

10144058 számú Sportoktató (kerékpár sportágban) megnevezésű szakképesítés megszerzésére irányuló szakmai képzéseket megalapozó programkövetelmény

1 A programkövetelmény, illetve az ennek alapján szervezhető szakmai képzés

- 1.1 Megnevezése: Sportoktató (kerékpár 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 (kerékpár 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:

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

A képesítési követelményt előíró jogszabály: a sport területén képesítéshez 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 kerékpár sportoktató szakember célirányosan tervezi, szervezi és irányítja az oktatáson résztvevők foglalkozását. Tisztában van a sportág hazai és nemzetközi történetével. Alapszinten megtanítja a sportág mozgásanyagát, rajtjait és fordulóit. Ismeri a sportág versenyszabályait. Sportágspecifikus ismereteket nyújt, kialakítja a sportági jártasságot, képességeket, készségeket fejleszt. Felismeri és gondolja a tehetséget. Értékeli a tanulók edzéseken nyújtott teljesítményét, a korszerű pedagógiai és edzéselvek, edzés módszerek figyelembevételével fejleszti teljesítőképességüket és teljesítőkészségüket. Felméri a tanulók technikai tudását és képes javítani azokat. Részt vesz a sport és egyéb szabadidős tevékenységet szervező egység/intézmény munkájában. Rekreatív szakemberként részt vesz a szabadidős sportolók foglalkozásai, versenyei szervezésében, irányításában. Tanácsaival segíti az egészséges életmódra törekvők sportolási programjának összeállítását.

A Kerékpár Sportoktató edzőteremben és „más” sportágak edzőtermeiben, valamint külsős helyszíneken (országút, pálya, terep) edzéstervek megalapozott készítésére, és a sportolók edzéseinek irányítására jogosult. Az edzések vezetése a „más” sportág edzőjével való egyeztetés alapján, viszont saját sportágában önállóan jogosult.

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: foglalkozás egészségügyi alkalmassági vizsgálat
- 6.4 Szakmai gyakorlat területe és időtartama: az országos sportági szakszövetség által közölt szakmai szempontok alapján sportági jártasság igazolása, szakmai ajánlás 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 Nem modulszerű felépítés esetén: -

8.2 Modulszerű felépítés esetén

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

- 8.2.1.1 Programkövetelmény-modul sorszám: 1
- 8.2.1.2 Programkövetelmény-modul tanulási eredményeinek elsajátításához szükséges foglalkozások minimális és maximális óraszám:

8.2.1.2.1
8.2.1.2.2

Minimális óraszám: 30
Maximális óraszám: 40

Képesség	Tudás	Attitűd	Autonómia és felelősség
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, egészségtudományi 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, egészségtudatos 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.

8.2.2 Programkövetelmény-modul neve: **Edzéselméleti alapok**

8.2.2.1 Programkövetelmény-modul sorszám: 2

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

8.2.2.2.1 Minimális óraszám: 20

8.2.2.2.2 Maximális óraszám: 30

Képesség	Tudás	Attitűd	Autonómia és felelősség
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.

8.2.3 Programkövetelmény-modul neve: **Sportpedagógia**

8.2.3.1 Programkövetelmény-modul sorszám: 3

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

8.2.3.2.1 Minimális óraszám: 10

8.2.3.2.2 Maximális óraszám: 15

Képesség	Tudás	Attitűd	Autonómia és felelősség
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	Ismeri a szakterületén alkalmazható konfliktuskezelési	Értéknek tekinti a rekreációt, az egészséges életmódot és	Együttműködést kezdeményez a testkulturális terüle-

rekreációs és mentálhigiénés kultúra kialakítására, valamint egészségfejlesztő, rekreációs és életmódprogramok gyakorlati megvalósítására.	módokat, kommunikációs stratégiákat és módszereket.	életminőséget, valamint rendelkezik az egészségtudatos ember szemléletével; nézeteit ismerősei körében terjeszti.	ten működő szervezetekkel.
Képes a sportszervezetknél, önkormányzatoknál, rekreációs intézményeknél, rendezvényszervezéssel foglalkozó szervezeteknél szervezői és vezetői feladatok ellátására.	Ismeri a szakterületén 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.

8.2.4 Programkövetelmény-modul neve: **Sportpszichológia**

8.2.4.1 Programkövetelmény-modul sorszám: 4

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

8.2.4.2.1 Minimális óraszám: 10

8.2.4.2.2 Maximális óraszám: 15

Képesség	Tudás	Attitűd	Autonómia és felelősség
Felismeri a szakterületi alap-problémákat, kiválasztja és helyesen alkalmazza a megfelelő sporttudományi adatfelvételi	Ismeri és érti az emberi erőforrások alkalmazásához szükséges gazdasági, szervezéstudományi, pedagógiai, pszicho-	Tiszteletben tartja bármely életkori emberi méltóságot és jogokat munkája során, különös tekintettel a saját szakterüle-	Szakmai felelősségének tudatában fejleszti a vele kapcsolatba kerülők személyiségét a sport/rekreáció társadalmi fontosságát

és elemző módszereket. Képes a hatékonykonfliktuskezelésre, a hatékony kommunikációs módszer megválasztására.	lógiai, szociológiai törvényszerűségeket.	tén előforduló esetekre.	gának hangsúlyozásával.
Alkalmas a foglalkozások pontos, színvonalas tervezésére, vezetésére, ezeken a foglalkozásokon egészségmegőrzésre, egészségfejlesztésre.	Ismeri az egészségkultúra, az életminőség 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.

8.2.5 Programkövetelmény-modul neve: **Gimnasztika**

8.2.5.1 Programkövetelmény-modul sorszama: 5

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

8.2.5.2.1 Minimális óraszám: 20

8.2.5.2.2 Maximális óraszám: 30

Képesség	Tudás	Attitűd	Autonómia és felelősség
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 kerékpár sportágra vonatkozóan szakmai ajánlások alapján.

<p>Prevenációs és rehabilitációs céllal gimnasztikai gyakorlatokat tervez a sportoló/fizikai aktivitást végzők egészségi állapotának figyelembevételével.</p>	<p>Átlátja a gimnasztika mozgás-anyagában rejlő lehetőségeket a sérülések megelőzésében, valamint a rehabilitációban betöltött szerepében.</p>	<p>Mélyen elkötelezett az egészséges test fejlődéséhez szükséges minőségi mozgásanyag megtervezésében.</p>	<p>A jövő nemzedékek érdekében felelősségének tudatában fejleszt a vele kapcsolatba kerülők személyiségét és terjeszti a gimnasztika jelentőségét, tudatosítja a mozgásanyag szerepét a bemelegítésben és a sérülések megelőzésében.</p>
<p>Alkalmas a mozgástanulás szempontjából ismert szenzitív életszakaszoknak megfelelő gimnasztikai gyakorlatok tervezésére.</p>	<p>Ismeri a pszichomotorikus képességek és készségek fejlesztésének eszközrendszerét.</p> <p>Ismeri a különböző életkoroknak megfelelő gimnasztikai mozgásanyagban alkalmazott eszközhasználat szabályait, ismeretanyagát.</p>	<p>Törekszik arra, hogy a szakmai anyagokra vonatkozó szóbeli és írásbeli kommunikációja szabálykövető és szakmailag kifogásolhatatlan legyen.</p>	<p>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.</p>
<p>Képes az emberi test anatómiai felépítését alapul véve az ízületi mozgáslehetőségeket felhasználva gimnasztikai gyakorlatokat tervezni egyszerű és összetett formában egyaránt, különböző életkorokban alkalmazva.</p>	<p>Ismeri a mozgáshibák jellemzőit, azok kijavításának módszereit. Alapvető anatómiai ismeretekkel rendelkezik.</p>	<p>Rendelkezik az egészséges életmóddal, a fizikai erőnlét fejlesztésére ösztönző szemléletmóddal, az ember és környezete harmonikus egyensúlyára figyelmet fordító felelősségteljes magatartással.</p>	<p>Képes a bemelegítésben és képességfejlesztésben használt egyéni-, társas-, valamint különböző szerek alkalmazásával gyakorlatokat tervezni, napi szinten használja a sportági felkészítés folyamatában.</p>
<p>Átlátja a gimnasztikai gyakorlatok mozgásszerkezeti tényezőinek változtatása általi lehetőségeket a sportági mozgások oktatásá-</p>	<p>Tisztában van a tér-, idő-, dinamikai tényezők elemeivel, összefüggésbe tudja hozni ezek szerepét a gazdag mozgásvégrehajtásban betöltött</p>	<p>Megfelelő kreativitással rendelkezik a mozgásszerkezeti tényezők változtatásával létrehozott gyakorlatok összeállításához.</p>	<p>Tudatosan képviseli, és lehetőségéhez mérten javítja azon módszereket, amelyekkel a szakterületen dolgozik, és elfogadja, valamint az</p>

nak összefüggésében	jelentőségükkel.		etikai normákat figyelembe véve saját módszertanába beépíti 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. antagonisták 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.

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

8.2.6.1 Programkövetelmény-modul sorszáma: 6

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

8.2.6.2.1 Minimális óraszám: 10

8.2.6.2.2 Maximális óraszám: 15

Képesség	Tudás	Attitűd	Autonómia és felelősség
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 kom-	Ismeri az idegen nyelvi szakmai	Nyitott a szakmájához kapcsolódóan az	Idegen nyelvi szakmai ismereteit folya-

munikációs helyzete- ket szakterületéhez kapcsolódó illetve az általános témakörök- ben idegen nyelven.	kommunikációhoz szükséges szakmai tényanyagot.	adott sportterület új idegen nyelvi eleme- inek elsajátítására.	matosan bővíti, önál- ló tanulás illetve szervezett képzés keretében.
Megérti a szakterüle- tébe tartozó, valamint általános témakörben íródott sajtóterméke- ket, hivatalos és sze- mélyes írásbeli kommunikációt. Képes egyszerűbb szakmai és általános írások produktumok létrehozására idegen nyelven.	Ismeri az idegen nyelvi elemek sport- vonatkozású kulturá- lis hátterét.	Fontosnak tartja saját nyelvi képességeinek fejlesztését, tudatá- ban van annak, hogy a nyelv egy folyama- tosan változó rend- szer, ami folyamatos tanulást kíván.	Tudatosan monito- rozza szakmai te- vékenységét, törek- szik arra, hogy ki- használja azokat a lehetőségeket (akár a tanítványoktól való tanulás útján), amelyek hasznosak lehetnek számára.

8.2.7 Programkövetelmény-modul neve: **Kerékpár sportszakmai modul**

8.2.7.1 Programkövetelmény-modul sorszám: 7

8.2.7.2 Programkövetelmény-modul tanulási eredményeinek elsajátításához szüksé-
ges foglalkozások minimális és maximális óraszám:

8.2.7.2.1 Minimális óraszám: 90

8.2.7.2.2 Maximális óraszám: 130

Képesség	Tudás	Attitűd	Autonómia és felelősség
Betartja a munkavé- delmi szabályzatot, balesetvédelmi sza- bályokat fogalmaz meg.	Ismeri a balesetvé- delmi szabályokat és a munkaeszközök rendeltetésszerű használatának mód- ját.	Elkötelezett a bizton- ságos munkavégzés mellett, törekszik a munkájához kapcsoló eszközök rendeltetés- szerű használatára és a sportfoglalkozáson való résztvevők pon- tos balesetvédelmi tájékoztatására.	Betartja a berende- zések, továbbá sport- szerek és sporteszkö- zök rendeltetésszerű használatával, keze- lésével kapcsolatos rendsabályokat.
Betartja az előírt fel- tételket és biztonsá- gi szabályokat.	Ismeri a kerékpár oktatás technikai fel- tételait, a teremben vagy külső helyszi- nen (országút, pálya, terep) érvényes biz- tonsági szabályokat.	A munkavégzés he- lyének sajátosságai- ból mindig felkészül, tudását folyamatosan naprakészen tartja.	Felméri a munkavég- zés helyének egyedi sajátosságait. Kocká- zatelemzést végez és megelőző tevékeny- séget folytat.

Ellátja a kerékpáros sportoktató valamennyi feladatkörét.	Részletesen ismeri a kerékpáros edzői munka minden aspektusát, a jó edző és sportoktató személyiségjegyeit, a tevékenységgel járó kihívásokat és felelősséget.	Elkötelezett a személyiségfejlesztés és a folyamatos szakmai önképzés mellett.	Felelősséget vállal a szakmai munkájáért, a rábízott sportolók fejlődési folyamatért és egészségéért.
Képes együttműködni a felkészülést segítő más szakemberekkel.	Ismeri a sportolók felkészítésében résztvevő más szakmák munkakörét, személyük jelentőségét a folyamatban.	Kikéri és elfogadja más szakterületek képviselőinek véleményét, belátja a velük való együttműködés hasznát és hajlandó velük kooperálni.	Másokkal együttműködve végzi tevékenységét, korrigálja a felkészítés folyamatát.
Felismeri a sportági tehetségeket és képes a szakágra illetve versenyszámra történő specializálódás folyamatát kontrollálni.	Birtokában van a tehetséggazdálkodás szintjeinek, a sportágspecifikus hosszútávú teljesítményfelépítés folyamatának ismeretanyaga.	Tiszteletben tartja az egyes korosztályok fejlesztésének speciális élettani és mentális követelményeit, figyelemmel kíséri a sportolók érési folyamatát és készen áll a szükséges beavatkozásra.	Javaslatokat fogalmaz meg a fejlesztési irányokra, a sportoló pályafutásának menedzselésére vonatkozóan. Együttműködik a szülő-iskola-sportegyesület háromszög szereplőivel a hatékony fejlesztés érdekében.
Megtanítja a sportolóknak a kerékpáros versenysporttal kapcsolatos életviteli szabályokat, a versenyekre való utazás és a verseny során, valamint az eredményhirdetésnél követendő magatartási formulákat.	Ismeri az élsport követelményrendszerét, az az ezzel járó nehézségeket és kihívásokat.	Kellő empátiával rendelkezik a sportoló életében felbukkanó nehézségek kezeléséhez. Törekszik tudása és tapasztalata átadására a sportemberi magatartás és etika elveinek területén.	Irányítja a sportolók versenyzéssel összefüggő cselekedeteit, ellenőrzi a követelmények végrehajtását, javaslatokat fogalmaz meg a hasonló szituációk jövőbeli kezelésére vonatkozóan.
Meghatározza egy kerékpárcsapat felépítésének és működtetésének alapelveit, elemzi a létrehozás feltételeit és kialakítja a működési struktúrát.	Összefüggéseiben ismeri a kerékpárcsapatok működését, a szükséges személyi, tárgyi, anyagi feltételeket és azok biztosításának elveit.	Figyelemmel kíséri a nemzetközi és hazai kerékpársportban zajló folyamatokat, fogékony az újdonságokra és önkritikus elemzi az ismeretei alapján elkészült ki-mutatásokat.	Önállóan elkészíti a kerékpárcsapat létrehozására és működtetésére vonatkozó terveket, és javaslatot tesz a döntések előkészítéséhez.

<p>Diagnosztizálja a sportoló teljesítményét befolyásoló faktorokat és a versenyszámok teljesítménystruktúráját.</p>	<p>Felismeri a teljesítményfaktorok állapotát egy adott személyre vonatkoztatva. Részletesen ismeri a kerékpársport szakágainak és versenyszámainak teljesítmény-összetevőit.</p>	<p>Törekszik arra, hogy minél precízebben tudja lebontani a sportteljesítményeket a legkisebb összetevőkre, és vállalja az elemzéssel kapcsolatos feladatokat, figyelemmel kíséri a változásokat.</p>	<p>Szakmai felelősségének tudatában, kreatívan elemez és értékkel, valamint döntést hoz a kapott eredmények birtokában.</p>
<p>Megtanítja a sportolóknak a kerékpározás technikai elemeit, a szükséges hibajavítások elvégzésével.</p>	<p>Elméleti és gyakorlati szinten ismeri az egyéni és társas alap- és emeltszintű technikai elemeket, a lehetséges felmerülő hibákat és azok kijavításának módszereit.</p>	<p>Rendelkezik a megfelelő szakmai ismeretek mellett a tanításhoz szükséges pedagógiai és pszichológiai eszköztárral, beszédkészséggel és empátiával.</p>	<p>Önállóan bemutatja vagy irányítása mellett másokkal bemutatja az elsajátítandó technikai elemet, irányítja a fejlesztés folyamatát és ellenőrzi a végrehajtás színvonalát.</p>
<p>Képes személyre szabott edzésterv összeállítására az adott szakágban és versenyszámban, valamint az edzések levezetésére.</p>	<p>Megfelelő tudással rendelkezik a sportágspecifikus terhelésszabályozás, edzésperiodizáció területén. Ismeri a kerékpáros edzéseszközöket és edzésmodszereket, ezek individualizált alkalmazását.</p>	<p>Fogékony az új módszerekre, elkötelezett az élethosszig tartó tanulás mellett, értéknek tekinti az egészséges életmódot és életminőséget.</p>	<p>Szakmai felelősségének tudatában végzi tevékenységét, képes az önrevízióra és a hibák önálló javítására.</p>
<p>Képes a kondicionális és koordinációs képességek általános és sportágspecifikus edzéseszközökkel történő fejlesztésére.</p>	<p>Ismeri az egyes képességek fejlesztésének módszereit elméletben és gyakorlatban.</p>	<p>Törekszik a korszerű módszerek alkalmazására, elkötelezett az egészségvédelem mellett.</p>	<p>Önállóan, hiteles szakmai forrásokra támaszkodva állítja össze a fejlesztési programot és hajtja végre a gyakorlatban.</p>
<p>Rekreációs sportolók számára edzésprogramot készít.</p>	<p>Érti az élsport és a sportrekreáció eltéréseit, ismeri a rekreációs célú kerékpározás speciális követelményeit.</p>	<p>Értéknek tekinti a rekreációt, az egészséges életmódot és életminőséget.</p>	<p>Felelősségteljes, egészségtudatos szemlélet terjeszt környezetében.</p>
<p>Tanácsot tud adni az edzéssel és versenyzéssel összefüggő étkezési és folyadékpótlási kérdésekre vonatkozóan.</p>	<p>Alapszinten ismeri a kerékpársporttal kapcsolatos sportdietetikai témaköröket.</p>	<p>Figyelemmel kíséri tanítványai étkezési szokásait, elkötelezett az egészséges táplálkozás mellett. Kezdeményezi sportdietetikus alkalmazását a tevékenységi körét meghaladó szakkérdésekben.</p>	<p>Együttműködik a sportdietikus szakemberrel és a szülőikkel az egészséges, sportteljesítményt támogató étrend vonatkozásában.</p>

Női sportolók felkészítését is vállalja, számukra szakmai segítséget nyújt.	Birtokában van a női kerékpársport speciális ismereteinek a hazai és nemzetközi fejlődési trendek, a speciális egészségügyi problémák és testalkati sajátosságok, az edzéstervezés és a terhelésszabályozás specifikumai tekintetében.	Szem előtt tartja a női sportolók férfiaktól eltérő testi és lelki sajátosságait.	Felelősségteljes, egészségtudatos szemlélet terjeszt környezetében.
Képes a megfelelő üléspozíció kialakítására és kontrolljára.	Azonosítja a helytelen üléspozíciót és ismeri a korrekció módját, a beállítás szempontjait és lépéseit.	Szem előtt tartja az egészségvédelmet, a testi éréssel összefüggő változásokat.	Együttműködik a prehabilitációs és a bikefit szakemberrel a sérülésmegelőzés érdekében.
Megtervezi és irányítja a sportoló regenerációját.	Ismeri az aktív és passzív regeneráció módszereit, alkalmazásuk elveit.	Tudatosan képviseli a szakterület korszerű elméleteit és módszereit, nyitott az újdonságok alkalmazására és törekszik a preventív szemlélet terjesztésére.	Együttműködik a sportdietetikussal, rehabilitációs szakemberrel, sportmasszőrrel a sérülésmegelőzés, a minél gyorsabb és hatékonyabb regeneráció biztosítása érdekében.

8.3. 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 jövőképeinek, 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.

Egyéb feltételek:

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, a sportág szakszövetségének edzőképzésért felelős személye által jóváhagyott sportterületi nyelvi anyag alapján kerül összeállításra. A komplex feladatlapon a sportoktató (kerékpár) 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 feladatlapon a „Sporttal kapcsolatos idegen nyelvi kommunikáció” modul, a „Kerékpár 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, fogalom párosítás. 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 projektfeladatra.

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 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 készi-

tése. 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.

11.3.6 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 feladatok a „kerékpár sportszakmai” modul szakmai ismeretei alapján kerülnek összeállításra, a sportág szakszövetségének edzőképzésért felelős személye általi jóváhagyással.

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, oktatói fellépés (irányítás), motiváló készség, időbeosztás, kifejezésmód, 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 kerékpár sportág 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 tétel 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 tétel tartalma ezt megkívánja.