

**10144029 számú Sportoktató (muaythai sportágban) megnevezésű szakképesítés megszerzésére irányuló szakmai képzéseket megalapozó programkövetelmény**

**1 A programkövetelmény, illetve az ennek alapján szervezhető szakmai képzés**

- 1.1 Megnevezése: Sportoktató (muaythai sportágban)
- 1.2 Ágazat megnevezése: Sport ágazat
- 1.3 Besorolása a képzési területek egységes osztályozási rendszere (KEOR) szerinti kód alapján: 1014

**2 A programkövetelmény alapján szervezhető szakmai képzéssel megszerzhető szakképesítés**

- 2.1 Megnevezése: Sportoktató (muaythai sportágban)
- 2.2 Szintjének besorolása
  - 2.2.1 Az Európai Képesítési Keretrendszer (EKKR) szerint: 4
  - 2.2.2 A Magyar Képesítési Keretrendszer (MKKR) szerint: 4
  - 2.2.3 A Digitális Kompetencia Keretrendszer szerint: 4

**3 A programkövetelmény alapján szervezhető szakmai képzéssel megszerzhető szakképesítés és az azzal betölthető munkakör vagy végezhető tevékenység kapcsolata, összefüggése:**

A szakmai képzéshez kapcsolódóan megszerzhető szakképesítés jogszabályban meghatározott képesítési követelmény munkakör betöltéséhez vagy tevékenység folytatásához.

A képesítési követelményt előíró jogszabály: a sport területén képzéshez kötött tevékenységek gyakorlásához szükséges képesítések jegyzékéről szóló 157/2004. (V. 18.) Korm. rendelet

**4 A programkövetelmény alapján szervezhető szakmai képzéshez kapcsolódóan megszerzhető szakképesítéssel ellátható legjellemzőbb munkaterület, tevékenység vagy munkakör leírása:**

A Sportoktató (muaythai sportágban) szakember célirányosan tervezi, szervezi és irányítja az oktatáson résztvevők foglalkozását. Tisztában van a sportág hazai és nemzetközi történetével. Alapszinten megtanítja a sportág mozgásanyagát, alap technikai elemeit. Ismeri a sportág versenyszabályait. Sportágspecifikus ismereteket nyújt, kialakítja a sportági jártasságot, képességeket, készségeket fejleszt. Felismeri és gondozza a tehetséget. Értékeli a tanulók edzéseken nyújtott teljesítményét, a korszerű pedagógiai és edzéselvek, edzés módszerek figyelembevételével fejleszti teljesítőképeségüket és teljesítő-készségüket. Felméri a tanulók technikai tudását és képes javítani azokat. Részt vesz a sport és egyéb szabadidős tevékenységet szervező egység/intézmény munkájában. Rekreációs szakemberként részt vesz a szabadidős sportolók

foglalkozásai, versenyei szervezésében, irányításában. Tanácsaival segíti az egészséges életmódra törekvők sportolási programjának összeállítását.

## **5 A programkövetelmény alapján szervezhető szakmai képzéssel megszerezhető szakképesítéshez szükséges képzési tartalom szabadalmi vagy szerzői jogi oltalom alatti állása:**

5.1 Szabadalmi vagy szerzői jogi oltalom alatt áll:

5.1.1 Az oltalom típusának megjelölése: -

5.1.2 Nyilvántartó hatóság: -

5.1.3 Azonosító vagy nyilvántartásba vételi száma: -

## **6 A programkövetelmény alapján szervezhető szakmai képzés megkezdéséhez szükséges bemeneti feltételek:**

6.1 Iskolai előképzettség: érettségi végzettség

6.2 Szakmai előképzettség: -

6.3 Egészségügyi alkalmassági követelmény: foglalkozásegészségügyi alkalmassági vizsgálat

6.4 Szakmai gyakorlat területe és időtartama:

- 3. Imaes Khan fokozat,

- az országos sportági szakszövetség részéről - a honlapján közzétett - szakmai szempontok szerinti sportági jártasság igazolása szükséges

## **7 A programkövetelmény alapján szervezhető szakmai képzés elvégzéséhez szükséges foglalkozások minimális és maximális óraszám (Amennyiben a programkövetelmény modulszerű felépítésű, a minimális óraszám a modulonként meghatározott minimális, a maximális óraszám a modulonként meghatározott maximális óraszámok összege):**

7.1 Minimális óraszám: 190

7.2 Maximális óraszám: 275

## **8 A szakmai követelmények leírása:**

8.1 Modulszerű felépítés esetén

**8.1.1 Programkövetelmény-modul neve: A sportoló szervezetének felépítése és működése, balesetvédelem**

8.1.1.1 Programkövetelmény-modul sorszáma: 1

8.1.1.2 Programkövetelmény-modul tanulási eredményeinek elsajátításához szükséges foglalkozások minimális és maximális óraszám:

8.1.1.2.1 Minimális óraszám: 30

8.1.1.2.2 Maximális óraszám: 40

<b>Képesség</b>	<b>Tudás</b>	<b>Attitűd</b>	<b>Autonómia és felelősség</b>
Képes az emberek mozgáskultúrájának, speciális állóképességének, terhelhetőségének, erőnlétének a fejlesztésére, megőrzésére, a mozgásszervi és keringési károsodások megelőzésére, illetve rehabilitációjára.	Magas szintű tudással rendelkezik a gyakorlati edzői tevékenység ellátásához szükséges alapvető, anatómiai és élettani, sporttudományi ismeretekről.	Az egészséges életmódra, a fizikai erőnlét fejlesztésére ösztönző szemléletmóddal rendelkezik; az ember és környezete harmonikus egyensúlyára figyelmet fordító felelősségteljes magatartást tanúsít; ezeket törekszik másnak is átadni.	A testi-lelki egészségről koherens egyéni álláspontot alakít ki, terjeszti is ezeket környezetében.
Képes az egészséges életmód tervezésére, az egészségfejlesztésre, a rekreációs és mentálhigiénés kultúra kialakítására, valamint egészségfejlesztő, rekreációs és életmódprogramok gyakorlati megvalósítására.	Ismeri a sportbéli csúcsteljesítmények eléréséhez szükséges fizikai és mentális képességek fejlesztésének eljárásait, módszereit, valamint az egészségükben károsodott emberek sport általi rehabilitációs folyamatokat.	Törekszik az élethosszig tartó és az élet egészére kiterjedő tanulásra, nyitott új médiumok iránt, keresi az új információforrásokat.	Tudatosan képviseli azon módszereket, amelyekkel szakterületén dolgozik, és elfogadja más tudományágak módszertani sajátosságait.
Képes az edzői tevékenységében sporttudományi, egészség tudományi ismeretek alkalmazására.	A sport gyakorlata által megkövetelt magas szintű teljesítmény fejlesztése során megtartja a sportolók egészségét.	Értéknek tekinti a sportot, az egészséges életmódot és életminőséget.	Felelősségteljes, egészség tudatos ember szemléletét környezetében terjeszti.
Képes az előforduló balesetek esetén a károsodások felismerésére, az adekvát elsősegélynyújtásra.	Ismeri a sportban, illetve a sportágban jellemző balesetmegelőzési és elsősegély-nyújtási alapvető szabályokat és eljárásokat.	Rendelkezik az egészségkultúra, az életminőség, valamint a rekreáció korszerű (egészségtudatos) szemléletével, nézeteit szűkebb és tágabb társadalmi körben terjeszti.	Önállóan, a hiteles szakmai forrásokra támaszkodva tekinti át és elemzi a testkultúra, illetve az egészségkultúra kérdéseit, a problémákra megoldási javaslatokat fogalmaz meg.

## 8.1.2 Programkövetelmény-modul neve: **Edzéselméleti alapok**

8.1.2.1 Programkövetelmény-modul sorszám: 2

8.1.2.2 Programkövetelmény-modul tanulási eredményeinek elsajátításához szükséges foglalkozások minimális és maximális óraszám:

8.1.2.2.1 Minimális óraszám: 20

8.1.2.2.2 Maximális óraszám: 30

<b>Képesség</b>	<b>Tudás</b>	<b>Attitűd</b>	<b>Autonómia és felelősség</b>
Képes sportegyesületi és iskolai szervezett keretek között a sportolók/rendszeres fizikai aktivitást végzők megfelelő foglalkozásának vezetésére.	Átlátja a sport általános folyamatait, rendszereit, valamint ezek felépítését, működését.	Értéknek tekinti az egészséges életmódot és életminőséget, valamint rendelkezik az egészségtudatos ember szemléletével; nézeteit ismerősei körében terjeszti.	A testi-lelki egészségről koherens egyéni álláspontot alakít ki, terjeszti is ezeket környezetében.
Képes az edzéselméleti ismeretek sportágspecifikus, életkoroknak megfelelő alkalmazására.	Ismeri az edzéselmélet alapfogalmait, módszertanát, fő területeit.	Tiszteletben tartja bármely életkori emberi méltóságot és jogokat a testkulturális területen végzett munkája során, különös tekintettel a saját szakterületén előforduló esetekre.	Szakmai felelősségének tudatában fejleszti a vele kapcsolatba kerülők személyiségét.
Képes az egészséges életmód tervezésére, az egészségfejlesztésre valamint egészségfejlesztő, rekreációs és életmódprogramok gyakorlati megvalósítására.	Megfelelő tudással rendelkezik az egészséges emberi szervezet alapvető testi, lelki működéséről, a terhelésélettani összefüggésekről.	Törekszik az élet-hosszig tartó és az élet egészére kiterjedő tanulásra, nyitott új médiumok iránt, keresi az új információforrásokat.	Együttműködést kezdeményez a testkulturális területen működő szervezetekkel.
Képes az emberek mozgáskultúrájának fejlesztésére, megőrzésére, rendellenességek megelőzésére, illetve rehabilitációjára.	Megfelelő tudással rendelkezik az egészséges emberi szervezet alapvető testi, lelki működéséről és a helytelen életmódból fakadó egészségkárosító tényezőkről.	Rendelkezik az egészségkultúra, az életminőség, valamint a rekreáció korszerű (egészségtudatos) szemléletével, nézeteit szűkebb és tágabb társadalmi körben terjeszti.	Szakmai felelősségének tudatában fejleszti a vele kapcsolatba kerülők személyiségét a sport/rekreáció társadalmi szerepének, fontosságának hangsúlyozásával.

Ismerje a felkészítés alapvető területeit, a mozgástanulás folyamatát.	Magas szintű elméleti és gyakorlati tudással rendelkezik a sportolók felkészítéséhez, versenyeztetéséhez szükséges élettani, biomechanikai törvényszerűségekről.	Törekszik arra, hogy a szakmai problémákat lehetőség szerint másokkal, más szervezetekkel együttműködve oldja meg.	Önállóan, a hiteles szakmai forrásokra támaszkodva tekinti át és elemzi a testkultúra, illetve az egészségkultúra kérdéseit, és a problémákra megoldási javaslatokat fogalmaz meg.
Képes a tehetségek felismerésére, legyen korrekt a tehetségüknek megfelelő sportra irányításban.	Ismeri a tehetséges sportoló jellemzőit, tisztában van a tehetséggondozás folyamatával és felelősségével.	Tantárgyi felkészültsége erősítse a tanítványok iránti felelősségérzetét.	Együttműködik a szakemberekkel, szülőkkel a sportoló fejlődése érdekében.
Képes tanítványait irányítani és segíteni a különböző edzés- és versenyhelyzetekben.	Magas szintű elméleti és gyakorlati tudással rendelkezik a sportolók felkészítéséhez, versenyeztetéséhez szükséges pedagógiai, pszichológiai, szociológiai törvényszerűségekről.	Tudatosan képviseli szakterületének korszerű elméleteit és módszereit.	Koherens álláspontot alakít ki a holisztikus értelemben vett egészségről, és álláspontját modern kommunikációs eszközökkel is terjeszti.

### 8.1.3 Programkövetelmény-modul neve: **Sportpedagógia**

8.1.3.1 Programkövetelmény-modul sorszám: 3

8.1.3.2 Programkövetelmény-modul tanulási eredményeinek elsajátításához szükséges foglalkozások minimális és maximális óraszámja:

8.1.3.2.1 Minimális óraszám: 10

8.1.3.2.2 Maximális óraszám: 15

<b>Képesség</b>	<b>Tudás</b>	<b>Attitűd</b>	<b>Autonómia és felelősség</b>
El tudja látni a sportolók/rendszeres fizikai aktivitást végzők felkészítését és versenyeztetését.	Ismeri a testkultúra és az egészségkultúra alapfogalmait, fejlesztésük eszközrendszereit, módszereit és eljárásait.	Nyitott a kapcsolatteremtésre, az együttműködésre és a kommunikációra magyar és idegen nyelven.	A testi-lelki egészségről koherens egyéni álláspontot alakít ki, terjeszti is ezeket környezetében.
Képes az egészséges életmód tervezésére, az egészségfejlesztésre, a rekreációs és mentálhigiénés kultúra kialakítására.	Ismeri a szakterületen alkalmazható konfliktuskezelési módokat, kommunikációs stratégiákat és	Értéknek tekinti a rekreációt, az egészséges életmódot és életminőséget, valamint rendelkezik az	Együttműködést kezdeményez a testkulturális területen működő szervezetekkel.

tására, valamint egészségfejlesztő, rekreációs és életmódprogramok gyakorlati megvalósítására.	módszereket.	egészségtudatos ember szemléletével; nézeteit ismerősei körében terjeszti.	
Képes a sportszervezetknél, önkormányzatoknál, rekreációs intézményeknél, rendezvényszervezéssel foglalkozó szervezeteknél szervezői és vezetői feladatok ellátására.	Ismeri a szakterületen alkalmazható oktatási-nevelési módszereket.	Igényes munkavégzésével hozzájárul a testkultúra, a rekreációs és egészségkultúra színvonalának emeléséhez.	Önállóan, a hiteles szakmai forrásokra támaszkodva tekinti át és elemzi a testkultúra, illetve az egészségkultúra kérdéseit, és a problémákra megoldási javaslatokat fogalmaz meg.
Képes a sporttevékenység szereplőivel aktív és innovatív együttműködésre.	Ismeri az egyes sportági korosztályokban alkalmazható pedagógiai eszközrendszert.	Rendelkezik az egészségkultúra, az életminőség, valamint a rekreáció korszerű (egészségtudatos) szemléletével, nézeteit szűkebb és tágabb társadalmi körben terjeszti.	Szakmai felelősségének tudatában fejleszti a vele kapcsolatba kerülők személyiségét a testnevelés és sport, rekreáció társadalmi szerepének, fontosságának hangsúlyozásával.

#### 8.1.4 Programkövetelmény-modul neve: **Sportpszichológia**

8.1.4.1 Programkövetelmény-modul sorszáma: 4

8.1.4.2 Programkövetelmény-modul tanulási eredményeinek elsajátításához szükséges foglalkozások minimális és maximális óraszama:

8.1.4.2.1 Minimális óraszám: 10

8.1.4.2.2 Maximális óraszám: 15

<b>Képesség</b>	<b>Tudás</b>	<b>Attitűd</b>	<b>Autonómia és felelősség</b>
Felismeri a szakterületi alapproblémákat, kiválasztja és helyesen alkalmazza a megfelelő sporttudományi adatfelvételi és elemző módszereket. Képes a hatékonykonfliktuskezelésre, a hatékony kommunikációs módszer megválasztására.	Ismeri és érti az emberi erőforrások alkalmazásához szükséges gazdasági, szervezéstudományi, pedagógiai, pszichológiai, szociológiai törvényszerűségeket.	Tiszteletben tartja bármely életkori emberi méltóságot és jogokat munkája során, különös tekintettel a saját szakterületén előforduló esetekre.	Szakmai felelősségének tudatában fejleszti a vele kapcsolatba kerülők személyiségét a sport/rekreáció társadalmi fontosságának hangsúlyozásával.

Alkalmas a foglalkozások pontos, színvonalas tervezésére, vezetésére, ezeken a foglalkozásokon egészségmegőrzésre, egészségfejlesztésre.	Ismeri az egészségkultúra, az életmód korszerű (egészségtudatos) szemléletével, nézeteit szűkebb és tágabb társadalmi körben terjeszti.	Elfogadja, hogy a társadalmi, gazdasági, kulturális jelenségek és a sport összefüggésben állnak, legjobb tudása szerint törekszik pozitívan befolyásolni ezeket az összefüggéseket.	A testi-lelki egészségről koherens egyéni álláspontot alakít ki, terjeszti is ezeket környezetében.
Képes a vele kapcsolatba kerülők személyiségét a testnevelés és sport, rekreáció társadalmi szerepének, fontosságának hangsúlyozásával.	Ismeri a holisztikus értelemben vett egészség fogalmát, álláspontját modern kommunikációs eszközökkel is terjeszti.	Személyes példamutatásával elősegíti környezete sportolással kapcsolatos pozitív szemléletmódjának alakítását.	Tudatosan képviseli azon módszereket, amelyekkel szakterületén dolgozik, és elfogadja más tudományágak módszertani sajátosságait.

### 8.1.5 Programkövetelmény-modul neve: **Gimnasztika**

8.1.5.1 Programkövetelmény-modul sorszám: 5

8.1.5.2 Programkövetelmény-modul tanulási eredményeinek elsajátításához szükséges foglalkozások minimális és maximális óraszám:

8.1.5.2.1 Minimális óraszám: 20

8.1.5.2.2 Maximális óraszám: 30

<b>Képesség</b>	<b>Tudás</b>	<b>Attitűd</b>	<b>Autonómia és felelősség</b>
Alkalmas a sportági mozgásanyag elemzését követően egyszerű, izolált gimnasztikai gyakorlatokkal előkészíteni, megalapozni a mozgások megtanulásához szükséges képességeket.	Tisztában van a mozgástanulásban jelentős szereppel bíró pszichomotoros képességek rendszerével.	Az egészséges életmódra, a fizikai erőnlét fejlesztésére ösztönző szemléletmóddal rendelkezik; az ember és környezete harmonikus egyensúlyára figyelmet fordító felelősségteljes magatartást tanúsít.	Önállóan gondolja végig a gimnasztika rendszerének összetevőit, az ebben rejlő lehetőségeket, és dolgozza ki azokat a muaythai sportágra vonatkozóan szakmai ajánlások alapján.
Prevenációs és rehabilitációs céllal gimnasztikai gyakorlatokat tervez a sportolók/fizikai aktivitást végzők egészségi	Átlátja a gimnasztika mozgás-anyagában rejlő lehetőségeket a sérülések megelőzésében, valamint a rehabilitációban betöl-	Mélyen elkötelezett az egészséges test fejlődéséhez szükséges minőségi mozgásanyag megtervezésében.	A jövő nemzedékek érdekében felelősségének tudatában fejleszt a vele kapcsolatba kerülők személyiségét és terjeszti a

állapotának figyelembevételével.	tött szerepében.		gimnasztika jelentőségét, tudatosítja a mozgásanyag szerepét a bemelegítésben és a sérülések megelőzésében.
Alkalmas a mozgástanulás szempontjából ismert szenitív életszakaszoknak megfelelő gimnasztikai gyakorlatok tervezésére.	Ismeri a pszichomotorikus képességek és készségek fejlesztésének eszközrendszerét.  Ismeri a különböző életkoroknak megfelelő gimnasztikai mozgásanyagban alkalmazott eszközhasználat szabályait, ismeretanyagát.	Törekszik arra, hogy a szakmai anyagokra vonatkozó szóbeli és írásbeli kommunikációja szabálykövető és szakmailag kifogásolhatatlan legyen.	Olyan lehetőségeket ismer a gimnasztikai mozgásanyagot illetően, amelyek egyrészt változatosak, megfelelnek a kor-szellemnek, és amelyek bizonyítják, hogy a gimnasztika alkalmazása nélkülözhetetlen a mozgástanulásban, másrészt életük bármely szakaszában elsajátítható, gyakorolható, felhasználható.
Képes az emberi test anatómiai felépítését alapul véve az ízületi mozgáslehetőségeket felhasználva gimnasztikai gyakorlatokat tervezni egyszerű és összetett formában egyaránt, különböző életkorokban alkalmazva.	Ismeri a mozgáshibák jellemzőit, azok kijavításának módszereit. Alapvető anatómiai ismeretekkel rendelkezik.	Rendelkezik az egészséges életmóddra, a fizikai erőnlét fejlesztésére ösztönző szemléletmóddal, az ember és környezete harmonikus egyensúlyára figyelmet fordító felelősségteljes magatartással.	Képes a bemelegítésben és képességfejlesztésben használt egyéni-, társas-, valamint különböző szerek alkalmazásával gyakorlatokat tervezni, napi szinten használja a sportági felkészítés folyamatában.
Átlátja a gimnasztikai gyakorlatok mozgásszerkezeti tényezőinek változtatása általi lehetőségeket a sportági mozgások oktatásának összefüggésében	Tisztában van a tér-, idő-, dinamikai tényezők elemeivel, összefüggésbe tudja hozni ezek szerepét a gazdaságos mozgásvégrehajtásban betöltött jelentőségükkel.	Megfelelő kreativitással rendelkezik a mozgásszerkezeti tényezők változtatásával létrehozott gyakorlatok összeállításához.	Tudatosan képviseli, és lehetőségéhez mérten javítja azon módszereket, amelyekkel a szakterületen dolgozik, és elfogadja, valamint az etikai normákat figyelembe véve saját módszertanába beépí-



			ti más tudományágak módszertani sajátosságait.
A sportági mozgáselemzést követően képes az előkészítő-, és rávezető gimnasztikai gyakorlatok izmokra kifejtett hatás alapján megszerkeszteni, variálni.	Tisztában van az izomműködés mechanizmusával, az agonista-, ill. antagonistá izomműködés törvényszerűségeivel.	A gimnasztikai gyakorlatok izmokra kifejtett hatásainak ismeretében tud változatos, minden izomcsoportra kiterjedő gyakorlatokat összeállítani.	Olyan szakmai módszertani felkészültséggel rendelkezik, amely a gyengébb testi-lelki adottságú sportolók számára is vonzóvá teszi a gimnasztikát, sikerélménnyel szolgálnak a különféle tudásszintű és korosztályú sportolóknak.

### 8.1.6 Programkövetelmény-modul neve: **Sporttal kapcsolatos idegen nyelvi kommunikáció (angol, német)**

8.1.6.1 Programkövetelmény-modul sorszám: 6

8.1.6.2 Programkövetelmény-modul tanulási eredményeinek elsajátításához szükséges foglalkozások minimális és maximális óraszám:

8.1.6.2.1 Minimális óraszám: 10

8.1.6.2.2 Maximális óraszám: 15

<b>Képesség</b>	<b>Tudás</b>	<b>Attitűd</b>	<b>Autonómia és felelősség</b>
Képes saját sportjában edzéssel kapcsolatos kommunikációra, megtartására; az edzés során felmerülő problémák megvitatására idegen nyelven.	Ismeri általánosságban a sport témakörébe tartozó idegen nyelvi kifejezéseket.	Törekszik arra, hogy a szakmai tevékenységére vonatkozó idegen nyelvű szóbeli és írásbeli kommunikációja szakszerű legyen.	Szakmai tevékenységét idegen nyelven is önállóan végzi, munkája során nem szorul külső segítségre.
Magabiztosan kommunikál idegen nyelven mind szakmai mind társas kapcsolataiban.	Mély ismeretekkel rendelkezik az általa űzött sportág idegen nyelvi szakkifejezéseiről.	Könnyen képes idegen nyelvi szakmai környezetben személyes, illetve társas beilleszkedésre.	Idegen nyelvi és kulturális környezetben is képes az adott kommunikációs elvárásokhoz alkalmazkodni.
Érti és képes véleményezni szóbeli kommunikációs helyzeteket szakterületéhez	Ismeri az idegen nyelvi szakmai kommunikációhoz szükséges szakmai	Nyitott a szakmájához kapcsolódóan az adott sportterület új idegen nyelvi eleme-	Idegen nyelvi szakmai ismereteit folyamatosan bővíti, önálló tanulás illetve

kapcsolódó illetve az általános témakörökben idegen nyelven.	tényanyagot.	inek elsajátítására.	szervezett képzés keretében.
Megérti a szakterületébe tartozó, valamint általános témakörben íródott sajtóterméket, hivatalos és személyes írásbeli kommunikációt. Képes egyszerűbb szakmai és általános írásos produktumok létrehozására idegen nyelven.	Ismeri az idegen nyelvi elemek sportvonatkozású kulturális hátterét.	Fontosnak tartja saját nyelvi képességeinek fejlesztését, tudatában van annak, hogy a nyelv egy folyamatosan változó rendszer, ami folyamatos tanulást kíván.	Tudatosan monitorozza szakmai tevékenységét, törekszik arra, hogy kihasználja azokat a lehetőségeket (akár a tanítványoktól való tanulás útján), amelyek hasznosak lehetnek számára.

### 8.1.7 Programkövetelmény-modul neve: **Muaythai sportszakmai modul**

8.1.7.1 Programkövetelmény-modul sorszáma: 7

8.1.7.2 Programkövetelmény-modul tanulási eredményeinek elsajátításához szükséges foglalkozások minimális és maximális óraszámja:

8.1.7.2.1 Minimális óraszám: 90

8.1.7.2.2 Maximális óraszám: 130

<b>Képesség</b>	<b>Tudás</b>	<b>Attitűd</b>	<b>Autonómia és felelősség</b>
Betartja a munkavédelmi szabályzatot, balesetvédelmi szabályokat fogalmaz meg.	Ismeri a balesetvédelmi szabályokat és a munkaeszközök rendeltetésszerű használatának módját.	Elkötelezett a biztonságos munkavégzés mellett, törekszik a munkájához kapcsoló eszközök rendeltetésszerű használatára és a sportfoglalkozáson való résztvevők pontos balesetvédelmi tájékoztatására.	Betartatja a berendezések, továbbá sportszerek és sporteszközök rendeltetésszerű használatával, kezelésével kapcsolatos rendszabályokat.
Betartja és betartatja az előírt feltételeket és biztonsági szabályokat.	Ismeri a muaythai oktatás technikai feltételeit, a viselkedés szabályait, megtanítja az edzőteremre vonatkozó higiéniai elvárásokat.	A munkavégzés helyének sajátosságaiból mindig felkészül, tudását folyamatosan naprakészen tartja.	Felméri a munkavégzés helyének egyedi sajátosságait. Kockázatelemzést végez és megelőző tevékenységet folytat.
Teljes mértékben ismerteti és betartja az edzőtermi szabályokat, beleértve az öltözködési, szakmai és higiéniai elvárásokat.	Ismeri és megtanítja az edzőtermekben való viselkedés szabályait, jellemzőit, az edzések során alkalmazandó edzőruházatot, és a	A munkavégzés helyének sajátosságaiból mindig felkészül, tudását folyamatosan naprakészen tartja. Felelősen figyel a sportolók	A muaythai sport tradíciói és sajátos szemlélete szerint tanítja a terembe való be- és kilépést, az ott tartózkodók viselkedését, az

	szakmai és higiéniai elvárásokat, az edzéseken a tradíciók betartását.	viselkedésére, a teremrendben tartására, a használt sporteszközök sérülésmentességére a balesetvédelem betartása érdekében.	udvarisassági és fegyelmi szabályok betartását.
A sportág létesítményeinek sajátosságaiból adódó extra veszélyforrásokat felismeri, azokat megelőzi, elhárítja vagy felszámolja.	Ismeri a sportágban az edzések során előforduló edzési sérülések okait és a sérülések elkerülésének, kivédésének lehetőségeit, szükség szerinti elsősegélynyújtást.	Folyamatosan szinten tartja tudását és gondoskodik szellemi és fizikai felkészültségéről.	Önálló döntéseket hoz a tanultak alapján az esetlegesen előforduló sérülések esetén, figyelembe véve az egyedi körülményeket és saját képességeit.
Ismeri és képes megismertetni a tanítványokkal a sportág történetét, kialakulását, a sportág hazai és nemzetközi szervezeteit. Ismeri a sportági szakszövetség működésének alapjait és szabályzatait.	Tisztában van a sportág tradícióival, nevelésben betöltött szerepével.	Elismerően mutatja be a sportág fejlődését és szól a sportág jeles képviselőinek elért eredményeiről.	A sportág szakirodalmát önállóan kutatja a hiteles adatok érdekében, elkötelezett az új szakmai ismeretek befogadására.
Oktatási órákat tervez.	Ismeri a foglalkoztatási formákat a muaythai oktatásában, az oktatási órák tervezésének elméletét.	Körültekintően tervezi meg az oktatási órákat, a foglalkozások szakmai tartalmát szem előtt tartva.	Kiválasztja az adott órára a legmegfelelőbb módszertani megoldásokat.
Pontosan és közérthetően használja a sportszakmai terminológiát, hatékonyan kommunikál a célcsoporttal a kommunikációs szituációnak és az életkori sajátosságoknak megfelelően.	Ismeri a sportszakmai terminológiát, tisztában van a különböző korcsoportok életkori sajátosságaival, és a korcsoportokhoz kapcsolható kommunikációs eszközökkel, stratégiával.	Törekszik a pontos, érthető kommunikációra, a megfelelő sportszakmai nyelvezet használatára.	Kommunikációjában felelősen meggyőződik a megértésről.
Alkalmazza a szakterületére jellemző pedagógia és pszichológia módszereit a sporttevékenység megtervezése és lebonyolítása során.	Ismeri a sportolók pedagógiai és módszertani felkészítését. Tisztában van a nevelés alapelveivel, színtereivel, módszereivel és eszközeivel, ismeri a nevelés lehetőségét és szükségességét a kompetenciájába tartozó célcsoportok szerint.	Figyelemmel kíséri az új pedagógiai és módszertani elméleteket, nyitott ezek sportterületre való integrálására, értékékként tekint a sport személyiségfejlesztő hatásaira, ezen értékeket a sportolók irányába hitelesen közvetíti.	Felelősséggel alkalmazza az új pedagógiai és módszertani megoldásokat a szervezeten belül.
Oktatási órákat szervez, képes a muaythai alap mozgásanyagának bemutatására, ismeri és képes megtanítani a muaythai alapvető	Ismeri a terhelési mutatók fogalmát, valamint a kondicionális és koordinációs képességek fejlesztési kérdéseit.	Tud változatos előkészítő és rávezető gyakorlatokat összeállítani, melyek segítik a technikai elemek oktatását.	Képes önálló szakmai döntéseket hozni a tanultak alapján és ezek szerint összeállítani hatékony és sikerélményt adó feladatokat,

technikai elemeit.			figyelembe véve a tanuló képességeit, életkorát.
Tisztában van a muaythai technikák oktatásának alapelveivel, módszereivel és eszközeivel.	Ismeri a támadó és védekező kéz- és lábtechnikák felépítését, értelmezését és oktatásmódszertani szempontok szerinti tanítását.	Körültekintően tervezi meg az edzést, a foglalkozások szakmai tartalmát szem előtt tartva.	Önállóan, a sportoló egyéni jellemzőit figyelembe véve állít össze edzéstervet, amelynek célja elsősorban általános edzettségi állapot elérése, fenntartása.
Képes az edzések tervezésénél az edzések levezetésénél a sportági anatómia, a sportági élettan és a sportági edzéselmélet felhasználásával összeállítani és az edzéseket levezetni. A fenti tudás felhasználását folyamatosan az edzésvezetéskor alkalmazni képes.	Ismeri a gyakorlatok anatómiai összefüggéseit, ennek tudatában képes a gyakorlatok kivitelezésére. Ismeri az izom fokozatos és folyamatos terhelését, az edzés-pihenéstáplálkozás egységét, a túledzés felismerését, okait, és kiküszöbölését.		
Képes azon gyakorlatok alkalmazására, ami a sportágot tanulók helyes eszközhasználatát segíti.		Törekszik a pontos feladatvégzés elősegítésére a kívánt gyakorlat elérésének érdekében.	Önálló döntéseket hoz a tanultak alapján, figyelembe véve a tanuló képességeit.
Általánosan ismeri a testalkat, testösszetétel sportági kapcsolódási pontjait és testsúlyszabályozás problémáit. Ismeri a muaythai sportág versenyszabályzatában meghatározott súlycsoportjait.	Ismeri az izmok gyakorlatokra adott választ, megérti a testben lejátszódó folyamatokat, és annak tudatában alakítja az edzésvezetést.	Körültekintően tervezi meg az edzésvezetés szakmai tartalmát, szem előtt tartva az emberi szervezet működésének törvényszerűségeit.	Önállóan állítja össze az edzésvezetés szakmai tartalmát és vezeti a gyakorlatot a célnak megfelelő gyakorlatvezetési módszerrel.
Képes a gyakorlatok végrehajtásának anatómiai összefüggéseinek rendszerezésére, az izmok élettani, folyamatainak az edzésre való hatásainak ismerete mellett az edzésről következtetéseket is levonni.	Ismeri az izomműködés anatómiai feltételeit, a konkrét gyakorlatok hatását az ízületeket átívelő harántcsikolt izmok fejlesztésére. Rendelkezik hatékony tudással a különféle gyakorlatok sokszínűségével, és azok izomműködésére, az izomfejlesztésre gyakorolt konkrét hatásaival.	Teljes mértékben tisztában van az anatómiai összefüggésekkel Ismereteit folyamatosan bővíti, frissíti.	Képes az edzésfolyamatot az alapszintű változásokhoz alakítani.

Oktatja az edzéshez szükséges edzéselveket, edzés módszereket. Érti a túledzést, azok formáit, felismeri és tudja annak okait.	Ismeri az edzéselveket, és tartalmuk szerint részletesen állítja össze a sportoló edzéstervét. A túledzés okainak ismeretében elsősorban a megelőzést tartja az edzéstervezésnél szem előtt.	Körültekintően tervezi meg az edzést és mozgásos foglalkozások szakmai tartalmát, szem előtt tartva az emberi szervezet működésének törvényszerűségeit.	Felelősséget vállal a körültekintő, az egyéni sajátosságokat is figyelembe vevő tervezésért.
Képes a sportág mozgásainak, fogásainak, testhelyzeteinek oktatására, az esetleges hibák javítására. Képes felismerni a kondicionális és koordinációs képességeket, ismeri ezek fejlesztési lehetőségeit.	Ismeri a sportág korszerű mozgásainak betanításával kapcsolatban alkalmazott oktatási módszereket és eljárásokat, a mozgástanulás fázisait, a testhelyzeteket, fogásokat, fogásszélességeket az esetleges hibák javításának módját.	Tisztában van a sportág oktatási módszereivel. Ismereteit folyamatosan bővíti, frissíti.	Önállóan, a tanultakat felhasználva végzi a sportolók felkészítését, segít céljaik elérésében.
Bemelegítést tervez, szervez és vezet változatos körülmények között, figyelembe véve a szervezet anatómiai és élettani sajátosságait.	Ismeri a bemelegítés alapelveit, folyamatát és részegységeit.	Körültekintően tervezi meg a bemelegítést és mozgásos foglalkozások szakmai tartalmát, szem előtt tartva az emberi szervezet működésének törvényszerűségeit.	Önállóan állítja össze a bemelegítés szakmai tartalmát és vezeti a gyakorlatot a célnak megfelelő gyakorlatvezetési módszerrel.
A felismert edzésártalmak tünetei alapján megfelelően módosítja a bemelegítés tartalmát, az alkalmazott módszereket és eszközöket.	Ismeri és felismeri a sportsérüléseket, edzésártalmakat, valamint tisztában van azok megelőzésének lehetőségeivel.	Törekszik a sérülésmentes feladatvégzés elősegítésére a bemelegítés során.	Szükség esetén egészségügyi szakemberek segítségével az edzésártalmakat kivédi, ellátja, gyógyítja. Elsősegély-nyújtási ismeretei biztosak; a sportágra jellemző sérüléseket megelőzi, illetve hatékonyan ellátja, kezeli.
Az edzést a szervezet anatómiai és élettani sajátosságaival összhangban tervezi meg.	Ismeri az emberi szervezet felépítését, működését, tisztában van az edzés mozgató rendszerre gyakorolt hatásával, a fáradás, fáradtság, pihenés, regeneráció élettani hátterével, az életkorok biológiai és terhelésélettani sajátosságaival.	Körültekintően tervezi meg az edzést és mozgásos foglalkozások szakmai tartalmát, szem előtt tartva az emberi szervezet működésének törvényszerűségeit.	Felelősséget vállal a körültekintő, az egyéni sajátosságokat is figyelembe vevő tervezésért.
Képes a mozgásos cselekvések mintaszerű bemutatására, oktatására.	Ismeri az edzésterhelés, elfáradás, alkalmazkodás fogalmát, az edzésterhelés kérdéseit, a terhelés összetevőit, az elfáradás kérdéseit; az	Törekszik a pontos feladatvégzés elősegítésére a kívánt gyakorlat elérésének érdekében.	Tudatában van a munkájából adódó felelősségével a felügyeletére bízott területen lévőkhöz kért.

	alkalmazkodás kérdései, törvényszerűségei; a „Túl”edzés, túl”edzettség kérdései; az edzettség és teljesítmény összetevői (képessegek, készségek – ideális testalkat).		
Elősegíti a sportoló helyes táplálkozási szokásainak kialakítását.	Tisztában van az egészséges, helyes táplálkozási szokásokkal, sportág-specifikus táplálkozással és a folyadékpótlás fontosságával.	Elkötelezett az egészséges életmód szemléletének terjesztésében, személyes példamutatásával segíti a helyes táplálkozási szokások kialakítását, megerősítését.	Önállóan fogalmaz meg személyre szabott javaslatot a sportoló helyes táplálkozási szokásainak kialakításának elősegítésére.
Integrálja és gyakorlatban alkalmazza anatómiai, valamint korszerű sport- és egészségügyi ismereteit.	Ismeri a hajlékonyság és ízületi mozgékony-ság fejlesztését.	Mélyen elkötelezett a minőségi sportszakmai munkavégzés mellett.	Sportszakmai kérdésekben együttműködést kezdeményez és tart fenn szakterülete más szereplőivel (pl.: orvos, sportorvos, masszőr, gyógytornász, dietetikus).

8.2 A szakmai képzés megszervezhető kizárólag távoktatásban: igen/nem

**9 A programkövetelmény alapján szervezhető szakmai képzéssel megszerezhető szakképesítés társadalmi-gazdasági hasznosíthatóságának bemutatása (munkaerő-piaci relevanciája):**

A szakképesítés célja olyan szakemberek képzése, akik a sport területén alkalmazható tudással, megfelelő gyakorlati tapasztalattal kimagasló emberi és szakmai teljesítményre képesek. Olyan sportágazati humán erőforrás fejlesztésére, tudás és szakértelem átadására összpontosít, amely kulcsszerepet kap a nemzet egészséges testi és lelki fejlődésében. Közreműködve ezzel nemcsak a magyar sport társadalmi, gazdasági és kulturális jövőképe, hanem a mindenkori társadalom életmódjának, életminőségének, egészségtudatos szemléletének alakításában.

**10 A képesítő vizsga megszervezéséhez szükséges feltételek és a képesítő vizsga vizsgatevékenységeinek részletes leírása:**

10.1 A képesítő vizsgára bocsátás feltétele:

A szakmai képzés követelményeinek teljesítéséről, a képző intézmény által kiállított tanúsítvány.

10.2 Írásbeli vizsga

10.2.1 A vizsgatevékenység megnevezése: írásbeli vizsgatevékenység

10.2.2 A vizsgatevékenység, vagy részeinek leírása: Az írásbeli vizsgatevékenység a programkövetelmény szakmai moduljainak ismeretanyaga alapján, a vizsgaszervező által

összeállított komplex feladatlapon; továbbá külön feladatlapként az adott sportághoz kapcsolódó sportterületi nyelvi anyag alapján kerül összeállításra. A komplex feladatlap a sportoktató (muaythai sportágban) tevékenységeihez kapcsolódó fogalmakat, összefüggéseket tartalmazza. Az írásbeli feladatok „A sportoló szervezetének felépítése és működése, balesetvédelem”, az „Edzéselméleti alapok”, a „Sportpedagógia”, a „Sportpszichológia”, a „Gimnasztika”, a sportterületi feladatlap a „Sporttal kapcsolatos idegen nyelvi kommunikáció” modul, a „Muaythai sportszakmai” modul alapján kerül összeállításra.

10.2.3 A vizsgatevékenység végrehajtására rendelkezésre álló időtartam: 60 perc

10.2.4 A vizsgatevékenység aránya a teljes képesítő vizsgán belül: 30 %

10.2.5 A vizsgatevékenység értékelésének szempontjai: A vizsgaközpont által készített írásbeli feladatsor javítási-értékelési útmutatója alapján. A kérdéssor adatbázisának tartalmát teljes egészében évente kell újítani a vizsgaközpontoknak. Tesztjellegű: igaz-hamis állítások, egyszeres és többszörös felelet-választás, fogalompárosítás. Interaktív, számítógép alkalmazását igénylő teszt.

10.2.6 A vizsgatevékenység akkor eredményes, ha a vizsgázó a megszerezhető összes pontszám legalább 61 %-át elérte. Aki az írásbeli tesztet nem teljesíti minimum 61 %-ra, az nem léphet tovább a projekt feladatra.

### 10.3 Projektfeladat (Gyakorlat)

10.3.1 A vizsgatevékenység megnevezése: Sportágspecifikus szituációs feladatok megoldása

10.3.2 A vizsgatevékenység, vagy részeinek leírása: Oktatási/edzésterv összeállítása előzetesen megadott szempontok alapján, az országos sportági szakszövetség (MMSZ) által összeállított sportágspecifikus szituációs tételsor alapján.

10.3.3 A vizsgatevékenység végrehajtására rendelkezésre álló időtartam: Felkészülési idő 15 perc, válaszadási idő 15 perc.

10.3.4 A vizsgatevékenység aránya a teljes képesítő vizsgán belül: 20 %

10.3.5 A vizsgatevékenység értékelésének szempontjai: Sportágspecifikus szituációs gyakorlatok megoldása, szituáció elemzése, helyzetgyakorlatok, megoldási javaslat készítése. A vizsgázó a gyakorlati vizsgatevékenység során az országos sportági szakszövetség által összeállított szituációs tételsorból véletlenszerűen választ egyet és ez alapján ad számot felkészültségéről. A szakmai gyakorlati feladat megoldás, elemzés, bemutatás.

10.3.6 A vizsgatevékenység akkor eredményes, ha a vizsgázó a megszerezhető összes pontszám legalább 61 %-át elérte.

### 10.4 Sportági mozgásforma oktatása (Gyakorlat)

10.4.1 A vizsgatevékenység megnevezése: Sportági mozgásforma oktatása, edzés levezetése (előzetes tételsor alapján)

10.4.2 A vizsgatevékenység, vagy részeinek leírása: Oktatás levezetése, elemzése (hibajavítás), helyzetgyakorlatok, megoldási javaslat készítése. A vizsgázó a gyakorlati vizsgatevékenység során a tételsorból véletlenszerűen választ egyet és ez alapján ad számot felkészültségéről. A gyakorlati feladatokat a „Muaythai sportszakmai” modul szakmai ismeretei alapján az országos sportági szakszövetség állítja össze.

10.4.3 A vizsgatevékenység végrehajtására rendelkezésre álló időtartam: Felkészülési idő 5 perc, válaszadási idő 25 perc. 30 perc

10.4.4 A vizsgatevékenység aránya a teljes képesítő vizsgán belül: 50 %

10.4.5 A vizsgatevékenység értékelésének szempontjai: Szaknyelv használata, hibajavítás, rávezető gyakorlatok alkalmazása, edzői fellépés (irányítás), motiváló készség, időbeosztás, kifejezőmód, helyezkedés, résztvevőkkel való kommunikáció, visszacsatolások fényében történő korrekciók, mozgás, megjelenés, segédeszközök használata. A sportági gyakorlati feladat megoldása, elemzése, bemutatása.

10.4.6 A vizsgatevékenység akkor eredményes, ha a vizsgázó a megszerezhető összes pontszám legalább 61 %-át elérte.

A képesítő vizsga értékelése az egyes vizsgatevékenységek fentiekben kifejtett súlyozott százalékos arányainak megfelelően történik.

Sikertelen a képesítő vizsga, ha annak bármelyik vizsgatevékenysége vonatkozásában a vizsgázó a megszerezhető összes pontszám legalább 61 %-át nem érte el.

Javítóvizsga esetén csak a sikertelen minősítésű, illetve pótlóvizsga esetén csak az igazoltan nem teljesített vizsgatevékenység ismétlése szükséges.

### **10.5 A vizsgatevékenységek lebonyolításához szükséges személyi feltételek:**

A vizsgabizottság ellenőrzési feladatokat ellátó tagja, valamint a mérési és az értékelési feladatokat ellátó tagjai a hatályos jogszabályok rendelkezései szerint kerülnek kijelölésre. A vizsgabizottságban szerepelnie kell a sportigazgatási szerv által delegált egy fő vizsgáztatónak, továbbá egy, a muaythai sportág országos sportági szakszövetsége által delegált főnek, aki legalább 5 éves szakmai gyakorlattal és/vagy edzői szakképesítéssel vagy szakképzettséggel kell, hogy rendelkezzen.

### **10.6 A vizsgatevékenységek lebonyolításához szükséges tárgyi feltételek:**

Az írásbeli vizsgához szükséges infokommunikációs eszközök és informatikai személyzet. Olyan helyszín, amelynek infrastruktúrája garantálja a vizsgához szükséges feltételeket, és biztosítja a nyugodt vizsgázás és vizsgáztatás felételeit. A gyakorlati vizsgatevékenységek tekintetében: a sportágnak megfelelő létesítmények, eszközök és feltételek biztosítása. A tárgyi feltételek köre bővíthető, ha a gyakorlati tételek tartalma ezt megkívánja.

### **10.7 A vizsgatevékenységek alóli felmentések speciális esetei, módja, és feltételei: -**

### **10.8 A képesítő vizsgán használható segédeszközökre és egyéb dokumentumokra vonatkozó részletes szabályok:**



A vizsgázó a vizsga közben használhatja a végrehajtáshoz feltétlenül szükséges eszközöket, egyéb segítséget nem vehet igénybe. Sportágspecifikusan a saját speciális sporteszköz használata megengedett.

#### **10.9 A vizsgatevékenységek megszervezésére, azok vizsgaidőpontjaira, a vizsgaidőszakokra vonatkozó sajátos feltételek:**

A gyakorlati vizsgatevékenységek időpontját a vizsgaszervező a szakmai vizsga gyakorlatának sportágspecifikus jellemzőire és körülményeire tekintettel határozza meg. A gyakorlati vizsgatevékenységek és az írásbeli vizsgatevékenység egymáshoz viszonyított időpontja tekintetében a sportágspecifikus gyakorlathoz szükséges körülmények figyelembevételével szükséges eljárni.

Az egyes vizsgatevékenységek teljesítéséről a vizsgafelügyelő és a vizsgabizottság tagjai által hitelesített jegyzőkönyvet kell készíteni.

#### **11. A szakmai képzés megszervezéséhez kapcsolódó különös, egyedi, speciális feltételek**

Olyan helyszín, amelynek infrastruktúrája garantálja a képzés lebonyolításához szükséges feltételeket. A sportágnak megfelelő létesítmények, eszközök és feltételek biztosítása. A tárgyi feltételek köre bővíthető, ha a gyakorlati tételek tartalma ezt megkívánja.