



NYÍREGYHÁZI VIZSGAKÖZPONT

4400 Nyíregyháza, Dugonics utca 10-12.

Tel: +36 42 512-371; +36 70 199-5543

E-mail cím: vizsgakozpont@nyiregyhaziavk.hu

Web: www.nyiregyhaziavk.hu

Szakmai vizsga feltételei és tartalma KÉPZÉSI ÉS KIMENETI KÖVETELMÉNY szakmai vizsgára vonatkozó kivonata FITNESZ-WELLNESS INSTRUKTOR SZAKMA

1. A szakma alapadatai

- 1.1 Az ágazat megnevezése: 20. Sport
- 1.2 A szakma megnevezése: Fitnesz-wellness instruktork
- 1.3 A szakma azonosító száma: 5 1014 20 01
- 1.4 A szakma szakmairányai: -
- 1.5 A szakma Európai Képesítési Keretrendszer szerinti szintje:5
- 1.6 A szakma Magyar Képesítési Keretrendszer szerinti szintje:5
- 1.7 Ágazati alapoktatás megnevezése: Sport ágazati alapoktatás
- 1.8 Kapcsolódó részsakmák megnevezése:-
- 1.9 Egybefüggő szakmai gyakorlat időtartama: Szakképző iskolai oktatásban: -, Technikumi oktatásban: 70 óra, Érettségire épülő oktatásban: 70 óra

8. A szakmai vizsga leírása, mérésének, értékelésének szempontjai

- 8.1 Szakma megnevezése: Fitnesz-wellness instruktork
- 8.2 Szakmai vizsgára bocsátás feltétele:
 - 8.2.1 valamennyi előírt képzési évfolyam és az egybefüggő szakmai gyakorlat eredményes teljesítése.
 - 8.2.2 szakmához kötődő további sajátos követelmények: A vizsgázó a portfólió (projektfeladat) írásbeli részét köteles a vizsgát megelőzően legalább 30 naptári nappal korábban benyújtani.

8.3 Központi interaktív vizsga

- 8.3.1 A vizsgatevékenység megnevezése: Egészségügy, edzéselmélet, ügyfélszolgálat
- 8.3.2 A vizsgatevékenység leírása: A vizsgarész a gyakorlati feladatok elméleti háttérének elsajátítását vizsgálja teszt jellegű feladatokkal. Ezek lehetnek: igaz-hamis állítások, egyszeres és többszörös feleletválasztás, zárt végű szöveg kiegészítés, fogalompárosítás, ábrafelismerése és kiegészítése, illesztési feladatok (besorolás, két-három halmaz közötti kapcsolat).
- 8.3.3 A vizsgatevékenység végrehajtására rendelkezésre álló időtartam: 90 perc 8.3.4 A vizsgatevékenység aránya a teljes szakmai vizsgán belül: 20%



NYÍREGYHÁZI VIZSGAKÖZPONT

4400 Nyíregyháza, Dugonics utca 10-12.

Tel: +36 42 512-371; +36 70 199-5543

E-mail cím: vizsgakozpont@nyiregyhaziavk.hu

Web: www.nyiregyhaziavk.hu

8.3.5 A vizsgatevékenység értékelésének szempontjai:

A javítás az írásbeli feladathoz rendelt javítási útmutató alapján történik. A központi interaktív vizsga feladatainak felépítése:

Igaz-hamis állítások	5%
Egyszeres feleltválasztás	20%
Többszörös feleltválasztás	15%
Zárt végű szövegkiegészítés	10%
Fogalompárosítás	20%
Ábrafelismerés és kiegészítés	10%
Illesztési feladatok	20%

A pontozás során minden feladatrész (item) megoldása 1%-ot ér.

A vizsgatevékenység akkor eredményes, ha a tanuló a megszerezhető összes pontszám legalább 40 %-át elérte.

8.4 Projektfeladat

8.4.1 A vizsgatevékenység megnevezése: Fitness-wellness instruktorképzés gyakorlati záróvizsga

8.4.2 A vizsgatevékenység leírása:

A) Portfólió: a tanuló haladásáról, eredményeiről, munkáiból összeállított, a mentoráló gyakorlati oktató vagy szaktanár által hitelesített dokumentum. A portfólió a képzés teljes időtartama alatt készül. A portfólió tartalma: (1) Választott órátípus terve
(2) Wellness hétvége szervezése
(3) A tanuló saját edzésnaplója: a tanuló saját fizikai felkészültségének, teljes tanulmányi idő alatti fejlődésének nyomon követése, dokumentálása

B) A portfólió megvédése és fitness program lebonyolítása

A vizsgázó a vizsgabizottság előtt 10 percen belül bemutatja portfóliója tartalmát. Ezután a vizsgabizottság által jóváhagyott gyakorlati tételsorokból (Aqua tréning, Csoportos és speciális órátípusok, Egyéni kondicionálás, Ügyfélszolgálat) húzott fitness programot levezeti.

8.4.3 A vizsgatevékenység végrehajtására rendelkezésre álló időtartam: 40 perc, amelyből 10 perc a portfólió védelme, 20 perc a sportági mozgásforma levezetése vizsgafeladatonként (Aqua tréning, Csoportos és speciális órátípusok, Egyéni kondicionálás, Ügyfélszolgálat) és 10 perc a szakmai beszélgetés, amely magában foglalja a vizsgázó reflexióját az oktatással kapcsolatban.

8.4.4 A vizsgatevékenység aránya a teljes szakmai vizsgán belül: 80%

8.4.5 A vizsgatevékenység értékelésének szempontjai: A portfólió értékelése:

Választott órátípus terve	5%
Wellness hétvége szervezése	10%
A tanuló 1 éves saját edzésnaplója	5%



NYÍREGYHÁZI VIZSGAKÖZPONT

4400 Nyíregyháza, Dugonics utca 10-12.

Tel: +36 42 512-371; +36 70 199-5543

E-mail cím: vizsgakozpont@nyiregyhaziavk.hu

Web: www.nyiregyhaziavk.hu

9. Sportági mozgásforma oktatása vizsgafeladatonként

Aqua tréning	10%
Csoportos és speciális óratípusok	20%
Egyéni kondicionálás	20%
Ügyfélszolgálat	10%
Szakmai beszélgetés:	
Szaknyelv alkalmazása	10%
Hibajavítás, értékelés	5%,
Vezetési stílus, kommunikáció, balesetvédelmi előírások betartása	5%

A vizsgatevékenység akkor eredményes, ha a tanuló a megszerzhető összes pontszám legalább 40 %-át elérte.

9.1 A szakmai vizsga vizsgatevékenységeinek lebonyolításához szükséges személyi feltételek:
Közreműködők, akik végrehajtják a vizsgázó által megtervezett és vezetett foglalkozást.

9.2 A szakmai vizsga vizsgatevékenységeinek lebonyolításához szükséges tárgyi feltételek:
A vizsgázó által összeállított vizsgafeladat lebonyolításához szükséges eszközök:

- Uszoda
- Vízben alkalmazott segédeszközök
- Aerobik terem
- Az aktuális fitness trendeknek megfelelő eszközök (Step padok, gumiszalagok, bokasúlyzók, kéziszúlyzók, polifoam szivacsok)
- Erősítő, kardió gépek
- CD lejátszó
- Hangosító rendszerek
- Elsősegélynyújtáshoz szükséges eszközök

9.3 A vizsgatevékenységek alóli felmentések speciális esetei, módja, és feltételei:-

9.4 A szakmai vizsga eredményébe az ágazati alapvizsgát az alábbi súlyarányal kell beszámítani:
Ágazati alapvizsga: 10%, Szakmai vizsga: 90 %

9.5 A vizsgán használható segédeszközökre és egyéb dokumentumokra vonatkozó részletes szabályok:

A vizsgázó a vizsga közben használhatja a végrehajtáshoz szükséges eszközöket, egyéb segítséget nem vehet igénybe.

10. A vizsgatevékenységek megszervezésére, azok vizsgaidőpontjaira, a vizsgaidőszakokra vonatkozó sajátos feltételek: -