

Az Országos Képzési Jegyzékről és az Országos Képzési Jegyzék módosításának eljárásrendjéről szóló 133/2010. (IV. 22.) Korm. rendelet alapján:

Szakképesítés, szakképesítés-elágazás, rész-szakképesítés, szakképesítés-ráépülés azonosító száma és megnevezése, valamint a kapcsolódó szakképesítés megnevezése:

52 813 01 0010 52 01	Fitness-wellness asszisztens	Sportedző (sportág megjelölésével)
52 813 01 0010 52 02	Sportedző (sportág megjelölésével)	Sportedző (sportág megjelölésével)
52 813 01 0100 33 01	Sportoktató (sportág megjelölésével)	Sportedző (sportág megjelölésével)

Tájékoztató

A vizsgázó az első lapra írja fel a nevét!

Ha a vizsgafeladat kidolgozásához több lapot használ fel, a nevét valamennyi lapon fel kell tüntetnie, és a lapokat sorszámokkal el kell látnia.

Értékelés

Összesen: 100 pont

100% = 100 pont

A VIZSGAFELADAT MEGOLDÁSÁRA JAVASOLT %-OS EREDMÉNY:

EBBEN A VIZSGARÉSZBEN A VIZSGAFELADAT ARÁNYA 100%.

1. feladat**Összesen: 15 pont****Egyszerű választás**Válassza ki, és húzza alá az egyetlen helyes megoldást!

Minden helyes megoldás 3 pont.

1. A nevelés legfontosabb feladata:

- a) a szociálissá alakítás, a társadalmi értékek elsajátítása
- b) a probléma-megoldási stratégiák kialakítása
- c) az iskolaérettség kialakítása
- d) a sportoktatás

2. A heteronóm (külső) szabályozás része:

- a) a belső kognitív folyamatok
- b) a közvetlen és a közvetett nevelő hatások
- c) az önfejlesztő magatartás
- d) a belső motiváció

3. Az edző- sportoló kapcsolat középpontjában a/az..... áll.

- a) nemzetközi szintű sportteljesítmény
- b) társadalmi-környezeti elvárás
- c) közös célkitűzések és a kooperáció (együttműködés)
- d) az edző nevelési stílusa

4. Deprivációról akkor beszélünk, ha:

- a) valaki tudatosan keresi a konfliktusokat
- b) a sportoló versenyek előtt szorong
- c) valaki önpusztító életet él
- d) a szülő a saját maga céljait, vágyait szeretné megvalósítani gyermeke sporttevékenységén keresztül

5. A neveléshez kapcsolódó értékek:

- a) történelmünk során nem változtak, állandóak
- b) a serdülőkorig alakíthatók ki
- c) csak felnőttkorban alakíthatók ki
- d) kulturális értékek, amelyek kifejezik azt, hogy a társadalomban mit tartunk kívánatosnak és fontosnak

2. feladat**Összesen: 20 pont****Többszörös választás**

Válassza ki, és húzza alá a megadott válaszok közül a helyeseket! (A helyes válaszok száma a-tól e-ig terjedhet!)

Minden tökéletesen megoldott feladat 4 pontot ér. Tökéletesen megoldott az a feladat, amelyben pontosan annyi helyes válasz betűjelét, illetve a betűjelhez tartozó szöveget húzza alá a vizsgázó, amennyi a megoldásban szerepel. Részpont nem adható!

1. Az alapvető motívumok:

- a) az önfenntartó motiváció
- b) a kíváncsiságmotiváció
- c) a fajfenntartó motiváció
- d) a sporttevékenységhez kapcsolódó motiváció
- e) a tanulás iránti motiváció

2. A sportpszichológiai felkészítés módszerei:

- a) a relaxációs módszerek
- b) a mentális tréning
- c) a kondicionális képességek fejlesztése
- d) a pszichoterápiás módszerek
- e) az edző-sportoló kapcsolat fejlesztése

3. A konstruktív életvitel része(i)

- a) a deviáns tevékenységek
- b) a társadalmi érték- és normarendszer betartása, követése
- c) az iskolai oktatás
- d) a társadalmilag hasznos és az egyénileg értékes tevékenységformák

4. Az intrinzik (belső) motivációval rendelkező sportolók:

- a) a nemzetközi sikerek miatt sportolnak
- b) a tevékenység közben megélt pozitív érzések által „vezéreltek”
- c) elsősorban a jutalom (pl. pénz) miatt sportolnak
- d) elsősorban maguknak szeretnének megfelelni
- e) a tevékenység (ön)jutalmazó jellege miatt sportolnak

5. A csúcsteljesítmény eléréséhez szükséges.

- a) magas arousal szint
- b) optimális arousal szint
- c) figyelem-összpontosítás
- d) optimális önbizalom
- e) magas belső motiváció

3. feladat**Összesen: 15 pont****Igaz-hamis állítás**

Döntse el az alábbi állításokról, hogy igazak-e, vagy hamisak, majd húzza alá a helyesnek ítélt betűjelet! I: igaz; H: hamis.

Minden helyes válasz 3 pontot ér.

1. Doppingvétséget csak az a sportoló követ el, akinek az „A” és a „B” próbája is pozitív eredménnyel zárult.

I H

2. Sérülés vagy betegség esetén a kezelés során alkalmazott gyógyszerek felhasználását nem szükséges engedélyeztetni, mert azok a sportoló eredeti egészségi állapotának visszanyerését szolgálják.

I H

3. A kereskedelemben, illetve a gyógyszertárakban kapható készítmények, termékek nem tartalmazhatnak tiltott összetevőket.

I H

4. Nem minősül doppingvétségnek, ha a sportoló nem tud megfelelő mennyiségű mintát adni az ellenőrzés során.

I H

5. A Fair Play eszméjébe beletartozik a doppingmentes felkészülés is.

I H

4. feladat**Összesen: 20 pont**

Kösse össze egy vonallal az összetartozó párokat!

Minden helyes válasz 2 pontot ér.

<i>Direkt (közvetlen) nevelési módszerek</i>	követelés
	célok, perspektívák megbeszélése
	segítségadás
	közvetett gyakorlás
	értékközvetítés
<i>Indirekt (közvetett) nevelési módszerek</i>	gyakoroltatás
	hagyományok kialakítása
	ellenőrzés
	pozitív minta adása
	ösztönzés

5. feladat**Összesen: 30 pont****Esszékérdés**

Fejtse ki az alábbi kérdésekkel kapcsolatos véleményét, és indokolja álláspontját!

Egy iskolában a szülői értekezleten előadást kell tartania. Az előadás célja, hogy minél több szülőt meggyőzzön, hogy az Ön egyesületét válasszák a gyerekek sportoltatására.

a) *Miért ajánlja a sportot, milyen személyiségfejlesztő hatásokat emelne ki?*

10 pont

b) *Fejtse ki milyen szocializációs hatásai vannak a rendszeres sporttevékenységnek!*

10 pont

c) *Ismertesse a legfontosabb motivációs tényezőket, amelyek szerepet játszhatnak a sporttevékenység elkezdésében!*

10 pont

ÉRTÉKELŐ LAP

Szakmai ismeretek alkalmazása a szakmai és vizsgakövetelmények szerint		Az információtartalom vázlata alapján	Pontszám	
Feladat	Típus	Szakmai Kompetenciák	Max.	Elért
1) Egyszerű választás	C	Személyközi kapcsolatok	15	
	C	A nevelés alapelvei és módszerei		
	B	A sport és a nevelés		
	C	A nevelés folyamata		
	C	A nevelés lényeges jegyei		
2) Többszörös választás	D	Általános lélektani ismeretek	20	
	C	Személyközi kapcsolatok		
	C	A sporttevékenység folyamatának pszichológiai kérdései		
	C	Lelki egészség, pszichés problémák		
	C	A személyiség pszichológiai értelmezése		
3) Igaz- hamis	C	A sporttevékenység megengedett és tiltott eszközeinek ismertetése	15	
4) Párosítás	C	A sportoktatás elmélete	20	
4) Esszé	B	A sport és a nevelés	10	
	C	A sport szocializációs hatása	10	
	C	A sport személyiségfejlesztő hatása	10	
ÖSSZESEN:			100	
A VIZSGAFELADAT SZÁZALÉKBAN			100%	