

323. Az Egészségügy és elsősegélynyújtás megnevezésű 10323-12 azonosító számú szakmai követelménymodul tartalma:

Feladatprofil:

Az edzések és mozgásos foglalkozások tervezésekor figyelembe veszi a szervezet anatómiai és élettani sajátosságait
Tanácsokat ad tanítványainak, illetve vendégeinek a testsúlyszabályozás kérdésében
Elősegíti a helyes táplálkozási szokások kialakítását, megfelelő tanáccsal látja el a foglalkozásokon (edzéseken) résztvevőket
Meggyőződéssel érvel a rendszeres testedzés és sportolás egészségre gyakorolt kedvező hatása mellett az ép és a fogyatékossgal élő emberek számára egyaránt
A mozgásos foglalkozások és az edzések tervezésekor és vezetésekor kiemelt figyelmet fordít a sportsérülések és az edzésártalmak megelőzésére
Felismeri az edzésártalmak tüneteit, ennek megfelelően módosítja a foglalkozások (edzések) tartalmát
Szakszerű elsősegélyt nyújt
Indokolt esetben egészségügyi szakemberek (sportorvos, gyógytornász stb.) segítségét kéri az edzésártalmak kivédéséhez, kezeléséhez, illetve a sérülések ellátásához
Tudatosítja a tiltott teljesítményfokozás veszélyeit, meggyőzően érvel a fair play szabályainak betartása mellett
Szakszerűen használja a megengedett teljesítményfokozás eszközeit
Az életkori sajátosságoknak megfelelő fizikai terhelést alkalmaz

Tulajdonságprofil:

Szakmai kompetenciák:

szakmai ismeretek:

Az emberi szervezet felépítése
A mozgató szervrendszer, az edzés hatása a mozgató rendszerre
A szív és a keringési szervrendszer, az edzés hatása a keringési rendszerre
A légzés szervrendszere, az edzés hatása a légző rendszerre
A szabályozó szervrendszer, az edzés hatása a szabályozó rendszerre
A kiválasztás szervrendszere
Az emésztőrendszer és a tápanyagok, anyag- és energiaforgalom
Az egészséges táplálkozás és a folyadékpótlás
Testösszetétel, testalkat, elhízás és testsúlyszabályozás
Az edzés és az energiaforgalom
A fogyatékossg típusai
A testedzés és a sport, mint az egészség megőrzésének eszköze
Sportsérülések, sportártalmak megelőzése, gerinc és ízületvédelem
Sportsérülések, elsősegélynyújtás
A krónikus betegek testedzése, sportolása
A teljesítményfokozás lehetséges és tiltott eszközei, azok élettani hatásai
Fáradás, fáradtság, pihenés, regeneráció élettani háttere
Életkorok biológiai és terhelés-élettani sajátosságai

szakmai készségek:

Szakmai beszédkészség
Olvasott szakmai szöveg megértése
Hallott szakmai szöveg megértése

Személyes kompetenciák:

Megbízhatóság
Felelősségtudat
Döntésképesség

Társas kompetenciák:

Prezentációs készség
Meggyőzőkészség
Kapcsolatteremtő készség

Módszerkompetenciák:
Gyakorlatias feladatelemzés
Problémamegoldás, hibaelhárítás
Körültekintés, elővigyázatosság