kéri az edzésártalmak kivédéséhez, kezeléséhez, illetve a sérülések ellátásához				x					x		
Tudatosítja a tiltott teljesítményfokozás veszélyeit, meggyőzően érvel a fair play szabályainak betartása mellett								x			
Szakszerűen használja a megengedett teljesítményfokozás eszközeit						x	x	x			
Az életkori sajátosságoknak megfelelő fizikai terhelést alkalmaz						x	x	x			x
SZAKMAI ISMERETEK											
Az emberi szervezet felépítése	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
A mozgató szervrendszer, az edzés hatása a mozgató rendszerre	x	x								x	x

A szív és a keringési szervrendszer, az edzés hatása a keringési rendszerre	x	x									
A légzés szervrendszere, az edzés hatása a légző rendszerre	x	x									
A szabályozó szervrendszer, az edzés hatása a szabályozó rendszerre	x	x									
A kiválasztás szervrendszere	x										
Az emésztőrendszer és a tápanyagok, anyag- és energiaforgalom	x				x						
Az egészséges táplálkozás és a folyadékpótlás					x						
Testösszetétel, testalkat, elhízás és testsúlyszabályozás			x		x						
Az edzés és az energiaforgalom						x					
A fogyatékoság típusai							x				
A testedzés és a sport, mint az egészség megőrzésének eszköze			x								
Sportsérülések, sportártalmak megelőzése, gerinc és ízületvédelem				x							
Sportsérülések, elsősegélynyújtás				x				x			
A krónikus betegek testedzése, sportolása							x				
A teljesítménynyújtás lehetőségei és tiltott eszközei, azok élettani hatásai								x			
Fáradás, fáradtság, pihenés, regeneráció élettani háttere						x	x	x			
Életkorok biológiai és terheléselettani sajátosságai							x				
SZAKMAI KÉSZSÉGEK											
Szakmai beszédképesség			x	x	x	x	x	x	x		

Olvasott szakmai szöveg megértése	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Hallott szakmai szöveg megértése	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
SZEMÉLYES KOMPETENCIÁK											
Megbízhatóság	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Felelősségtudat	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Döntésképeség	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
TÁRSAS KOMPETENCIÁK											
Prezentációs készség			x	x	x						
Meggyőzőkészség			x	x	x			x	x		
Kapcsolatteremtő készség			x	x	x			x	x		
MÓDSZERKOMPETENCIÁK											
Gyakorlatias feladatelemzés	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Problémamegoldás, hibaelhárítás	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Körültekintés, elővigyázatosság	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x

4. Anatómiai-élettani ismeretek tantárgy

144 óra/144 óra*

* 9-13. évfolyamon megszervezett képzés/13. és 14. évfolyamon megszervezett képzés

4.1. A tantárgy tanításának célja

Alapvető célja az emberi szervezet felépítésének, működésének és szabályozásának bemutatása; ezen belül az egyes szervek működésében, azok összehangolásában, a szervezet szintű integrációban szerepet játszó folyamatok megtanítása. A tárgy kifejezetten alapozó jellegű, több későbbi képzési egységhez szolgáltat alapismereteket.

4.2. Kapcsolódó közismereti, szakmai tartalmak

A biológia-egészségtan tantárgyon belül: az emberi test, a szervezet anyagforgalma, az életműködések szabályozása, az immunrendszer és a bőr tematikai egységekhez kapcsolható, azokra építhető szakmai tartalmak.

A testnevelés és sport tantárgyon belül: az egészségkultúra-prevenció tematikai egységhez kapcsolható, azokra építhető szakmai tartalmak.

4.3. Témakörök

4.3.1. Szervek, szervrendszerek

72 óra/72 óra

Az emberi szervezet felépítése
A mozgató szervrendszer
A szív és a keringési rendszer
A légzés szervrendszere
A szabályozó szervrendszer
A kiválasztás szervrendszere
Az emésztőrendszer
Az idegrendszer

4.3.2. Szervrendszerek működése

72 óra/72 óra

A mozgató szervrendszer működése
A szív és a keringési rendszer működése
A légzés szervrendszere működése
A szabályozó szervrendszer működése
A kiválasztás szervrendszere működése
Az emésztőrendszer működése
Az idegrendszer működése

4.4. A képzés javasolt helyszíne (ajánlás)

Tanterem

4.5. A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek, tanulói tevékenységformák (ajánlás)

A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek (ajánlás)

Sorszám	Alkalmazott oktatási módszer neve	A tanulói tevékenység szervezeti kerete			Alkalmazandó eszközök és felszerelések (SZVK 6. pont lebontása, pontosítása)
		egyéni	csoport	osztály	
1.1	magyarázat			x	
1.2.	megbeszélés			x	
1.3.	vita			x	
1.4.	szemléltetés			x	
1.5.	házi feladat	x			

A tantárgy elsajátítása során alkalmazható tanulói tevékenységformák (ajánlás)

Sor-szám	Tanulói tevékenységforma	Tanulói tevékenység szervezési kerete (differenciálási módok)			Alkalmazandó eszközök és felszerelések (SZVK 6. pont lebontása, pontosítása)
		Egyéni	Csoport-bontás	Osztály-keret	
1.	Információ feldolgozó tevékenységek				
1.1.	Hallott szöveg feldolgozása jegyzeteléssel	x			
1.2.	Hallott szöveg feladattal vezetett feldolgozása		x		
1.3.	Információk feladattal vezetett rendszerezése			x	
2.	Ismeretalkalmazási gyakorló tevékenységek, feladatok				
2.1.	Írásos elemzések készítése	x			
2.2.	Tesztfeladat megoldása	x			
2.3.	Tapasztalatok utólagos ismertetése szóban			x	

4.6. A tantárgy értékelésének módja

A nemzeti köznevelésről szóló 2011. évi CXC. törvény 54. § (2) a) pontja szerinti értékeléssel.”

5. Egészségtan tantárgy

72 óra/72 óra*

* 9-13. évfolyamon megszervezett képzés/13. és 14. évfolyamon megszervezett képzés

5.1.A tantárgy tanításának célja

Az egészségtan célja, hogy olyan korszerű ismeretekkel ruházza fel a tanulókat, melyek segítik őket az egészség védelmében. Alapvető fontosságú az életmód, a sport és az egészségi állapot közti összefüggés felismerése, a sportoló önmagával szembeni felelősségérzet kialakulása és az a tény, hogy az egészség megőrzése nagyban függ az egyén választásaitól és kapcsolatainak minőségétől.

5.2.Kapcsolódó közismereti, szakmai tartalmak

A biológia-egészségtan tantárgyon belül: az emberi test, a szervezet anyagforgalma, az életműködések szabályozása, az immunrendszer és a bőr tematikai egységekhez kapcsolható, azokra építhető szakmai tartalmak.

A testnevelés és sport tantárgyon belül: az egészségkultúra-prevenció tematikai egységhez kapcsolható, azokra építhető szakmai tartalmak.

5.3. Témakörök

5.3.1. Sport és az életmód

36 óra/36 óra

Alapfogalmak, definíciók

A testedzés, a sport, az egészségmegőrzés kapcsolata

A sport és a környezetvédelem összefüggései

A sport, mint a minőségi élet összetevője

Fitness-wellness alapismeretei

A sportrekreáció egészségtani vonatkozásai

A sport szerepe a stresszoldásban

5.3.2. Sportártalmak, sportsérülések megelőzése

18 óra/18 óra

Sportártalmak típusai

Sportsérülések típusai

A sportártalmak, sportsérülések megelőzésének módszerei

Rehabilitáció a sportban

5.3.3. Táplálkozás

18 óra/18 óra

Egészséges táplálkozás

A folyadékpótlás fontossága

Testösszetétel, testalkat

Elhízás és testsúlyszabályozás

Az edzés és az energiaforgalom

5.4. A képzés javasolt helyszíne (ajánlás)

Tanterem

5.5. A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek, tanulói

tevékenységformák (ajánlás)

A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek (ajánlás)

Sorszám	Alkalmazott oktatási módszer neve	A tanulói tevékenység szervezeti kerete			Alkalmazandó eszközök és felszerelések (SZVK 6. pont lebontása, pontosítása)
		egyéni	csoport	osztály	
1.1.	magyarázat			x	
1.2.	megbeszélés			x	
1.3.	vita			x	
1.4.	szemléltetés			x	
1.5.	házi feladat	x			

A tantárgy elsajátítása során alkalmazható tanulói tevékenységformák (ajánlás)

Sor-szám	Tanulói tevékenységforma	Tanulói tevékenység szervezési kerete (differenciálási módok)			Alkalmazandó eszközök és felszerelések (SZVK 6. pont lebontása, pontosítása)
		Egyéni	Csoport-bontás	Osztály-keret	
1.	Információ feldolgozó tevékenységek				
1.1.	Hallott szöveg feldolgozása jegyzeteléssel	x			
1.2.	Hallott szöveg feladattal vezetett feldolgozása		x		
1.3.	Információk feladattal vezetett rendszerezése			x	
2.	Ismeretalkalmazási gyakorló tevékenységek, feladatok				
2.1.	Írásos elemzések készítése	x			
2.2.	Tesztfeladat megoldása	x			
2.3.	Tapasztalatok utólagos ismertetése szóban			x	

5.6. A tantárgy értékelésének módja

A nemzeti köznevelésről szóló 2011. évi CXC. törvény 54. § (2) a) pontja szerinti értékeléssel.

* 9-13. évfolyamon megszervezett képzés/13. és 14. évfolyamon megszervezett képzés

6.1. A tantárgy tanításának célja

A terhelésélettan tantárgy tanításának célja megismertetni a tanulókat azokkal a módszerekkel, amelyek segítséget nyújtanak abban, hogy megállapítsák: egy emberi szervezet milyen fizikai állapotban van, illetve az edzés milyen hatást gyakorol a szervezetre. Felkészíteni a tanulókat a teljesítményfokozás módszereinek és eszközeinek alkalmazására.

6.2. Kapcsolódó közismereti, szakmai tartalmak

A biológia-egészségtan tantárgyon belül: az emberi test, a szervezet anyagforgalma, az életműködések szabályozása, az immunrendszer és a bőr tematikai egységekhez kapcsolható, azokra építhető szakmai tartalmak.

A testnevelés és sport tantárgyon belül: az egészségkultúra-prevenció tematikai egységhez kapcsolható, azokra építhető szakmai tartalmak.

6.3. Témakörök

6.3.1. A terhelés hatása a szervrendszerekre

36 óra/36 óra

Az edzés hatása a mozgató szervrendszerre

Az edzés hatása a szívre és a keringési rendszerre

Az edzés hatása a légzés szervrendszerére

Az edzés hatása a szabályozó szervrendszerre

Az edzés hatása a kiválasztás szervrendszerére

Az edzés hatása az emésztőrendszerre

Az edzés hatása az idegrendszerre

6.3.2. Speciális terhelésélettani sajátosságok

18 óra/18 óra

A fogyatékoság típusai, ismérvek

A fogyatékos emberek sportoltatása

Krónikus betegek testedzése, sportolása

A terhesség alatti sportolás sajátosságai

A különböző életkorok biológiai - terhelésélettani sajátosságai

6.3.3. Teljesítményfokozás

18 óra/18 óra

A teljesítményfokozás elvei

A teljesítményfokozás módszerei és eszközei

A teljesítményfokozás megengedett módszerei, eszközei

A teljesítményfokozás tiltott módszerei, eszközei (dopping)

Az antidopping program fontosabb elemei

Fair play

6.4. A képzés javasolt helyszíne (ajánlás)

Tanterem

6.5. A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek, tanulói tevékenységformák (ajánlás)

A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek (ajánlás)

Sorszám	Alkalmazott oktatási módszer neve	A tanulói tevékenység szervezeti kerete			Alkalmazandó eszközök és felszerelések (SZVK 6. pont lebontása, pontosítása)
		egyéni	csoport	osztály	
1.1.	magyarázat			x	
1.2.	megbeszélés			x	
1.3.	vita			x	
1.4.	szemléltetés			x	
1.5.	házi feladat	x			

A tantárgy elsajátítása során alkalmazható tanulói tevékenységformák (ajánlás)

Sor-szám	Tanulói tevékenységforma	Tanulói tevékenység szervezési kerete (differenciálási módok)			Alkalmazandó eszközök és felszerelések (SZVK 6. pont lebontása, pontosítása)
		Egyéni	Csoport-bontás	Osztály-keret	
1.	Információ feldolgozó tevékenységek				
1.1.	Hallott szöveg feldolgozása jegyzeteléssel	x			
1.2.	Hallott szöveg feladattal vezetett feldolgozása		x		
1.3.	Információk feladattal vezetett rendszerezése			x	
2.	Ismeretalkalmazási gyakorló tevékenységek, feladatok				
2.1.	Írásos elemzések készítése	x			
2.2.	Tesztfeladat megoldása	x			
2.3.	Tapasztalatok utólagos ismertetése szóban			x	

6.6. A tantárgy értékelésének módja

A nemzeti köznevelésről szóló 2011. évi CXCV. törvény 54. § (2) a) pontja szerinti értékeléssel.

7. Elsősegélynyújtás gyakorlat tantárgy

128 óra/144 óra*

* 9-13. évfolyamon megszervezett képzés/13. és 14. évfolyamon megszervezett képzés

7.1. A tantárgy tanításának célja

Az elsősegélynyújtás tantárgy célja, hogy a tanulók megismerjék a legfontosabb általános és konkrét feladatokat a hirtelen fellépő egészségkárosodások esetén. Tanulják meg azokat a biztonságos és hatékony beavatkozásokat, amelyek segítségével közvetlen életmentő vagy a súlyosbodást megelőző eredményt érhetnek el.

7.2. Kapcsolódó közismereti, szakmai tartalmak

A biológia-egészségtan tantárgyon belül: az emberi test, a szervezet anyagforgalma, az életműködések szabályozása, az immunrendszer és a bőr tematikai egységekhez kapcsolható, azokra építhető szakmai tartalmak.

A testnevelés és sport tantárgyon belül: az egészségkultúra-prevenció tematikai egységhez kapcsolható, azokra építhető szakmai tartalmak.

7.3. Témakörök

7.3.1. Elsősegélynyújtás módszerei (gyakorlat)

128 óra/144 óra

Alapfogalmak, definíciók

A sérült vizsgálata

Csont és ízületi sérülések és ellátásuk

Néhány jellegzetes sérülés és ellátása (pl. agyrázkódás, orrvérzés stb.)

Az eszméletlenség veszélyei, az eszméletlen sportoló ellátása

Stabil oldalfekvő helyzet kivitelezése

A lélegeztetés

A mellkaskompresszió, a mellkasnyomás

Az újraélesztés

Vizsgálati protokoll rosszullét esetén

A sebek fajtái

Vérzések típusai és ellátásuk

Sokk és az ellátása

Vízből mentés

7.4. A képzés javasolt helyszíne (ajánlás)

Tanterem, uszoda

7.5. A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek, tanulói tevékenységformák (ajánlás)

A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek (ajánlás)

Sorszám	Alkalmazott oktatási módszer neve	A tanulói tevékenység szervezeti kerete			Alkalmazandó eszközök és felszerelések (SZVK 6. pont lebontása, pontosítása)
		egyéni	csoport	osztály	
1.1.	magyarázat			x	
1.2.	megbeszélés			x	
1.3.	vita			x	
1.4.	szemléltetés			x	
1.5.	projekt		x		
1.6.	szimuláció		x		
1.7.	házi feladat			x	

A tantárgy elsajátítása során alkalmazható tanulói tevékenységformák (ajánlás)

Sor-szám	Tanulói tevékenységforma	Tanulói tevékenység szervezési kerete (differenciálási módok)			Alkalmazandó eszközök és felszerelések (SZVK 6. pont lebontása, pontosítása)
		Egyéni	Csoport-bontás	Osztály-keret	
1.	Információ feldolgozó tevékenységek				
1.1.	Hallott szöveg feldolgozása jegyzeteléssel	x			
1.2.	Hallott szöveg feladattal vezetett feldolgozása		x		
1.3.	Információk feladattal vezetett rendszerezése			x	
2.	Ismeretalkalmazási gyakorló tevékenységek, feladatok				
2.1.	Írásos elemzések készítése	x			
2.2.	Tesztfeladat megoldása	x			
2.3.	Tapasztalatok utólagos ismertetése szóban			x	
3.	Komplex információk körében				
3.1.	Elemzés készítése tapasztalatokról	x			
3.2.	Jegyzetkészítés eseményről kérdéssor alapján	x			
4.	Csoportos munkaformák körében				
4.1.	Kiscsoportos szakmai munkavégzés irányítással		x		
4.2.	Csoportos helyzetgyakorlat		x		
5.	Gyakorlati munkavégzés körében				
5.1.	Műveletek gyakorlása			x	

7.6. A tantárgy értékelésének módja

A nemzeti köznevelésről szóló 2011. évi CXC. törvény 54. § (2) a) pontja szerinti értékeléssel.

8. Funkcionális anatómia tantárgy

64 óra/72 óra*

* 9-13. évfolyamon megszervezett képzés/13. és 14. évfolyamon megszervezett képzés

8.1. A tantárgy tanításának célja

A tantárgy tanításának célja, hogy a hallgató megismerje az emberi test anatómiáját és működését fizikai aktivitás, sporttevékenység végzése közben, komplex megközelítésben. Magába foglalja a mozgástani alapismereteket, a mozgásrendszer funkcionális vizsgálatának és a mozgások funkcionális elemzésének ismeretköreit.

8.2. Kapcsolódó közismereti, szakmai tartalmak

A biológia-egészségtan tantárgyon belül: az emberi test, a szervezet anyagforgalma, az életműködések szabályozása, az immunrendszer és a bőr tematikai egységekhez kapcsolható, azokra építhető szakmai tartalmak.

A testnevelés és sport tantárgyon belül: az egészségkultúra-prevenció tematikai egységhez kapcsolható, azokra építhető szakmai tartalmak.

8.3. Témakörök

8.3.1. A mozgás szervrendszere

32 óra/36 óra

A mozgás szervrendszerének passzív részének általános jellemzői
(csontvázrendszer)

A csontok feladata, alkotói

A csontok fejlődése, csontosodás

A csontok járulékos részei

A csontok összeköttetései

A mozgás szervrendszerének aktív részének általános jellemzői
(izomrendszer)

Az izomrendszer felosztása

Az izmok működése

Az izmok segítő szervei

Izomélettani ismeretek

Az izomműködés energiaszabályozása

8.3.2. A sportmozgások anatómiai-élettani alapjai

32 óra/36 óra

A mozgásszabályozás anatómiai szerveződése

A különböző edzésfajták hatása a mozgató szervrendszerre

A motoros fejlődés

A komplex mozgások tanulása és rögzülése

A mozgás és erő kifejtés

A terhelésélettani vizsgálatok típusai, szerepe

8.4. A képzés javasolt helyszíne (ajánlás)

Tanterem

8.5. A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek, tanulói tevékenységformák (ajánlás)

A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek (ajánlás)

Sorszám	Alkalmazott oktatási módszer neve	A tanulói tevékenység szervezeti kerete			Alkalmazandó eszközök és felszerelések (SZVK 6. pont lebontása, pontosítása)
		egyéni	csoport	osztály	
1.1.	magyarázat			x	
1.2.	megbeszélés			x	
1.3.	vita			x	
1.4.	szemléltetés			x	
1.5.	házi feladat	x			

A tantárgy elsajátítása során alkalmazható tanulói tevékenységformák (ajánlás)

Sor-szám	Tanulói tevékenységforma	Tanulói tevékenység szervezési kerete (differenciálási módok)			Alkalmazandó eszközök és felszerelések (SZVK 6. pont lebontása, pontosítása)
		Egyéni	Csoport-bontás	Osztály-keret	
1.	Információ feldolgozó tevékenységek				
1.1.	Hallott szöveg feldolgozása jegyzeteléssel	x			
1.2.	Hallott szöveg feladattal vezetett feldolgozása		x		
1.3.	Információk feladattal vezetett rendszerezése			x	
2.	Ismeretalkalmazási gyakorló tevékenységek, feladatok				
2.1.	Írásos elemzések készítése	x			
2.2.	Tesztfeladat megoldása	x			
2.3.	Tapasztalatok utólagos ismertetése szóban			x	

8.6. A tantárgy értékelésének módja

A nemzeti köznevelésről szóló 2011. évi CXCV. törvény 54. § (2) a) pontja szerinti értékeléssel.

A
10324-12 azonosító számú
Edzéselmélet és gimnasztika
megnevezésű
szakmai követelménymodul
tantárgyai, témakörei

A 10324-12 azonosító számú, Edzéselmélet és gimnasztika megnevezésű szakmai követelménymodulhoz tartozó tantárgyak és témakörök oktatása során fejlesztendő kompetenciák

10324-12 Edzéselmélet és gimnasztika	Edzéselmélet			Edzés-programok gyakorlat		Gimnasztika elmélet		Gimnasztika gyakorlat	
	Alapfogalmak	Motoros képességek	Edzés módszertan	Edzés látogatás	Motoros képesség-fejlesztés	A gimnasztika mozgásrendszere	Gyakorlat elemzés és -tervezés	Szabad gyakorlatok	Eszközös gyakorlatok
FELADATOK									
Az edzés, illetve a foglalkozás céljainak megfelelően összeállítja az edzésprogramot, illetve a gyakorlatanyagot			x						
A résztvevők életkorának, edzettségi (fittségi) állapotának megfelelően meghatározza a terhelési tényezőket	x						x		
Tudatosítja tanítványaiban az egyes edzésfeladatok (foglalkozásrészek) jelentőségét és szerepét a távlati célok elérésében			x						
A korszerű edzéselvek és -módszerek figyelembevételével célirányosan fejleszti a foglalkozásokon résztvevők motoros képességeit	x	x			x			x	x
Munkája során figyelembe veszi a fejleszthetőség szenzitív időszakait, ugyanakkor törekszik a képességek harmonikus fejlesztésére is		x			x			x	x

Elemzi és értékeli az edzéstervek (foglalkozásterv) gyakorlati megvalósítását, a tapasztalatokat hasznosítja további munkája során			x	x					
Az edzés (foglalkozás) feladatához igazodó, szakszerű bemelegítést és levezetést alkalmaz				x		x	x	x	
A mozgások tanítása során felhasználja a sportoktatás általános elveit és módszereit			x						
Változatos formában használja a gimnasztika mozgás- és gyakorlatrendszerét		x			x	x	x	x	x
A gyakorlatok hatását szakszerűen elemzi		x			x		x		
Meghatározza az adott motoros képesség fejlesztését célzó gyakorlatokat		x			x		x	x	x
Pontosan és közérthetően használja a szaknyelvet	x					x			
Szükség esetén rajzírást alkalmaz							x		
A körülmények együttes mérlegelését követően kiválasztja a megfelelő gyakorlatvezetési módszert								x	x
Szakszerűen és hatékonyan irányítja a gyakorlatok végrehajtását				x	x			x	x
SZAKMAI ISMERETEK									
Edzés, fittség, edzettség, teljesítőképesség, teljesítőkézség	x								
Edzésterhelés, elfáradás	x			x	x				
Az alkalmazkodás	x								
Edzéseszközök és a terhelés összetevői	x			x	x		x		
Edzéstervezés, edzéselvek és edzés módszerek			x				x		
Kondicionális képességek fajtái és fejlesztésük elmélete		x					x		
Az ízületi mozgékonyág fejlesztésének elmélete		x					x		
Mozgáskoordináció és mozgásszerkezet		x		x	x		x		
Mozgástanulás, mozgástanítás			x	x					
A motoros képességek fejlesztésének szenzitív időszakai		x	x						

A gimnasztika mozgás- és gyakorlatrendszer						x		x	x
A gimnasztika szakleírása és a gyakorlatok ábrázolása						x	x		
Gyakorlatok tervezése, gyakorlatvariálás és kombinálás							x		
Gyakorlatelemzés, izomterkép		x					x		
Az általános bemelegítés és levezetés				x				x	
Motoros képességek fejlesztése a gimnasztika mozgásanyagával		x			x		x	x	x
Gyakorlatvezetési módszerek								x	x
SZAKMAI KÉSZSÉGEK									
Szakmai beszédképesség	x		x			x			
Szakmai nyelv használata	x	x	x			x		x	x
Motoros készség				x	x			x	x
Sportszerek és -eszközök célirányos alkalmazása				x	x		x	x	x
Mozgáselemzés, hibajavítás képessége			x	x	x		x		
SZEMÉLYES KOMPETENCIÁK									
Pontosság				x	x			x	x
Fejlődőképesség, önfejlesztés				x	x			x	x
TÁRSAS KOMPETENCIÁK									
Irányítási készség				x	x			x	x
Közérthetőség				x	x			x	x
Motiváló készség				x	x			x	x
MÓDSZERKOMPETENCIÁK									
Módszeres munkavégzés			x	x	x		x	x	x
Körültekintés, elővigyázatosság			x		x				x
Kontroll (ellenőrzőképesség)			x	x			x		

9. Edzéselmélet tantárgy

86 óra/90 óra*

* 9-13. évfolyamon megszervezett képzés/13. és 14. évfolyamon megszervezett képzés

9.1. A tantárgy tanításának célja

Az edzéselmélet tantárgy tanításának célja, hogy a tanulók átfogó és rendszerezett ismereteket kapjanak a testedzéssel kapcsolatos fogalmakról, megértsék a fizikai terhelés hatásmechanizmusát, a terhelésszabályozás módszereit, az edzéstervezés folyamatát, továbbá helyesen értelmezzék az elfáradás jeleit. Ismertesse meg a tanulókkal a motoros képességek fajtáit és jellemzőit, továbbá közvetítse mindazokat az ismereteket, amelyek a hatékony edzéstervezési és edzésvezetési folyamatok előfeltételeit jelentik.

9.2. Kapcsolódó közismereti, szakmai tartalmak

A testnevelés és sport tantárgyon belül: az egészségkultúra-prevenció tematikai egységhez kapcsolható, azokra építhető szakmai tartalmak.

A biológia-egészségtan tantárgyon belül: az emberi test és a szervezet anyagforgalma tematikai egységekhez kapcsolható, azokra építhető szakmai tartalmak.

9.3. Témakörök

9.3.1. Alapfogalmak

18 óra/18 óra

Testkultúra, mozgás, fizikai aktivitás

Sport, fitness, rekreáció

Edzés, edzésrendszer

Edzés módszerek

Edzéstípusok, edzescélok

Edzésszerek

Az edzés szerkezete

Teljesítmény: teljesítőkéesség, teljesítőkéesség

Stressz-elmélet és edzésterhelés

Külső és belső terhelés

A terhelés összetevői: intenzitás, ingersűrűség, gyakoriság, terjedelem, időtartam, bonyolultság

Az elfáradás

Az elfáradás szakaszai, típusai

Elfáradási tünetek

A terhelés optimalizálása

Alkalmazkodás

Homeosztázis, túlkompensáció

Edzettség, fittség

9.3.2. Motoros képességek

36 óra/36 óra

A kondicionális képesség fogalma

Az erő és fajtái

Az állóképesség és fajtái

Pulzustan

A gyorsaság és fajtái

Ízületi mozgékonyság, lazaság, hajlékonyság

Képességek komplexitása

Az intenzitás és a kondicionális képességek fejlesztésének összefüggései

A koordináció fogalma

Kinesztézis (mozgásérzékelés)

Egyensúlyozási képesség

Ritmuserző (ritmusképesség)

Reagálási képesség

Téri tájékozódási képesség

Összekapcsolódási képesség

Differenciáló képesség

Az ügyesség, mint a képességek komplex manifesztációja

9.3.3. Edzés módszertan

32 óra/36 óra

Edzéselvek

A motoros képességek fejlesztésének szenzitív időszakai

Az edzettségi állapot összetettsége, mérhetősége

Az izomerő felmérését szolgáló eljárások

Az izomerő fejlesztésének módszertana

Testalkatok, testösszetétel és a testformálás lehetőségei

Az állóképesség felmérését szolgáló eljárások

Az állóképesség fejlesztésének módszertana

A gyorsaság felmérését szolgáló eljárások

A gyorsaság fejlesztésének módszertana

Az ízületi mozgékonyság felmérését szolgáló eljárások

Az ízületi mozgékonyság fejlesztésének módszertana

Mozgásszerkezet

Szabályzó és vezérlő rendszerek

Zárt és nyílt képességek

Mozgásügyesség, mozgáskészség

A motoros mozgástanulás fázisai

Mozgástanítás alapvető módszertani elvei

A terhelés ellenőrzése, az edzés szabályozása

A rekreációs edzéstervezés sajátosságai

A teljesítményértékelés lehetőségei

Edzésdokumentáció

Forma, sportforma

A sportformát befolyásoló tényezők
 Formaidőzítés
 Túlterhelés
 A túledzettség okai és tünetei
 A biztonságos testedzés irányelvei
 Gerinc és ízületvédelem
 Kiválasztás a sportban

9.4. A képzés javasolt helyszíne (ajánlás)

Tanterem

9.5. A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek, tanulói tevékenységformák (ajánlás)

A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek (ajánlás)

Sorszám	Alkalmazott oktatási módszer neve	A tanulói tevékenység szervezeti kerete			Alkalmazandó eszközök és felszerelések (SZVK 6. pont lebontása, pontosítása)
		egyéni	csoport	osztály	
1.1	magyarázat			x	
1.2.	megbeszélés			x	
1.3.	vita			x	
1.4.	szemléltetés			x	
1.5.	házi feladat	x			

A tantárgy elsajátítása során alkalmazható tanulói tevékenységformák (ajánlás)

Sor-szám	Tanulói tevékenységforma	Tanulói tevékenység szervezési kerete (differenciálási módok)			Alkalmazandó eszközök és felszerelések (SZVK 6. pont lebontása, pontosítása)
		Egyéni	Csoport-bontás	Osztály-keret	
1.	Információ feldolgozó tevékenységek				
1.1.	Hallott szöveg feldolgozása jegyzeteléssel	x			
1.2.	Hallott szöveg feladattal vezetett feldolgozása		x		
1.3.	Információk feladattal vezetett rendszerezése			x	
2.	Ismeretalkalmazási gyakorló tevékenységek, feladatok				

2.1.	Írásos elemzések készítése	x			
2.2.	Tesztfeladat megoldása	x			
2.3.	Tapasztalatok utólagos ismertetése szóban			x	

9.6. A tantárgy értékelésének módja

A nemzeti köznevelésről szóló 2011. évi CXC. törvény 54. § (2) a) pontja szerinti értékeléssel.”

10. Edzésprogramok gyakorlat tantárgy

244 óra/324 óra*

* 9-13. évfolyamon megszervezett képzés/13. és 14. évfolyamon megszervezett képzés

10.1.A tantárgy tanításának célja

Az edzésprogramok gyakorlat tantárgy tanításának célja, hogy a tanulók közvetlen, életszerű tapasztalatokat szerezzenek a sportolók felkészítési- felkészülési folyamatáról, vagy a fitness-wellness szektor által kínált testedzési lehetőségekről. Kiemelt cél, hogy a tanulók – a megadott szempontok szerint - részt vegyenek az edzésprogramokban, tapasztalataikat elemzések formájában értékeljék, továbbá, hogy kondicionális és koordinációs képességeik folyamatosan fejlődjenek.

10.2.Kapcsolódó közismereti, szakmai tartalmak

A testnevelés és sport tantárgyon belül: az egészségkultúra-prevenció tematikai egységhez kapcsolható, azokra építhető szakmai tartalmak.

A biológia-egészségtan tantárgyon belül: az emberi test és a szervezet anyagforgalma tematikai egységekhez kapcsolható, azokra építhető szakmai tartalmak.

10.3. Témakörök

10.3.1. Edzéslátogatás

144 óra/216 óra

Részvétel saját sportága/mozgásformája edzésprogramjában, ismert helyszínen saját edző irányításával

Saját sportágában/mozgásformájában más helyszíneken (más egyesületben, klubban, településen és más edző irányításával) tartott edzések látogatása

Saját sportágában/mozgásformájában más (fiatalabb, idősebb) korosztályoknak tartott edzések megtekintése

Saját sportágában amatőr sportolók és profi versenyzők edzéseinek megtekintése (sportedző)

Kezdő és haladó fittségi edzésprogramok megtekintése (fitness-wellness instruktorkor)

Versenyegek látogatása (sportedző)

Szakmai rendezvények, workshopok látogatása (fitness-wellness instruktorkor)

Más sportágak/mozgásformák edzésprogramjainak és versenyeinek megtekintése

(Minden esetben a gyakorlatvezető határozza meg a látogatások részletes feladatait.)

10.3.2. Motoros képességfejlesztés

100 óra/108 óra

Általános erőfejlesztés

Speciális erőfejlesztés

Pozitív dinamikus (legyőző) erőfejlesztés

Negatív dinamikus (fékező) erőfejlesztés

Statikus (izometriás) erőfejlesztő gyakorlatok

Intermediális (izokinetikus) erőfejlesztő gyakorlatok

Elektromos ingerléssel (elektrostimulációval) végzett erőfejlesztő gyakorlatok

Maximális erő fejlesztése

Gyorsasági erő fejlesztése

Állóképességi erő fejlesztése

A reagálás gyorsaságának fejlesztése

A mozdulatgyorsaság (aciklikus mozgásgyorsaság) fejlesztése

Gyorsulási képesség fejlesztése

Gyorsaság (ciklikus helyzet- és helyváltoztatási gyorsaság) fejlesztése

Gyorsasági állóképesség fejlesztése

Rövid távú állóképesség fejlesztése

Középtávú állóképesség fejlesztése

Hosszú távú állóképesség fejlesztése

Állóképesség fejlesztése tartós módszerekkel

Állóképesség fejlesztése intervall módszerrel

Állóképesség fejlesztése ellenőrző (vagy verseny) módszerrel

Az ízületi mozgékonyaság fejlesztése aktív izommozgással

Az ízületi mozgékonyaság passzív fejlesztése

A mozgásérzékelés (kinesztézis) fejlesztése

Az egyensúlyozási képesség fejlesztése

A ritmusérzék fejlesztése

A reagálási képesség fejlesztése

A téri tájékozódási képesség fejlesztése

Az összekapcsolódási képesség fejlesztése

A differenciáló képesség fejlesztése

Az ügyesség fejlesztése

(Valamennyi fejlesztő módszer elsajátítása konkrét gyakorlatok és edzésprogramok végrehajtása útján történik.)

10.4. A képzés javasolt helyszíne (ajánlás)

A választott szakképesítés jellegének megfelelő sportlétesítmény

10.5. A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek, tanulói

tevékenységformák (ajánlás)

A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek (ajánlás)

Sorszám	Alkalmazott oktatási módszer neve	A tanulói tevékenység szervezeti kerete			Alkalmazandó eszközök és felszerelések (SZVK 6. pont lebontása, pontosítása)
		egyéni	csoport	osztály	
1.1.	magyarázat			x	
1.2.	megbeszélés			x	
1.3.	vita			x	
1.4.	szemléltetés			x	
1.5.	projekt		x		
1.6.	szimuláció		x		
1.7.	házi feladat			x	
1.8.	egyéb				

A tantárgy elsajátítása során alkalmazható tanulói tevékenységformák (ajánlás)

Sor-szám	Tanulói tevékenységforma	Tanulói tevékenység szervezési kerete (differenciálási módok)			Alkalmazandó eszközök és felszerelések (SZVK 6. pont lebontása, pontosítása)
		Egyéni	Csoport-bontás	Osztály-keret	
1.	Információ feldolgozó tevékenységek				
1.1.	Hallott szöveg feldolgozása jegyzeteléssel	x			
1.2.	Hallott szöveg feladattal vezetett feldolgozása		x		
1.3.	Információk feladattal vezetett rendszerezése			x	
2.	Ismeretalkalmazási gyakorló tevékenységek, feladatok				
2.1.	Írásos elemzések készítése	x			
2.2.	Tesztfeladat megoldása	x			
2.3.	Tapasztalatok utólagos ismertetése szóban			x	
3.	Komplex információk körében				
3.1.	Elemzés készítése tapasztalatokról	x			
3.2.	Jegyzetkészítés eseményről kérdéssor alapján	x			
3.3.	Utólagos szóbeli beszámoló			x	
4.	Csoportos munkaformák körében				

4.1.	Kiscsoportos szakmai munkavégzés irányítással		x		
4.2.	Csoportos helyzetgyakorlat		x		
4.3.	Csoportos versenyjáték		x		
5.	Gyakorlati munkavégzés körében				
5.1.	Műveletek gyakorlása			x	
5.2.	Munkamegfigyelés adott szempontok alapján	x			
6.	Szolgáltatási tevékenységek körében				
6.1.	Részvétel az ügyfélfogadáson, esetmegfigyelés	x			
6.2.	Szolgáltatási napló vezetése	x			
6.3.	Önálló szakmai munkavégzés felügyelet mellett	x			
6.4.	Önálló szakmai munkavégzés közvetlen irányítással	x			

10.6. A tantárgy értékelésének módja

A nemzeti köznevelésről szóló 2011. évi CXCV. törvény 54. § (2) a) pontja szerinti értékeléssel.

11. Gimnasztika elmélet tantárgy

68 óra/72 óra*

* 9-13. évfolyamon megszervezett képzés/13. és 14. évfolyamon megszervezett képzés

11.1. A tantárgy tanításának célja

A gimnasztika elmélet tantárgy tanításának célja, hogy a tanulók elsajátítsák a különböző testhelyzeteket, mozdulatokat, mozgásokat leíró helyes szakkifejezéseket és a gyakorlatok ábrázolási módját. A tanulók váljanak képessé általános és speciális hatású képességfejlesztő programok összeállítására. A gimnasztika valamennyi sportág és fittségi program előkészítő mozgásanyaga, továbbá minden motoros képességfejlesztő edzés szakmai alapja.

11.2. Kapcsolódó közismereti, szakmai tartalmak

A testnevelés és sport tantárgyon belül: a torna jellegű és táncos mozgásformák, valamint az egészségkultúra-prevenció tematikai egységekhez kapcsolható, azokra építhető szakmai tartalmak.

A biológia-egészségtan tantárgyon belül: az emberi test és a szervezet anyagforgalma tematikai egységekhez kapcsolható, azokra építhető szakmai tartalmak.

11.3. Témakörök

11.3.1. A gimnasztika mozgásrendszere

36 óra/36 óra

Gimnasztikai alapfogalmak (alapforma, kiinduló helyzet, gyakorlatlánc stb.)

A gimnasztika szerepe, alkalmazási területei

A gimnasztikai gyakorlatok szerkezeti összetevői
 Állások
 Térdelések
 Ülések
 Kéz és lábtámaszok
 Fekvések
 Egyéb támaszok
 Függések
 Kartartások
 Fogásmódok
 A gimnasztikai mozgások szakkifejezései és meghatározásai
 A testrészek és a mozgásos szakkifejezések összekapcsolása
 A fej és a nyak mozgásai
 Karmozgások, a vállöv és a kéz mozgásai
 Lábmozgások, a lábfej mozgásai
 Törzsmozgások
 A gyakorlatok szaknyelven történő leírása
 Az általános bemelegítés szerkezeti felépítése
 A bemelegítés gyakorlatanyaga
 A gyakorlatok ábrázolása

11.3.2. Gyakorlatelemzés és -tervezés

32 óra/36 óra

Az erő kifejteni módok rendszere
 Egyszerűsített izomtérkép (az izomcsoportok fő mozgásai)
 Gyakorlatok variálása a mozgás térbeli összetevőinek változtatásával (kiinduló helyzet, mozgásirány, mozgásterjedelem stb.)
 Gyakorlatok variálása a mozgás időbeli összetevőivel változtatásával (időtartam, tempó, stb.)
 Gyakorlatok variálása a terhelési összetevők változtatásával (pl. ellenállás nagysága, pihenőidő, stb.)
 Gyakorlatok variálása különböző eszközök használatával
 Gyakorlatok elemzése, domináns hatás tervezése
 Kondicionális képességek fejlesztése gimnasztikával
 Koordinációs képességek fejlesztése gimnasztikával
 Ízületi mozgékonyág fejlesztése gimnasztikával
 Izolációs gyakorlatok
 Gyakorlatok összekapcsolása, gyakorlatláncok
 Motoros képességek fejlesztése különböző eszközökkel
 Gyakorlatvezetési módszerek
 A célgimnasztika értelmezése, alkalmazási területei

11.4. A képzés javasolt helyszíne (ajánlás)

11.5. A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek, tanulói tevékenységformák (ajánlás)

A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek (ajánlás)

Sorszám	Alkalmazott oktatási módszer neve	A tanulói tevékenység szervezeti kerete			Alkalmazandó eszközök és felszerelések (SZVK 6. pont lebontása, pontosítása)
		egyéni	csoport	osztály	
1.1.	magyarázat			x	
1.2.	megbeszélés			x	
1.3.	vita			x	
1.4.	szemléltetés			x	
1.5.	projekt		x		
1.6.	szimuláció		x		
1.7.	házi feladat			x	
1.8.	egyéb				

A tantárgy elsajátítása során alkalmazható tanulói tevékenységformák (ajánlás)

Sor-szám	Tanulói tevékenységforma	Tanulói tevékenység szervezési kerete (differenciálási módok)			Alkalmazandó eszközök és felszerelések (SZVK 6. pont lebontása, pontosítása)
		Egyéni	Csoport-bontás	Osztály-keret	
1.	Információ feldolgozó tevékenységek				
1.1.	Hallott szöveg feldolgozása jegyzeteléssel	x			
1.2.	Hallott szöveg feladattal vezetett feldolgozása		x		
1.3.	Információk feladattal vezetett rendszerezése			x	
2.	Ismeretalkalmazási gyakorló tevékenységek, feladatok				
2.1.	Írásos elemzések készítése	x			
2.2.	Tesztfeladat megoldása	x			
2.3.	Tapasztalatok utólagos ismertetése szóban			x	
3.	Komplex információk körében				
3.1.	Elemzés készítése tapasztalatokról	x			

3.2.	Jegyzetkészítés eseményről kérdéssor alapján	x			
3.3.	Utólagos szóbeli beszámoló			x	
4.	Csoportos munkaformák körében				
4.1.	Kiscsoportos szakmai munkavégzés irányítással		x		
4.2.	Csoportos helyzetgyakorlat		x		
4.3.	Csoportos versenyjáték		x		
5.	Gyakorlati munkavégzés körében				
5.1.	Műveletek gyakorlása			x	
5.2.	Munkamegfigyelés adott szempontok alapján	x			
6.	Szolgáltatási tevékenységek körében				
6.1.	Részvétel az ügyfélfogadáson, esetmegfigyelés	x			
6.2.	Szolgáltatási napló vezetése	x			
6.3.	Önálló szakmai munkavégzés felügyelet mellett	x			
6.4.	Önálló szakmai munkavégzés közvetlen irányítással	x			

11.6. A tantárgy értékelésének módja

A nemzeti köznevelésről szóló 2011. évi CXCV. törvény 54. § (2) a) pontja szerinti értékeléssel.

12. Gimnasztika gyakorlat tantárgy

72 óra/108 óra*

* 9-13. évfolyamon megszervezett képzés/13. és 14. évfolyamon megszervezett képzés

12.1. A tantárgy tanításának célja

A gimnasztika gyakorlat tantárgy tanításának célja, hogy a tanulók elsajátítsák a gimnasztika mozgásrendszerét, képessé váljanak a gyakorlatok helyes technikai kivitelezése, az edzésfeladatnak megfelelő gyakorlatok összeállítására és a gyakorlat-végrehajtás szakszerű irányítására.

12.2. Kapcsolódó közismereti, szakmai tartalmak

A testnevelés és sport tantárgyon belül: a torna jellegű és táncos mozgásformák, valamint az egészségkultúra-prevenció tematikai egységekhez kapcsolható, azokra építhető szakmai tartalmak.

A biológia-egészségtan tantárgyon belül: az emberi test és a szervezet anyagforgalma tematikai egységekhez kapcsolható, azokra építhető szakmai tartalmak.

12.3. Témakörök

12.3.1. Szabadgyakorlatok

36 óra/54 óra

Kiinduló helyzetek, kartartások és gimnasztikai alapmozgások helyes technikai végrehajtása bemutatás alapján

Kiinduló helyzetek, kartartások és gimnasztikai alapmozgások helyes technikai végrehajtása szóban közlés alapján

A bemutatott kiinduló helyzetek, kartartások és gimnasztikai alapmozgások helyes szaknyelvi meghatározása

Nyakgyakorlatok, a gyakorlatok variálása a szerkezeti és a terhelési összetevők változtatásával, az eredeti és a variált gyakorlat hatáselemzése

Kar és vállgyakorlatok, a gyakorlatok variálása a szerkezeti és a terhelési összetevők változtatásával, az eredeti és a variált gyakorlat hatáselemzése

Lábgyakorlatok, a gyakorlatok variálása a szerkezeti és a terhelési összetevők változtatásával, az eredeti és a variált gyakorlat hatáselemzése

Törzsgyakorlatok, a gyakorlatok variálása a szerkezeti és a terhelési összetevők változtatásával, az eredeti és a variált gyakorlat hatáselemzése

Összetett gyakorlatok, a gyakorlatok variálása a szerkezeti és a terhelési összetevők változtatásával, az eredeti és a variált gyakorlat hatáselemzése

Szabadon választott gyakorlatlánc összeállítása, bemutatása és a gyakorlatok elemzése

Meghatározott szempontok szerinti gyakorlatlánc összeállítása és bemutatása

Általános és speciális bemelegítés összeállítása és bemutatása

Speciális (sportági) célgimnasztikai gyakorlatok összeállítása

Gyakorlatvezetési módszerek (bemutatás, bemutattatás, rövid szóban közlés, utasítás, kombinált módszerek, folyamatos, magyarázattal kiegészített), gyakorlása

12.3.2. Eszközös gyakorlatok

36 óra/54 óra

Kézisúlyzó gyakorlatok végrehajtása, tervezése, oktatása

Labdagyakorlatok (kislabda, medicinlabda, óriáslabda) végrehajtása, tervezése, oktatása

Botgyakorlatok végrehajtása, tervezése, oktatása

Gyakorlatok rugalmas ellenállással végrehajtása, tervezése, oktatása

Gyakorlatok bordásfalnál végrehajtása, tervezése, oktatása

Zsámoly és padgyakorlatok végrehajtása, tervezése, oktatása

Páros gyakorlatok végrehajtása, tervezése, oktatása

Ugrókötél gyakorlatok végrehajtása, tervezése, oktatása

Egyéb sportszer (pl. TRX) gyakorlatok végrehajtása, tervezése, oktatása

12.4. A képzés javasolt helyszíne (ajánlás)

Tornaterem

12.5. A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek, tanulói tevékenységformák (ajánlás)

A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek (ajánlás)

Sorszám	Alkalmazott oktatási módszer neve	A tanulói tevékenység szervezeti kerete			Alkalmazandó eszközök és felszerelések (SZVK 6. pont lebontása, pontosítása)
		egyéni	csoport	osztály	
1.1.	magyarázat			x	
1.2.	megbeszélés			x	
1.3.	vita			x	
1.4.	szemléltetés			x	
1.5.	projekt		x		
1.6.	szimuláció		x		
1.7.	házi feladat			x	
1.8.	egyéb				

A tantárgy elsajátítása során alkalmazható tanulói tevékenységformák (ajánlás)

Sor-szám	Tanulói tevékenységforma	Tanulói tevékenység szervezési kerete (differenciálási módok)			Alkalmazandó eszközök és felszerelések (SZVK 6. pont lebontása, pontosítása)
		Egyéni	Csoport-bontás	Osztály-keret	
1.	Információ feldolgozó tevékenységek				
1.1.	Hallott szöveg feldolgozása jegyzeteléssel	x			
1.2.	Hallott szöveg feladattal vezetett feldolgozása		x		
1.3.	Információk feladattal vezetett rendszerezése			x	
2.	Ismeretalkalmazási gyakorló tevékenységek, feladatok				
2.1.	Írásos elemzések készítése	x			
2.2.	Tesztfeladat megoldása	x			
2.3.	Tapasztalatok utólagos ismertetése szóban			x	
3.	Komplex információk körében				
3.1.	Elemzés készítése tapasztalatokról	x			
3.2.	Jegyzetkészítés eseményről kérdéssor alapján	x			
3.3.	Utólagos szóbeli beszámoló			x	
4.	Csoportos munkaformák körében				
4.1.	Kiscsoportos szakmai munkavégzés irányítással		x		
4.2.	Csoportos helyzetgyakorlat		x		
4.3.	Csoportos versenyjáték		x		

5.	Gyakorlati munkavégzés körében				
5.1.	Műveletek gyakorlása			x	
5.2.	Munkamegfigyelés adott szempontok alapján	x			
6.	Szolgáltatási tevékenységek körében				
6.1.	Részvétel az ügyfélfogadáson, esetmegfigyelés	x			
6.2.	Szolgáltatási napló vezetése	x			
6.3.	Önálló szakmai munkavégzés felügyelet mellett	x			
6.4.	Önálló szakmai munkavégzés közvetlen irányítással	x			

12.6. A tantárgy értékelésének módja

A nemzeti köznevelésről szóló 2011. évi CXCV. törvény 54. § (2) a) pontja szerinti értékeléssel.

A
10322-12 azonosító számú
Pedagógiai, pszichológiai és
kommunikációs alapok
megnevezésű
szakmai követelménymodul
tantárgyai, témakörei

**A 10322-12 azonosító számú, Pedagógiai, pszichológiai és kommunikációs alapok
megnevezésű szakmai követelménymodulhoz tartozó tantárgyak és témakörök
oktatása során fejlesztendő kompetenciák**

10322-12 Pedagógiai, pszichológiai és kommunikációs alapok	Pedagógia-sportpedagógia				Pszichológia-sportpszichológia		Kommunikáció
	Edzői szerepek	Oktatási és nevelési folyamat	Az edző-sportoló kapcsolat jellemzői	Tehetség, tehetséggondozás	A személyiség jellemző jegyei	A sporttevékenység pszichológiai jellemzői	Kommunikáció a sportban
FELADATOK							
Kiemelt figyelmet fordít az általa irányított közösség vagy egyén egészséges személyiségfejlődésére			x			x	
Tudatosan alkalmazza a korszerű pedagógia és pszichológia elveit	x	x	x	x	x	x	
Az életkornak megfelelő oktatási módszereket választ		x					
Észreveszi a tehetséget, és támogatja kibontakozását				x			
Kihasználja a sportban rejlő fejlesztési lehetőségeket		x		x		x	
Az adott szituációnak megfelelő, hatékony kommunikációt folytat			x				x
Eredményesen kezeli a csoportdinamikai folyamatokat és a felmerülő konfliktusokat			x			x	x
Szükség esetén pszichológus szakember segítségét kéri a tanítványoknál, klienseknél észlelt lelki eredetű nehézségek kezelésére	x					x	
SZAKMAI ISMERETEK							
Alapfogalmak (személyiség, nevelés, szocializáció, tanulás, viselkedés, cselekvés)	x	x	x	x	x	x	
A nevelés alapelvei, színterei, módszerei és eszközei	x	x					
A nevelés folyamata		x			x		
Kompetenciák fejlesztése	x	x		x			x
A nevelés lehetősége és szükségessége a sport és rekreációs szakmákban		x					
A sportoktatás elmélete és módszertana		x		x			
Életkorok pedagógiája	x		x				
Tehetség – sporttehetség				x			
A személyiség pszichológiai értelmezése					x	x	

Személyiségjellemzők és lelki egészség az egyes életszakaszokban					x	x	
Gyakori viselkedési zavarok és pszichés problémák					x	x	
A megismerő tevékenység		x				x	
Cselekvések ösztönző, szervező és végrehajtó szabályozása		x				x	
A sporttevékenység pszichológiai sajátosságai és személyiségfejlesztő hatása.					x	x	
A társas interakciók folyamata és befolyásoló tényezői							x
A kommunikáció szerepe és alapformái.							x
Befolyásolás, meggyőzés és asszertivitás a kommunikációs folyamatokban.							x
Csoportszerkezet, csoportdinamika, csoportvezetés	x						x
Konfliktuskezelés	x						x
Szakmaspecifikus interakciók hatékony kezelése	x						x
SZAKMAI KÉSZSÉGEK							
Köznyelvi beszédképesség	x	x	x	x	x	x	x
Olvasott szöveg megértése	x	x	x	x	x	x	x
Hallott szöveg megértése	x	x	x	x	x	x	x
SZEMÉLYES KOMPETENCIÁK							
Döntésképeség	x	x	x	x		x	x
Türelmesség	x	x	x	x		x	x
Érzelmi stabilitás, kiegyensúlyozottság	x	x	x	x	x	x	x
TÁRSAS KOMPETENCIÁK							
Tolerancia	x	x	x	x	x	x	x
Irányítási készség	x	x	x	x	x	x	x
Kapcsolatteremtő készség	x	x	x	x	x	x	x
MÓDSZERKOMPETENCIÁK							
Ismeretek helyénvaló alkalmazása	x	x	x	x	x	x	x
Problémaelemzés, -feltárás	x	x	x	x	x	x	x
Nyitott hozzáállás	x	x	x	x	x	x	x

13. Pedagógia-sportpedagógia tantárgy

64 óra/64 óra*

* 9-13. évfolyamon megszervezett képzés/13. és 14. évfolyamon megszervezett képzés

13.1.A tantárgy tanításának célja

A tantárgy célja, hogy a tanulók alapos, széles körű elméleti tudásra épülő tapasztalatokat szerezzenek a sportolók nevelésének, felkészítésének, versenyeztetésének pedagógiai vonatkozásairól.

13.2. Kapcsolódó közismereti, szakmai tartalmak

13.3. Témakörök

13.3.1. Edzői szerepek

16 óra/16 óra

Edzői kompetenciák

Az edzővel szemben támasztott követelmények (általános műveltség, szakmai felkészültség, pedagógiai képességek, erkölcsi követelmények)

Az edző, mint szocializációs tényező

Az edző, mint vezető

Az edző önnevelése

13.3.2. Oktatási és nevelési folyamat

20óra/20 óra

Alapfogalmak (nevelés, oktatás, képzés, képesség, ismeret, jártasság, készség, teljesítményképes tudás)

A nevelés lehetősége és szükségessége

A nevelés folyamata

A nevelés alapelvei, szinterei, módszerei és eszközei

A sportoktatás elmélete és módszertana

Az életkorok pedagógiája

13.3.3. Az edző-sportoló kapcsolata jellemzői

12 óra/12 óra

A sport és az erkölcs

Az edző felelőssége a tanítványok személyiségének formálásában

Vezetési stílusok, a sikeres edző vezetési stílusa

Az edző, mint példakép

Edző-sportoló konfliktushelyzetek és megoldásuk lehetőségei

13.3.4. Tehetség, tehetséggondozás

16 óra/16 óra

A tehetség fogalma, ismérvei
A sporttehetség ismérvei
Kiválasztás-beválás a sportban
A sporttehetség gondozása
A kiégés
A sportágválasztás formái hazánkban

13.4. A képzés javasolt helyszíne (ajánlás)

Tanterem

13.5. A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek, tanulói tevékenységformák (ajánlás)

A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek (ajánlás)

Sorszám	Alkalmazott oktatási módszer neve	A tanulói tevékenység szervezeti kerete			Alkalmazandó eszközök és felszerelések (SZVK 6. pont lebontása, pontosítása)
		egyéni	csoport	osztály	
1.1.	magyarázat			x	
1.2.	megbeszélés			x	
1.3.	vita			x	
1.4.	szemléltetés			x	
1.5.	projekt		x		
1.6.	szimuláció		x		
1.7.	házi feladat	x			

A tantárgy elsajátítása során alkalmazható tanulói tevékenységformák (ajánlás)

Sor-szám	Tanulói tevékenységforma	Tanulói tevékenység szervezési kerete (differenciálási módok)			Alkalmazandó eszközök és felszerelések (SZVK 6. pont lebontása, pontosítása)
		Egyéni	Csoport-bontás	Osztály-keret	
1.	Információ feldolgozó tevékenységek				
1.1.	Olvasott szöveg feladattal vezetett feldolgozása		x		
1.2.	Olvasott szöveg feldolgozása jegyzeteléssel	x			
1.3.	Hallott szöveg feldolgozása jegyzeteléssel	x			
1.4.	Hallott szöveg feladattal vezetett feldolgozása			x	

1.5.	Információk önálló rendszerezése	x			
1.6.	Információk feladattal vezetett rendszerezése			x	
2.	Ismeretalkalmazási gyakorló tevékenységek, feladatok				
2.1.	Leírás készítése	x			
2.2.	Válaszolás írásban mondatszintű kérdésekre	x			
2.3.	Tesztfeladat megoldása	x			
2.4.	Tapasztalatok utólagos ismertetése szóban		x		
2.5.	Tapasztalatok helyszíni ismertetése szóban			x	
3.	Komplex információk körében				
3.1.	Elemzés készítése tapasztalatokról	x			
3.2.	Jegyzetkészítés eseményről kérdéssor alapján		x		
3.3.	Utólagos szóbeli beszámoló		x		
4.	Csoportos munkaformák körében				
4.1.	Feladattal vezetett kiscsoportos szövegfeldolgozás		x		
4.2.	Kiscsoportos szakmai munkavégzés irányítással		x		
4.3.	Csoportos helyzetgyakorlat		x		

13.6. A tantárgy értékelésének módja

A nemzeti köznevelésről szóló 2011. évi CXC. törvény 54. § (2) a) pontja szerinti értékeléssel.”

14. Pszichológia-sportpszichológia tantárgy

48 óra/48 óra*

* 9-13. évfolyamon megszervezett képzés/13. és 14. évfolyamon megszervezett képzés

14.1. A tantárgy tanításának célja

A tanulók felkészítése arra, hogy a pszichológia és azon belül a sportpszichológia terén felkészülten tudják alkalmazni az elméleti ismereteket, valamint a témában történt kutatások eredményeit.

14.2. Kapcsolódó közismereti, szakmai tartalmak

14.3. Témakörök

14.3.1. A személyiség jellemző jegyei

28 óra/28óra

Alapfogalmak (személyiség, szocializáció, tanulás, viselkedés, cselekvés)

A megismerő tevékenység

Személyiség-jellemzők és lelki egészség az egyes életszakaszokban

Gyakori viselkedészavarok és pszichés problémák

14.3.2. A sporttevékenység pszichológiai jellemzői

20 óra/20 óra

A sporttevékenység pszichológiai sajátosságai és személyiségfejlesztő hatása

A cselekvések ösztönző, szervező és végrehajtó szabályozása

A társas interakciók folyamata és befolyásoló tényezői

Csoportszerkezet, csoportdinamika, csoportvezetés

Konfliktuskezelés

14.4. A képzés javasolt helyszíne (ajánlás)

Tanterem

14.5. A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek, tanulói tevékenységformák (ajánlás)

A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek (ajánlás)

Sorszám	Alkalmazott oktatási módszer neve	A tanulói tevékenység szervezeti kerete			Alkalmazandó eszközök és felszerelések (SZVK 6. pont lebontása, pontosítása)
		egyéni	csoport	osztály	
1.1	magyarázat			x	
1.2.	megbeszélés			x	
1.3.	vita			x	
1.4.	szemléltetés			x	
1.5.	projekt		x		
1.6.	szimuláció		x		
1.7.	házi feladat	x			

A tantárgy elsajátítása során alkalmazható tanulói tevékenységformák (ajánlás)

Sor-szám	Tanulói tevékenységforma	Tanulói tevékenység szervezési kerete (differenciálási módok)			Alkalmazandó eszközök és felszerelések (SZVK 6. pont lebontása, pontosítása)
		Egyéni	Csoport-bontás	Osztály-keret	
1.	Információ feldolgozó tevékenységek				
1.1.	Olvasott szöveg feladattal vezetett feldolgozása		x		
1.2.	Olvasott szöveg feldolgozása jegyzeteléssel	x			
1.3.	Hallott szöveg feldolgozása jegyzeteléssel	x			

1.4.	Hallott szöveg feladattal vezetett feldolgozása			x	
1.5.	Információk önálló rendszerezése	x			
1.6.	Információk feladattal vezetett rendszerezése			x	
2.	Ismeretalkalmazási gyakorló tevékenységek, feladatok				
2.1.	Leírás készítése	x			
2.2.	Válaszolás írásban mondat szintű kérdésekre	x			
2.3.	Tesztfeladat megoldása	x			
2.4.	Tapasztalatok utólagos ismertetése szóban		x		
2.5.	Tapasztalatok helyszíni ismertetése szóban			x	
3.	Komplex információk körében				
3.1.	Elemzés készítése tapasztalatokról	x			
3.2.	Jegyzetkészítés eseményről kérdéssor alapján		x		
3.3.	Utólagos szóbeli beszámoló		x		
4.	Csoportos munkaformák körében				
4.1.	Feladattal vezetett kiscsoportos szövegfeldolgozás		x		
4.2.	Kiscsoportos szakmai munkavégzés irányítással		x		
4.3.	Csoportos helyzetgyakorlat		x		

14.6. A tantárgy értékelésének módja

A nemzeti köznevelésről szóló 2011. évi CXC. törvény 54. § (2) a) pontja szerinti értékeléssel.

15. Kommunikáció tantárgy

16 óra/16 óra*

* 9-13. évfolyamon megszervezett képzés/13. és 14. évfolyamon megszervezett képzés

15.1.A tantárgy tanításának célja

A tanulók megismertetése a kommunikáció különböző verbális és nonverbális eszközeivel, módszereivel, a hatékony kommunikáció formáival. Cél a kommunikáció alapfogalmainak, fajtáinak, rendszerének megismertetése, és a gyakorlati alkalmazásra való felkészítés.

15.2. Kapcsolódó közismereti, szakmai tartalmak

15.3. Témakörök

15.3.1. Kommunikáció a sportban

16 óra/16 óra

A kommunikáció szerepe és alapformái

Befolyásolás, meggyőzés és asszertivitás a kommunikációs folyamatokban

A szakmaspecifikus interakciók hatékony kezelése

15.4. A képzés javasolt helyszíne (ajánlás)

Tanterem

15.5. A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek, tanulói tevékenységformák (ajánlás)

A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek (ajánlás)

Sorszám	Alkalmazott oktatási módszer neve	A tanulói tevékenység szervezeti kerete			Alkalmazandó eszközök és felszerelések (SZVK 6. pont lebontása, pontosítása)
		egyéni	csoport	osztály	
1.1	magyarázat			x	
1.2.	megbeszélés			x	
1.3.	vita			x	
1.4.	szemléltetés			x	
1.5.	projekt		x		
1.6.	szimuláció		x		
1.7.	házi feladat	x			

A tantárgy elsajátítása során alkalmazható tanulói tevékenységformák (ajánlás)

Sor-szám	Tanulói tevékenységforma	Tanulói tevékenység szervezési kerete (differenciálási módok)			Alkalmazandó eszközök és felszerelések (SZVK 6. pont lebontása, pontosítása)
		Egyéni	Csoport-bontás	Osztály-keret	
1.	Információ feldolgozó tevékenységek				
1.1.	Olvasott szöveg feladattal vezetett feldolgozása		x		
1.2.	Olvasott szöveg feldolgozása jegyzeteléssel	x			
1.3.	Hallott szöveg feldolgozása jegyzeteléssel	x			
1.4.	Hallott szöveg feladattal vezetett feldolgozása			x	
1.5.	Információk önálló rendszerezése	x			
1.6.	Információk feladattal vezetett rendszerezése			x	
2.	Ismeretalkalmazási gyakorló tevékenységek, feladatok				
2.1.	Leírás készítése	x			
2.2.	Válaszolás írásban mondat szintű kérdésekre	x			
2.3.	Tesztfeladat megoldása	x			

2.4.	Tapasztalatok utólagos ismertetése szóban		x		
2.5.	Tapasztalatok helyszíni ismertetése szóban			x	
3.	Komplex információk körében				
3.1.	Elemzés készítése tapasztalatokról	x			
3.2.	Jegyzetkészítés eseményről kérdéssor alapján		x		
3.3.	Utólagos szóbeli beszámoló		x		
4.	Csoportos munkaformák körében				
4.1.	Feladattal vezetett kiscsoportos szövegfeldolgozás		x		
4.2.	Kiscsoportos szakmai munkavégzés irányítással		x		
4.3.	Csoportos helyzetgyakorlat		x		

15.6. A tantárgy értékelésének módja

A nemzeti köznevelésről szóló 2011. évi CXC. törvény 54. § (2) a) pontja szerinti értékeléssel.

A
10325-12 azonosító számú
Szervezés és vállalkozás alapjai
megnevezésű
szakmai követelménymodul
tantárgyai, témakörei

A 10325-12 azonosító számú, Szervezés és vállalkozás alapjai megnevezésű szakmai követelménymodulhoz tartozó tantárgyak és témakörök oktatása során fejlesztendő kompetenciák

10325-12 Szervezés és vállalkozás alapjai	Sportmenedzsment			Vállalkozástan		Gazdálkodás- pénzügyi ismeretek	
	Szervezési-vezetési ismeretek	Sportmarketing	Eseményszervezés	A vállalkozás formái	Jogi szabályozás	A sport üzleti kérdése	Pénzügyi alapok
FELADATOK							
Felméri és értékeli a működési területén zajló piaci viszonyokat		x				x	
Szakmai tevékenységének megfelelő gazdasági formát választ és reálisan felméri a jelentkező közterheket				x	x	x	x
Részt vesz társadalmi szervezet megalapításában és működtetésében	x			x	x	x	x
Betartja a tevékenységét érintő munkajogi és pénzügyi szabályokat				x	x		x
A felelősségi és a kártérítési szabályok tudatában végzi tevékenységét					x		
Közreműködik tevékenysége pénzügyi alapjainak megteremtésében, a szponzorok és mecénások megtalálásában, megtartásában		x					
Figyelemmel kíséri a pályázati lehetőségeket és közreműködik a pályázatok elkészítésében	x			x			x
Részt vesz rendezvények, tanfolyamok szervezésében	x		x				
Hatékonyan él az elektronikus információgyűjtés és ügyintézés lehetőségével	x						
Ellátja a munkáját kísérő pénzügyi és adminisztratív feladatokat	x			x	x		x
SZAKMAI ISMERETEK							
A sport és a rekreációs piac általános jellemzői, keresleti, kínálati viszonyai		x				x	
A sport és a rekreációs vállalkozások fő tevékenységi területei				x		x	
Vállalkozási formák, részvétel a sport és a rekreációs üzletben				x	x	x	
Non-profit szervezetek működése a sportban és rekreációban	x			x	x	x	x
Munkajogi szabályok gyakorlati vonatkozásai	x				x		

Szakmaspecifikus szerződések					x		
Felelősségi és kártérítési szabályok					x		
Adózási szabályok gyakorlati vonatkozásai							x
A sport és a rekreáció anyagi forrásai						x	
Szponzorálás		x					
Pályázatok						x	x
Sport és rekreációs rendezvények, események szervezési modellje	x		x				
Tanfolyamszervezési feladatok	x		x				
A szakmai munkát kísérő pénzügyi feladatok							x
A szakmai munkát kísérő adminisztrációs feladatok	x			x			x
Az internet szerepe és lehetőségei a szakmai munkában	x	x	x	x			x
Adatbanképítés és a szakmai vélemények megismerésének módszerei, szabályai		x					
SZAKMAI KÉSZSÉGEK							
Beszédképesség	x	x	x	x			
Fogalmazás írásban	x	x	x	x	x	x	x
Elemi szintű számítógép használat	x	x	x	x	x	x	x
SZEMÉLYES KOMPETENCIÁK							
Kockázatvállalás	x	x	x	x		x	
Megbízhatóság	x	x	x	x	x	x	x
Szervezőképesség	x		x	x			
TÁRSAS KOMPETENCIÁK							
Kezdeményezőképesség	x	x	x	x	x	x	x
Interperszonális rugalmasság	x	x	x				
MÓDSZERKOMPETENCIÁK							
Információgyűjtés	x	x	x	x	x	x	x
Numerikus gondolkodás, matematikai készség	x	x	x	x		x	x
Tervezés	x	x	x	x	x	x	x

16. Sportmenedzsment tantárgy
óra*

48 óra/48

* 9-13. évfolyamon megszervezett képzés/13. és 14. évfolyamon megszervezett képzés

16.1.A tantárgy tanításának célja

A tantárgy célja olyan komplex szervezési és vezetési ismeretek elsajátítása, mely segíti a leendő szakembereket a sportszervezetek irányításában, tisztségviselői teendők ellátásában, sportversenyek megszervezésében és menedzselésében.

16.2. Kapcsolódó közismereti, szakmai tartalmak

16.3. Témakörök

16.3.1. Szervezési-vezetési ismeretek

20 óra/20 óra

Főbb vezetés- és szervezéselméleti irányzatok
Sportszervezetek, sportvállalkozások szervezése, vezetése
A sport szerkezete és felépítése hazai és nemzetközi viszonylatban
Állami és önkormányzati szerepvállalás a sportban
A magyar sport irányítási, igazgatási rendszere
Az EU és a sport
Olimpiai mozgalom

16.3.2. Sportmarketing

16 óra/16 óra

A sportmarketing elméleti alapjai
A sportmarketing feladata, célja
A sport, mint termék
A sportmarketing eszközrendszere
A szponzorálás és a sportmarketing összefüggései
Imázs, PR

16.3.3. Eseményszervezés

12 óra/12 óra

A sportesemények, sportrendezvények módszertana
A sportprogramok szerkezete
A sportprogramok létrehozásának és szervezésének módszertani kérdései
Az eseményszervezés folyamata
Az önkéntesség és a sport

16.4. A képzés javasolt helyszíne (ajánlás)

Tanterem

16.5. A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek, tanulói tevékenységformák (ajánlás)

A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek (ajánlás)

Sorszám	Alkalmazott oktatási módszer neve	A tanulói tevékenység szervezeti kerete			Alkalmazandó eszközök és felszerelések (SZVK 6. pont lebontása, pontosítása)
		egyéni	csoport	osztály	
1.1.	magyarázat			x	
1.2.	megbeszélés			x	
1.3.	vita			x	
1.4.	szemléltetés			x	
1.5.	projekt		x		
1.6.	szimuláció		x		
1.7.	házi feladat	x			

A tantárgy elsajátítása során alkalmazható tanulói tevékenységformák (ajánlás)

Sor-szám	Tanulói tevékenységforma	Tanulói tevékenység szervezési kerete (differenciálási módok)			Alkalmazandó eszközök és felszerelések (SZVK 6. pont lebontása, pontosítása)
		Egyéni	Csoport-bontás	Osztály-keret	
1.	Információ feldolgozó tevékenységek				
1.1.	Olvasott szöveg feladattal vezetett feldolgozása		x		
1.2.	Olvasott szöveg feldolgozása jegyzeteléssel	x			
1.3.	Hallott szöveg feldolgozása jegyzeteléssel	x			
1.4.	Hallott szöveg feladattal vezetett feldolgozása			x	
1.5.	Információk önálló rendszerezése	x			
1.6.	Információk feladattal vezetett rendszerezése			x	
2.	Ismeretalkalmazási gyakorló tevékenységek, feladatok				
2.1.	Leírás készítése	x			
2.2.	Válaszolás írásban mondatszintű kérdésekre	x			
2.3.	Tesztfeladat megoldása	x			
2.4.	Tapasztalatok utólagos ismertetése szóban		x		
2.5.	Tapasztalatok helyszíni ismertetése szóban			x	
3.	Komplex információk körében				
3.1.	Elemzés készítése tapasztalatokról	x			

3.2.	Jegyzetkészítés eseményről kérdéssor alapján		x		
3.3.	Utólagos szóbeli beszámoló		x		
4.	Csoportos munkaformák körében				
4.1.	Feladattal vezetett kiscsoportos szövegfeldolgozás		x		
4.2.	Kiscsoportos szakmai munkavégzés irányítással		x		
4.3.	Csoportos helyzetgyakorlat		x		

16.6. A tantárgy értékelésének módja

A nemzeti köznevelésről szóló 2011. évi CXCV. törvény 54. § (2) a) pontja szerinti értékeléssel."

17. Vállalkozástan tantárgy

32 óra/32 óra*

* 9-13. évfolyamon megszervezett képzés/13. és 14. évfolyamon megszervezett képzés

17.1.A tantárgy tanításának célja

A tantárgy oktatásának célja, a legfontosabb vállalati, vállalkozási ismeretek és az alapvető vállalkozói döntésekhez szükséges alapismeretek elsajátítása. A tantárgy átfogó ismereteket nyújt a vállalkozások alapításával, működtetésével, finanszírozásával, az üzleti tervezés folyamatával kapcsolatban.

17.2. Kapcsolódó közismereti, szakmai tartalmak

17.3. Témakörök

17.3.1. A vállalkozás formái

16 óra/16 óra

A sporttevékenység szervezeti és vállalkozási formái

A gazdasági tevékenység végzésének lehetőségei a sportban

A sportfinanszírozás lehetséges formái

Állami, önkormányzati és egyéb finanszírozási csatornák

Sportszervezeti modellek

A vállalkozások stratégiai eszközei

17.3.2. Jogi szabályozás

16 óra/16 óra

A sport jogági és jogterületi vonatkozásai

A sportszervezetekre, sportvállalkozásokra vonatkozó szabályozók

Az állami szervezetrendszer és az önkormányzatok sporttal kapcsolatos feladatai

Szerződések a sportban, sportszerződések

Sportszervezetek a sportjog rendszerében

Speciális munkajogi szabályok a sportban

Felelősségi és kártérítési szabályok a sportban

17.4. A képzés javasolt helyszíne (ajánlás)

Tanterem

17.5. A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek, tanulói tevékenységformák (ajánlás)

A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek (ajánlás)

Sorszám	Alkalmazott oktatási módszer neve	A tanulói tevékenység szervezeti kerete			Alkalmazandó eszközök és felszerelések (SZVK 6. pont lebontása, pontosítása)
		egyéni	csoport	osztály	
1.1.	magyarázat			x	
1.2.	megbeszélés			x	
1.3.	vita			x	
1.4.	szemléltetés			x	
1.5.	projekt		x		
1.6.	szimuláció		x		
1.7.	házi feladat	x			

A tantárgy elsajátítása során alkalmazható tanulói tevékenységformák (ajánlás)

Sor-szám	Tanulói tevékenységforma	Tanulói tevékenység szervezési kerete (differenciálási módok)			Alkalmazandó eszközök és felszerelések (SZVK 6. pont lebontása, pontosítása)
		Egyéni	Csoport-bontás	Osztály-keret	
1.	Információ feldolgozó tevékenységek				
1.1.	Olvasott szöveg feladattal vezetett feldolgozása		x		
1.2.	Olvasott szöveg feldolgozása jegyzeteléssel	x			
1.3.	Hallott szöveg feldolgozása jegyzeteléssel	x			
1.4.	Hallott szöveg feladattal vezetett feldolgozása			x	
1.5.	Információk önálló rendszerezése	x			
1.6.	Információk feladattal vezetett rendszerezése			x	
2.	Ismeretalkalmazási gyakorló tevékenységek, feladatok				
2.1.	Leírás készítése	x			

2.2.	Válaszolás írásban mondat szintű kérdésekre	x			
2.3.	Tesztfeladat megoldása	x			
2.4.	Tapasztalatok utólagos ismertetése szóban		x		
2.5.	Tapasztalatok helyszíni ismertetése szóban			x	
3.	Komplex információk körében				
3.1.	Elemzés készítése tapasztalatokról	x			
3.2.	Jegyzetkészítés eseményről kérdéssor alapján		x		
3.3.	Utólagos szóbeli beszámoló		x		
4.	Csoportos munkaformák körében				
4.1.	Feladattal vezetett kiscsoportos szövegfeldolgozás		x		
4.2.	Kiscsoportos szakmai munkavégzés irányítással		x		
4.3.	Csoportos helyzetgyakorlat		x		

17.6. A tantárgy értékelésének módja

A nemzeti köznevelésről szóló 2011. évi CXC. törvény 54. § (2) a) pontja szerinti értékeléssel.

18. Gazdálkodás, pénzügyi ismeretek tantárgy

32 óra/32 óra*

* 9-13. évfolyamon megszervezett képzés/13. és 14. évfolyamon megszervezett képzés

18.1.A tantárgy tanításának célja

A tárgy a sport, mint piac általános jellemzőivel, működési mechanizmusaival foglalkozik. Átláthatóvá teszi a jelenlegi makrogazdasági környezetet, amely segítségével értelmezhetőek a specifikus gazdasági és vállalkozás gazdaságtani folyamatok. Átláthatóvá teszi a vállalkozások pénzügyi kötelezettségeit (adózás, mérleg), piac vizsgálati feladatait (marketing, stratégiai tervezés). Foglalkozik a non-profit szervezetek működésével és szerepével. A tanulók alapvető közgazdasági, vállalkozás-gazdaságtani ismereteket szereznek, melyhez szorosan hozzátartoznak pénzügyi és adózási ismeretek. Megismerkednek járulékfizetési kötelezettségekkel és finanszírozási, tőkeszükségleti kérdésekkel.

18.2. Kapcsolódó közismereti, szakmai tartalmak

18.3. Témakörök

18.3.1. A sport üzleti kérdései

16 óra/16 óra

A témakör részletes kifejtése

A sport üzletté válása

A sport, mint piac

A sport gazdaságtani sajátosságai, a sport és a gazdaság kapcsolata

Fogyasztói szokások a sportban

18.3.2. Pénzügyi alapok

16 óra/16 óra

A sportszervezetekre vonatkozó pénzügyi és számviteli szabályozások

A számviteli törvényből adódó főbb kötelezettségek

Az adótörvényekből adódó főbb kötelezettségek

Az üzleti vállalkozások pénzügyi döntései

A vállalkozások pénzforgalmának lebonyolítása

Finanszírozási, befektetési és beruházási döntések

18.4. A képzés javasolt helyszíne (ajánlás)

Tanterem

18.5. A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek, tanulói tevékenységformák (ajánlás)

A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek (ajánlás)

Sorszám	Alkalmazott oktatási módszer neve	A tanulói tevékenység szervezeti kerete			Alkalmazandó eszközök és felszerelések (SZVK 6. pont lebontása, pontosítása)
		egyéni	csoport	osztály	
1.1	magyarázat			x	
1.2.	megbeszélés			x	
1.3.	vita			x	
1.4.	szemléltetés			x	
1.5.	projekt		x		
1.6.	szimuláció		x		
1.7.	házi feladat	x			

A tantárgy elsajátítása során alkalmazható tanulói tevékenységformák (ajánlás)

Sor-szám	Tanulói tevékenységforma	Tanulói tevékenység szervezési kerete (differenciálási módok)			Alkalmazandó eszközök és felszerelések (SZVK 6. pont lebontása, pontosítása)
		Egyéni	Csoport-bontás	Osztály-keret	
1.	Információ feldolgozó tevékenységek				
1.1.	Olvasott szöveg feladattal vezetett feldolgozása		x		
1.2.	Olvasott szöveg feldolgozása jegyzeteléssel	x			

1.3.	Hallott szöveg feldolgozása jegyzeteléssel	x			
1.4.	Hallott szöveg feladattal vezetett feldolgozása			x	
1.5.	Információk önálló rendszerezése	x			
1.6.	Információk feladattal vezetett rendszerezése			x	
2.	Ismeretalkalmazási gyakorló tevékenységek, feladatok				
2.1.	Leírás készítése	x			
2.2.	Válaszolás írásban mondat szintű kérdésekre	x			
2.3.	Tesztfeladat megoldása	x			
2.4.	Tapasztalatok utólagos ismertetése szóban		x		
2.5.	Tapasztalatok helyszíni ismertetése szóban			x	
3.	Komplex információk körében				
3.1.	Elemzés készítése tapasztalatokról	x			
3.2.	Jegyzetkészítés eseményről kérdéssor alapján		x		
3.3.	Utólagos szóbeli beszámoló		x		
4.	Csoportos munkaformák körében				
4.1.	Feladattal vezetett kiscsoportos szövegfeldolgozás		x		
4.2.	Kiscsoportos szakmai munkavégzés irányítással		x		
4.3.	Csoportos helyzetgyakorlat		x		

18.6. A tantárgy értékelésének módja

A nemzeti köznevelésről szóló 2011. évi CXC. törvény 54. § (2) a) pontja szerinti értékeléssel.

A
10326-12 azonosító számú
Sportági alapok
megnevezésű
szakmai követelménymodul
tantárgyai, témakörei

A 10326-12 azonosító számú, Sportági alapok megnevezésű szakmai követelménymodulhoz tartozó tantárgyak és témakörök oktatása során fejlesztendő kompetenciák

10326-12 Sportági alapok	Sportági alapok elmélet		Sportági alapok gyakorlat	
	A sportág története	Versenyszabályrendszer és szabályismeret	Sportágspecifikus gimnasztika és képességfejlesztés	Sportági technika
FELADATOK				
Népszerűsíti sportágát a megfelelő helyszíneken és fórumokon			x	x
Tudatos, előre megtervezett program alapján vezeti edzéseit			x	
Az aktuális körülményekhez igazodva, rugalmasan módosítja az edzéstervet		x	x	
A csapat (csoport) életkori sajátosságainak, és a tanítványok aktuális állapotának megfelelő edzésvezetési módszereket alkalmaz			x	x
Megtanítja a sportági mozgásanyag alapttechnikáit				x
A technikai elemeket az egyéni adottságok figyelembe vételével oktatja				x
Megtanítja és betartatja a sportág legfontosabb szabályait		x		
Az edzéseken sportág-specifikus bemelegítést és levezetést alkalmaz			x	
Tudatosítja tanítványaiban az egyes edzésfeladatok jelentőségét és szerepét a sportteljesítményben			x	x
Fokozott figyelmet fordít a tanítványok speciális képességeinek és készségeinek fejlesztésére			x	
Rendszeresen felméri sportolói edzettségi állapotát, és az eredményeket hasznosítja a további felkészítésben			x	
Elemzi és értékeli az edzésterv gyakorlati megvalósítását, a tapasztalatokat hasznosítja a további felkészítésben			x	x
Észreveszi a sportági tehetséget, támogatja képességei kibontakoztatását			x	
Edzéseken, versenyeken kiemelt figyelmet fordít a balesetek és a sérülések megelőzésére,			x	

szükség esetén szakszerű elsősegélyben részesíti tanítványait				
Szükség esetén konzultál a munkáját segítő szakemberekkel (egészségügyi szakszemélyzet, szakedző kollégák stb.)			x	
Gyermekcsoportok esetén folyamatos kapcsolatot tart fenn a tanítványok szüleivel			x	x
Közreműködik a kedvező csapat (csoport) légkör megteremtésében			x	x
Továbbképzéseken vesz részt, folyamatosan fejleszti szakmai tudását	x	x	x	x
SZAKMAI ISMERETEK				
Sportági profil, a sportág kialakulása, nemzetközi és hazai története	x			
A sportág szakemberei, a sportoktató sportági kompetenciái		x		
A sportoktató kompetenciájába tartozó célcsoport jellemzői	x			
Sportágspecifikus bemelegítés és levezetés			x	
Sportági alapt technikák bemutatása				x
Sportági alapt technikák oktatásmódszertana				x
A sportoktató kompetenciájába tartozó célcsoport sportági felkészítésének tervezése			x	
A sportoktató kompetenciájába tartozó célcsoport sportágspecifikus képességfejlesztése			x	
A sportoktató kompetenciájába tartozó célcsoport edzésvezetési sajátosságai, módszerei			x	x
A sportoktató kompetenciájába tartozó célcsoport edzettségi állapotának ellenőrzése és értékelése			x	
A sportág versenyrendszere		x		
A sportág verseny-, illetve játékszabályai		x		
A sportoktató kompetenciájába tartozó célcsoport versenyzése	x	x		
A sportági tehetség ismérése, tehetséggondozás			x	x
A sportágra jellemző sérülések megelőzése és felismerése			x	x
SZAKMAI KÉSZSÉGEK				
Beszédképesség	x	x	x	x
Szakmai nyelv használata	x	x	x	x
Motoros készség			x	x
Eszközhasználati készség			x	x
Mozgáselemzés, hibajavítás képessége			x	x
SZEMÉLYES KOMPETENCIÁK				
Terhelhetőség	x	x	x	x
Kitartás	x	x	x	x
Türelmesség	x	x	x	x
TÁRSAS KOMPETENCIÁK				

Kapcsolatteremtő és –fenntartó készség	x	x	x	x
Motiváló készség			x	x
Irányítási készség	x	x	x	x
MÓDSZERKOMPETENCIÁK				
Tervezés		x	x	x
Módszeres munkavégzés		x	x	x
Körültekintés, elővigyázatosság			x	x

19. Sportági alapok elmélet tantárgy

16 óra/16 óra*

* 9-13. évfolyamon megszervezett képzés/13. és 14. évfolyamon megszervezett képzés

19.1.A tantárgy tanításának célja

A tantárgy célja, hogy a tanulók átfogó és széleskörű ismereteket szerezzenek választott sportáguk történetéről, továbbá a sportág verseny-, illetve játékszabályairól. A tantárgy elsajátítása után a tanulók képesek legyen sportágukban a tehetség felismerésére, valamint gondozására.

19.2. Kapcsolódó közismereti, szakmai tartalmak

19.3. Témakörök

19.3.1. A sportági története

4 óra/4 óra

A sportág kialakulása, hazai története

A sportág nemzetközi története

A sportág kiemelkedő alakjai

Sportági kompetenciák, célcsoport

19.3.2. Versenyrendszer és szabályismeret

12 óra/12 óra

A sportág versenyrendszere

A sportág verseny-, illetve játékszabályai

A sportági tehetség ismervei, tehetséggondozás

19.4. A képzés javasolt helyszíne (ajánlás)

Tanterem

19.5. A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek, tanulói tevékenységformák (ajánlás)

A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek (ajánlás)

Sorszám	Alkalmazott oktatási módszer neve	A tanulói tevékenység szervezeti kerete			Alkalmazandó eszközök és felszerelések (SZVK 6. pont lebontása, pontosítása)
		egyéni	csoport	osztály	
1.1	magyarázat			x	
1.2.	megbeszélés			x	
1.3.	vita			x	
1.4.	szemléltetés			x	
1.5.	projekt		x		
1.6.	szimuláció		x		
1.7.	házi feladat	x			

A tantárgy elsajátítása során alkalmazható tanulói tevékenységformák (ajánlás)

Sor-szám	Tanulói tevékenységforma	Tanulói tevékenység szervezési kerete (differenciálási módok)			Alkalmazandó eszközök és felszerelések (SZVK 6. pont lebontása, pontosítása)
		Egyéni	Csoport-bontás	Osztály-keret	
1.	Információ feldolgozó tevékenységek				
1.1.	Olvasott szöveg feladattal vezetett feldolgozása		x		
1.2.	Olvasott szöveg feldolgozása jegyzeteléssel	x			
1.3.	Hallott szöveg feldolgozása jegyzeteléssel	x			
1.4.	Hallott szöveg feladattal vezetett feldolgozása			x	
1.5.	Információk önálló rendszerezése	x			
1.6.	Információk feladattal vezetett rendszerezése			x	
2.	Ismeretalkalmazási gyakorló tevékenységek, feladatok				
2.1.	Leírás készítése	x			
2.2.	Válaszolás írásban mondatszintű kérdésekre	x			
2.3.	Tesztfeladat megoldása	x			
2.4.	Tapasztalatok utólagos ismertetése szóban		x		
2.5.	Tapasztalatok helyszíni ismertetése szóban			x	
3.	Komplex információk körében				
3.1.	Elemzés készítése tapasztalatokról	x			
3.2.	Jegyzetkészítés eseményről kérdéssor alapján		x		
3.3.	Utólagos szóbeli beszámoló		x		
4.	Csoportos munkaformák körében				
4.1.	Feladattal vezetett kiscsoportos szövegfeldolgozás		x		
4.2.	Kiscsoportos szakmai munkavégzés irányítással		x		
4.3.	Csoportos helyzetgyakorlat		x		

19.6. A tantárgy értékelésének módja

A nemzeti köznevelésről szóló 2011. évi CXC. törvény 54. § (2) a) pontja szerinti értékeléssel.”

20. Sportági alapok gyakorlat tantárgy

304 óra/304 óra*

* 9-13. évfolyamon megszervezett képzés/13. és 14. évfolyamon megszervezett képzés

20.1.A tantárgy tanításának célja

Olyan sportágspecifikus ismeretek nyújtása, jártasságok, képességek, készségek és attitűdök kialakítása, melyek segítségével a tanuló alkalmassá válik:

- a választott sportág mozgásformáit alapszinten bemutatni, elemezni, eredményesen oktatni
- edzésterveket összeállítani és végrehajtatni, magasabb képesítésű edzők által összeállított edzésterveket levezetni
- az alaptechnikák végrehajtásakor előforduló hibákat felismerni, javítani
- kisebb sporteseményeket megszervezni és lebonyolítani
- sportágában tanfolyamokat, táborokat szervezni
- sportágában szabadidős tevékenységeket szervezni, vezetni
- a tevékenységgel kapcsolatos ártalmakat felismerni, megelőzni a lehetőségekhez képest
- a foglalkozásokon résztvevők képességeit és erőnlétét szakszerűen értékelni

20.2. Kapcsolódó közismereti, szakmai tartalmak

20.3. Témakörök

20.3.1. Sportágspecifikus gimnasztika és képességfejlesztés 150 óra/150 óra

Sportágspecifikus bemelegítés

Sportágspecifikus levezetés

Sportágspecifikus ízületi mozgékony-ság-fejlesztés, nyújtás, stretching

Speciális sportági kondicionális képességfejlesztés

Speciális sportági koordinációs képességfejlesztés

20.3.2. Sportági technika

154 óra/154 óra

A sportág technikai elemeinek bemutatása

A sportág technikai elemeinek oktatásmódszertana

A hibajavítás módszertana, eszközei

Sportági felkészítés, valamint edzésvezetés és módszertana

A sportágra jellemző ártalmak, illetve sérülések megelőzése, felismerése

20.4. A képzés javasolt helyszíne (ajánlás)

A sportág sajátosságának és igényének megfelelő sportlétesítmény, tornaterem, sportpálya.

20.5. A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek, tanulói tevékenységformák (ajánlás)

A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek (ajánlás)

Sorszám	Alkalmazott oktatási módszer neve	A tanulói tevékenység szervezeti kerete			Alkalmazandó eszközök és felszerelések (SZVK 6. pont lebontása, pontosítása)
		egyéni	csoport	osztály	
1.1	magyarázat			x	
1.2.	megbeszélés			x	
1.3.	vita			x	
1.4.	szemléltetés			x	
1.5.	projekt		x		
1.6.	szimuláció		x		
1.7.	házi feladat	x			

A tantárgy elsajátítása során alkalmazható tanulói tevékenységformák (ajánlás)

Sor-szám	Tanulói tevékenységforma	Tanulói tevékenység szervezési kerete (differenciálási módok)			Alkalmazandó eszközök és felszerelések (SZVK 6. pont lebontása, pontosítása)
		Egyéni	Csoport-bontás	Osztály-keret	
1.	Információ feldolgozó tevékenységek				
1.1.	Hallott szöveg feldolgozása jegyzeteléssel	x			
1.2.	Hallott szöveg feladattal vezetett feldolgozása		x		
1.3.	Információk feladattal vezetett rendszerezése			x	
2.	Ismeretalkalmazási gyakorló tevékenységek, feladatok				
2.1.	Írásos elemzések készítése	x			
2.2.	Tesztfeladat megoldása	x			
2.3.	Tapasztalatok utólagos ismertetése szóban			x	
3.	Komplex információk körében				
3.1.	Elemzés készítése tapasztalatokról	x			
3.2.	Jegyzetkészítés eseményről kérdéssor alapján	x			
3.3.	Utólagos szóbeli beszámoló			x	
4.	Csoportos munkaformák körében				
4.1.	Kiscsoportos szakmai munkavégzés irányítással		x		
4.2.	Csoportos helyzetgyakorlat		x		
4.3.	Csoportos versenyjáték		x		

5.	Gyakorlati munkavégzés körében				
5.1.	Műveletek gyakorlása			x	
5.2.	Munkamegfigyelés adott szempontok alapján	x			
6.	Szolgáltatási tevékenységek körében				
6.1.	Részvétel az ügyfélfogadáson, esetmegfigyelés	x			
6.2.	Szolgáltatási napló vezetése	x			
6.3.	Önálló szakmai munkavégzés felügyelet mellett	x			
6.4.	Önálló szakmai munkavégzés közvetlen irányítással	x			

20.6. A tantárgy értékelésének módja

A nemzeti köznevelésről szóló 2011. évi CXC. törvény 54. § (2) a) pontja szerinti értékeléssel.

A
10327-12 azonosító számú
Sportedzői szakismeretek
megnevezésű
szakmai követelménymodul
tantárgyai, témakörei

A 10327-12 azonosító számú, Sportedzői szakismeretek megnevezésű szakmai követelménymodulhoz tartozó tantárgyak és témakörök oktatása során fejlesztendő kompetenciák

10327-12 Sportedzői szakismeretek	Sportági szakismeretek elmélet		Sportági szakismeretek gyakorlat			
	A sportág szervezeti rendszere	Sportágspecifikus edzés tervezés	Sportági taktika	Versenyeztetés, teljesítményfokozás	Sportágspecifikus edzésvezetés	Edzői szerep a gyakorlatban
FELADATOK						
A sportfelkészülés szakaszának megfelelő edzés terveket készít		x				
Új sportági mozgáselemeket tanít, tökéletesíti tanítványai mozgástechnikáját				x	x	
A célcsoport sajátosságainak megfelelő képességfejlesztési és edzésvezetési módszereket alkalmaz					x	x
Az edzés tervben meghatározottak szerint ellenőrzi tanítványai fejlődését, a kapott eredményeket értékeli		x		x		
Az életkori és az egyéni sajátosságok figyelembevételével felkészíti sportolóit a versenyre (mérkőzésre)				x		
Hozzásegíti tanítványait a versenyen (mérkőzésen) való sikeres szerepléshez, ellátja a verseny előtti, alatti és utáni edzői feladatokat				x		x
Az edzésen, illetve a versenyen (mérkőzésen) észleli a technikai és taktikai hibákat, útmutatást ad azok kijavítására			x		x	x
Elemzi a versenyről, (mérkőzésről) készült statisztikákat, felvételeket, a tapasztaltakat felhasználja további munkájában			x		x	x
Hatékonyan használja a sportteljesítmény fokozásának megengedett eszközeit				x		
Betartja és betartatja a doppingellenes tevékenység szabályait				x		x
Közreműködik a kompetenciájába tartozó célcsoport versenyének megszervezésében és lebonyolításában	x			x		x
Erősíti a csapatkohéziót, kezeli a felmerülő konfliktusokat, hozzájárul a jó közösségi légkör megteremtéséhez						x

Edzőtáborokat szervez, összeállítja és megvalósítja az edzőtáborok szakmai programját	x	x		x	x	x
Hozzájárul a sportolók egészséges életmódjának, egészséges táplálkozásának megvalósulásához				x		x
Pedagógiai és pszichológiai módszerek alkalmazásával támogatja a sikeres versenyzői személyiségjegyek kialakulását						x
Kompetenciahatárain belül értelmezi és hasznosítja a sportorvosi, illetve terhelésélettani vizsgálatok eredményeit		x		x		x
Feltárja a teljesítmény-visszaesés okait, és közreműködik azok megszüntetésében				x		
Megelőzi a terheléses rosszullétek kialakulását, bekövetkezésük esetén ellátja a szükséges teendőket		x				x
Együttműködik a sportolók felkészítésében érintett egyéb szakemberekkel (sportorvos, pszichológus, sportmenedzser stb.)	x					x
Ellátja a szponzorációval kapcsolatos edzői feladatokat (szponzorkeresés, kapcsolattartás, médiaszereplés stb.)	x					
SZAKMAI ISMERETEK						
A sportfelkészülés szakaszai		x	x	x	x	
A sportedző sportági kompetenciái	x	x	x	x	x	x
A sportedző kompetenciájába tartozó célcsoport jellemzői			x	x	x	x
A sportági mozgástechnika elmélyítése, tökéletesítése, a technikai elemek gazdagítása				x		
Sportági taktika és stratégia			x			
A sportedző kompetenciájába tartozó célcsoport sportági felkészítésének tervezése		x				
A sportedző kompetenciájába tartozó célcsoport sportágspecifikus képességfejlesztése					x	
A sportedző kompetenciájába tartozó célcsoport edzésvezetési sajátosságai, módszerei					x	
A sportedző kompetenciájába tartozó célcsoport edzettségi állapotának ellenőrzése és értékelése				x		
A sportedző kompetenciájába tartozó célcsoport versenyzése	x			x		
A sportedző kompetenciájába tartozó célcsoport versenyének szervezése és lebonyolítása	x			x		x
Az edzőtáborozás					x	x
A sportági teljesítményt befolyásoló módszerek és körülmények				x		
A doppingellenes tevékenység szabályai	x					
A hazai és nemzetközi sportági szakszövetség működése	x					
A kiválasztás és beválás sportágspecifikus kérdései					x	x
Az utánpótlásnevelés rendszere hazánkban	x					

A sportoló táplálkozása, életmódja					x	x
A sportoló személyiségének megismerése, a hatékony edző-tanítvány viszony pszichológiai, pedagógiai alapjai						x
A sikeres edző személyisége						x
Csapatépítés, a csapatkohézió erősítése						x
Sportorvosi és egyéb terhelésélettani vizsgálatok eredményeinek felhasználása az edzői munkában		x		x		
Edzés közben előforduló nem sérüléses eredetű rosszullétek, és azok első ellátása						x
A letörés okai, formái, megelőzése, kezelése, a túlerőltetés és a túledzés		x		x		
Team-munka a sportolók felkészítésében						x
Szponzorálás a sportágban	x					x
SZAKMAI KÉSZSÉGEK						
Beszédképesség	x	x	x	x	x	x
Szakmai nyelv használata		x	x	x	x	x
Motoros készség			x	x	x	x
Sportszerek és –eszközök célirányos alkalmazása		x	x	x	x	x
Mozgáselemzés, hibajavítás képessége			x	x	x	x
SZEMÉLYES KOMPETENCIÁK						
Fejlődőképesség, önfejlesztés		x	x	x	x	x
Elhivatottság, elkötelezettség	x	x	x	x	x	x
Stressztűrőképesség	x	x	x	x	x	x
TÁRSAS KOMPETENCIÁK						
Motiváló készség			x	x	x	x
Irányítási készség		x	x	x	x	x
Interperszonális rugalmasság	x					x
MÓDSZERKOMPETENCIÁK						
Tervezés	x	x	x	x	x	x
Eredményorientáltság		x	x	x	x	
Ellenőrzés		x	x	x	x	

21. Sportági szakismeretek elmélet tantárgy

32 óra/32 óra*

* 9-13. évfolyamon megszervezett képzés/13. és 14. évfolyamon megszervezett képzés

21.1.A tantárgy tanításának célja

A tantárgy célja, hogy a tanulók átfogó és széleskörű ismereteket szerezzenek választott sportáguk szervezetrendszeréről, továbbá a különböző tudományterületek sportágspecifikus vonatkozásairól.

21.2. Kapcsolódó közismereti, szakmai tartalmak

21.3. Témakörök

21.3.1. Sportág jellemzői, szervezetrendszere

6 óra/6 óra

A sportág célcsoportjának jellemzői

A sportág szabadidősport területet érintő vonatkozásai

A sportág versenysport területet érintő vonatkozásai

A sportág hazai és nemzetközi szervezetei

A sportág szervezeteinek egymáshoz való viszonya

A sportág utánpótlásnevelési rendszere

21.3.2. Sportágspecifikus edzéstervezés

26 óra/26 óra

A sportági felkészítés tervezése

Sportágspecifikus teljesítménynyfokozás módszerei, eszközei

Sportágspecifikus élettani, egészségtani vonatkozások

Sportágspecifikus pszichológiai vonatkozások

Sportágspecifikus pedagógiai vonatkozások

Sportágspecifikus edzéselméleti vonatkozások

21.4. A képzés javasolt helyszíne (ajánlás)

Tanterem

21.5. A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek, tanulói tevékenységformák (ajánlás)

A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek (ajánlás)

Sorszám	Alkalmazott oktatási módszer neve	A tanulói tevékenység szervezeti kerete			Alkalmazandó eszközök és felszerelések (SZVK 6. pont lebontása, pontosítása)
		egyéni	csoport	osztály	
1.1	magyarázat			x	
1.2.	megbeszélés			x	
1.3.	vita			x	
1.4.	szemléltetés			x	
1.5.	projekt		x		

1.6.	szimuláció		x		
1.7.	házi feladat	x			

A tantárgy elsajátítása során alkalmazható tanulói tevékenységformák (ajánlás)

Sor-szám	Tanulói tevékenységforma	Tanulói tevékenység szervezési kerete (differenciálási módok)			Alkalmazandó eszközök és felszerelések (SZVK 6. pont lebontása, pontosítása)
		Egyéni	Csoport-bontás	Osztály-keret	
1.	Információ feldolgozó tevékenységek				
1.1.	Olvasott szöveg feladattal vezetett feldolgozása		x		
1.2.	Olvasott szöveg feldolgozása jegyzeteléssel	x			
1.3.	Hallott szöveg feldolgozása jegyzeteléssel	x			
1.4.	Hallott szöveg feladattal vezetett feldolgozása			x	
1.5.	Információk önálló rendszerezése	x			
1.6.	Információk feladattal vezetett rendszerezése			x	
2.	Ismeretalkalmazási gyakorló tevékenységek, feladatok				
2.1.	Leírás készítése	x			
2.2.	Válaszolás írásban mondat szintű kérdésekre	x			
2.3.	Tesztfeladat megoldása	x			
2.4.	Tapasztalatok utólagos ismertetése szóban		x		
2.5.	Tapasztalatok helyszíni ismertetése szóban			x	
3.	Komplex információk körében				
3.1.	Elemzés készítése tapasztalatokról	x			
3.2.	Jegyzetkészítés eseményről kérdéssor alapján		x		
3.3.	Utólagos szóbeli beszámoló		x		
4.	Csoportos munkaformák körében				
4.1.	Feladattal vezetett kiscsoportos szövegfeldolgozás		x		
4.2.	Kiscsoportos szakmai munkavégzés irányítással		x		
4.3.	Csoportos helyzetgyakorlat		x		

21.6. A tantárgy értékelésének módja

A nemzeti köznevelésről szóló 2011. évi CXC. törvény 54. § (2) a) pontja szerinti értékeléssel.”

22. Sportági szakismeretek gyakorlat tantárgy

320 óra/320 óra*

* 9-13. évfolyamon megszervezett képzés/13. és 14. évfolyamon megszervezett képzés

22.1.A tantárgy tanításának célja

Olyan sportágspecifikus ismeretek nyújtása, jártasságok, képességek, készségek és attitűdök kialakítása, melyek segítségével a tanuló alkalmassá válik:

- a választott sportág mozgásformáit szakszerűen bemutatni, elemezni, eredményesen oktatni
- a sportági mozgástechnikák végrehajtásakor előforduló hibákat felismerni, javítani
- a sportolók képességeit és erőnlétét szakszerűen felmérni, értékelni
- az életkori sajátosságok, valamint az egyéni adottságok figyelembevételével tanítványai sportág-specifikus felkészítését, versenyzését megtervezni és irányítani
- a sportolók teljesítményét értékelni, a versenyzők kiválasztását elvégezni
- a tehetséggondozás korszerű elveit és módszereit alkalmazni
- különböző ciklusú edzésterveket készíteni
- a munkájában résztvevő segédedzők tevékenységét irányítani
- sporteseményeket, mérkőzéseket, versenyeket, táborokat szervezni
- a munkakörével együtt járó szervezési, pénzügyi, adminisztratív és marketing feladatokat ellátni
- sportágában szabadidős tevékenységeket szervezni, vezetni
- a tevékenységgel kapcsolatos ártalmakat felismerni, megelőzni a lehetőségekhez képest
- szükség esetén szakszerű segítséget- és elsősegélyt nyújtani
- más testkulturális és egészségügyi szakemberekkel együttműködni

22.2. Kapcsolódó közismereti, szakmai tartalmak

22.3. Témakörök

22.3.1. Sportági taktika

20 óra/20 óra

Sportági taktika
Stratégia

22.3.2. Versenyeztetés, teljesítményfokozás

140 óra/140 óra

Terheléselettani vizsgálatok a sportágban
Edzetségi állapot ellenőrzése, értékelése
Edzőtábor szervezése, lebonyolítása
Sportágspecifikus teljesítményfokozás módszerei

Kiválasztás a sportágban
Versenyszervezés a sportágban

22.3.3. Sportágspecifikus edzésvezetés

140 óra/140 óra

Sportági edzésvezetési módszerek

Edzéstervezési módszerek, eszközök a sportágban

22.3.4. Edzői szerep a gyakorlatban

20 óra/20 óra

Az edző, mint példakép saját sportágában

Motiváció a gyakorlatban

Csapatépítés, csapatkohézió a sportolók körében

Szponzorok toborzásában való részvétel a gyakorlatban

22.4. A képzés javasolt helyszíne (ajánlás)

A sportág sajátosságának és igényének megfelelő sportlétesítmény, tornaterem, sportpálya.

22.5. A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek, tanulói tevékenységformák (ajánlás)

A tantárgy elsajátítása során alkalmazható sajátos módszerek (ajánlás)

Sorszám	Alkalmazott oktatási módszer neve	A tanulói tevékenység szervezeti kerete			Alkalmazandó eszközök és felszerelések (SZVK 6. pont lebontása, pontosítása)
		egyéni	csoport	osztály	
1.1	magyarázat			x	
1.2.	megbeszélés			x	
1.3.	vita			x	
1.4.	szemléltetés			x	
1.5.	projekt		x		
1.6.	szimuláció		x		
1.7.	házi feladat	x			

A tantárgy elsajátítása során alkalmazható tanulói tevékenységformák (ajánlás)

Sor-szám	Tanulói tevékenységforma	Tanulói tevékenység szervezési kerete (differenciálási módok)			Alkalmazandó eszközök és felszerelések (SZVK 6. pont lebontása, pontosítása)
		Egyéni	Csoport-bontás	Osztály-keret	

1.	Információ feldolgozó tevékenységek				
1.1.	Hallott szöveg feldolgozása jegyzeteléssel	x			
1.2.	Hallott szöveg feladattal vezetett feldolgozása		x		
1.3.	Információk feladattal vezetett rendszerezése			x	
2.	Ismeretalkalmazási gyakorló tevékenységek, feladatok				
2.1.	Írásos elemzések készítése	x			
2.2.	Tesztfeladat megoldása	x			
2.3.	Tapasztalatok utólagos ismertetése szóban			x	
3.	Komplex információk körében				
3.1.	Elemzés készítése tapasztalatokról	x			
3.2.	Jegyzetkészítés eseményről kérdéssor alapján	x			
3.3.	Utólagos szóbeli beszámoló			x	
4.	Csoportos munkaformák körében				
4.1.	Kiscsoportos szakmai munkavégzés irányítással		x		
4.2.	Csoportos helyzetgyakorlat		x		
4.3.	Csoportos versenyjáték		x		
5.	Gyakorlati munkavégzés körében				
5.1.	Műveletek gyakorlása			x	
5.2.	Munkamegfigyelés adott szempontok alapján	x			
6.	Szolgáltatási tevékenységek körében				
6.1.	Részvétel az ügyfélfogadáson, esetmegfigyelés	x			
6.2.	Szolgáltatási napló vezetése	x			
6.3.	Önálló szakmai munkavégzés felügyelet mellett	x			
6.4.	Önálló szakmai munkavégzés közvetlen irányítással	x			

22.6. A tantárgy értékelésének módja

A nemzeti köznevelésről szóló 2011. évi CXC. törvény 54. § (2) a) pontja szerinti értékeléssel

Összefüggő szakmai gyakorlat

II. Két évfolyamos oktatás közismereti képzés nélkül

1. évfolyamot követően 160 óra

Az összefüggő nyári gyakorlat egészére vonatkozik a meghatározott óraszám, amelynek keretében az összes felsorolt elemet kötelezően oktatni kell az óraszámok részletezése nélkül, a tanulók egyéni kompetenciafejlesztése érdekében.

Szakmai követelménymodul	Tantárgy/Témakörök
10324-12 Edzéselmélet és gimnasztika	Edzésprogramok gyakorlat
	Edzéslátogatás
	Motoros képességfejlesztés

10324-12 Edzéselmélet és gimnasztika

Edzésprogramok gyakorlat tantárgy

Témakörök

Edzéslátogatás

Részvétel saját sportága/mozgásformája edzésprogramjában, saját edző irányításával

Saját sportágában/mozgásformájában más helyszíneken (más egyesületben, klubban, településen és más edző irányításával) tartott edzések látogatása

Saját sportágában/mozgásformájában más (fiatalabb, idősebb) korosztályoknak tartott edzések megtekintése

Saját sportágában amatőr sportolók és profi versenyzők edzéseinek megtekintése (sportedző)

Kezdő és haladó fittségi edzésprogramok megtekintése (fitness-wellness instruktorként)

Versenyegek látogatása (sportedző)

Szakmai rendezvények, workshopok látogatása (fitness-wellness instruktorként)

Más sportágak/mozgásformák edzésprogramjainak és versenyeinek megtekintése

(Minden esetben a gyakorlatvezető határozza meg a látogatások részletes feladatait.)

Motoros képességfejlesztés

Általános és speciális erőfejlesztés

Gyorsaság fejlesztése

Állóképesség fejlesztése

Az ízületi mozgékonyaság fejlesztése

Koordinációs képességek fejlesztése

(Valamennyi fejlesztő módszer elsajátítása konkrét gyakorlatok és edzésprogramok végrehajtása útján történik.)