

## **Fitness, aquafitness és sportanimátor szakirányú továbbképzési szak**

**I. A szakirányú továbbképzés neve:**

Fitness, aquafitness és sportanimátor szakirányú továbbképzési szak

**II. II. A szakirányú továbbképzési szak FIR-kódja:**

**III. A létesítést engedélyező határozat ügyiratszám:**

OH-FHF/1642-6/2008.

**IV. A létesítő intézmény neve:**

Pécsi Tudományegyetem

**V. A szakirányú továbbképzési szak képzési és kimeneti követelménye:**

**1. A szakirányú továbbképzési szak megnevezése:**

Fitness, aquafitness és sportanimátor szakirányú továbbképzési szak

**2. A szakképzettség oklevélben szereplő megnevezése:**

Fitness, aquafitness és sportanimátor szakértő

**3. A szakirányú továbbképzés képzési területe:**

Sporttudomány

**4. A felvétel feltételei:**

4.1. Sporttudomány képzési területéről:

- testnevelő-edző alapképzési szak,
- sportszervező alapképzési szak,
- rekreációs szervezés és egészségfejlesztés alapképzési szak,
- humánkineziológia alapképzési szak.

4.2. Művészet képzési területéről:

- táncművész alapképzési szak,
- koreográfus alapképzési szak,
- táncos és próbavezető alapképzési szak.

**5. Képzési idő:**

3 félév

**6. Megszerzendő kreditek száma:**

90 kredit

**7. A képzés során elsajátítandó kompetenciák, tudáselemek, megszerzhető ismeretek, személyes adottságok, készségek, a szakképzettség alkalmazása konkrét környezetben, tevékenységrendszerben**

a) A végzettek ismerik:

- a rekreációs tevékenység irányító ellátásához szükséges testkulturális, természet- és társadalomtudományi ismeretanyagot;
- az életminőség javításához szükséges a prevenciót és rehabilitációt érintő szakszerű tanácsadási módokat;
- a rekreáció értékeinek átszarmaztatási, alkotó módon fejlesztő munkafolyamatát;
- az emberek szabadidős tevékenységének valamennyi életkorra kiterjedő szervezési lehetőségeit.
- a szakterülettel összefüggő menedzselési és vállalkozási munkát.

b) A végzetek alkalmasak:

- a kulturált szabadidő eltöltés sportoláson alapuló megtervezésére, szervezésére, az egyes életstílus csoportok keretén belül;
- a vendégek fizikai állapotának megállapítására, illetve a kapott eredmények birtokában edzés- és táplálkozási programok készítésére;
- a sporttevékenység megszerettetésére, az életen áttartó fizikai aktivitás iránti elkötelezettség kialakítására;
- olyan mozgásformákat, tevékenységeket, sportágakat ajánlani, amelyek egyrészt divatosak, megfelelnek a korszellemnek, bizonyítják, hogy a sport elsősorban örömforrás, kaland, játék, másrészt az emberi élet bármely szakaszában nehézségek nélkül űzhető;
- tudományos alapismereteik és gyakorlati tudásuk birtokában az életmód-szabályozás eszközszerkezeinek felhasználásával valamennyi korosztály számára preventív, egyénre szabott, differenciált programok révén a fitness, aquafitness értékeit magas színvonalon átadni;
- az életminőség javításához szükséges szakszerű tanácsadásra, életmódprogramok kidolgozására és levezetésére, és az emberek szabadidős tevékenységének sokrétű szervezésével az egészségi állapot kívánt tartományának szélesítésére;
- pozitív egészség centrikus szemléletmód, cselekvéskultúra és igény kialakítására;
- elméleti és gyakorlati felkészültségük által alkotó módon fejleszteni szakterületüket, közzétenni tapasztalataikat, eredményeiket;
- wellness, fitness, és egészségorientált klubok, intézmények munkájának tervezésére, illetve irányítására;
- tudományos alapú projektek megtervezésére, megszervezésére, és lefolytatására, a kutatási eredmények értékelésére és releváns következtetések levonására.

c) A végzetek a szakképzettség gyakorlásához szükséges személyes adottságai és készségei:

- rendelkeznek azon tulajdonságokkal, készségekkel, amelyek biztosítják a pszichomotoros képességek szintjének meghatározását, fejlesztését, ezáltal lehetővé válik tudásuk gyakorlati alkalmazása, a mozgásos cselekvések magas szintű oktatása;
- felelősséget vállalnak a sportprogramok végzésekor bennük bízó egyének, csoporttagok iránt, felkészültek az esetleges sportsérülések akut ellátására, és a gyógyulási folyamatok elősegítésére;
- rendelkeznek problémafelismerő és megoldó képességgel, kreativitással, illetve önállósággal, továbbá permanens szakmai továbbképzési igénnyel.

d) A szakképzettség alkalmazása konkrét környezetben, tevékenységrendszerben

A szakképzettség birtokában a végzetek képesek:

- szállodákban, wellness hotelekben;
- gyógy-és élményfürdőkben;
- luxushajókon, tengerparti klubhotelekben;
- fitness - wellness centrumokban, SPA központokban, szabadidős sportlétesítményekben;
- wellness terápiás egészségközpontokban;
- rendezvény- és tréningsszervező cégeknél,
- szórakoztató parkoknál, kempingekben, turistaközpontokban, utazási irodákban
- és magánpraxisban

mozgásos cselekvések, sportmozgások alkalmazását feltételező prevencióval, rehabilitációval összefüggő testkultúrát és egészségkultúrát érintő különböző feladatok magas szintű megoldására.

### 8. A szakképzettség szempontjából meghatározó ismeretkörök, és a főbb ismeretkörökhöz rendelt kreditérték

<b>Alapozó ismeretek:</b>	<b>24 kredit</b>
Anatómia, élettan, terhelésélettan; egészségtan, táplálkozás élettan; elsősegélynyújtás; edzéselmélet; funkcionális gimnasztika; társadalomtudományi alapismeretek; sportszervezés (rendezvény szervezés); turizmus rendszere; egészségturizmus; eseménymarketing, viselkedéskultúra.	
<b>Szakmai törzsanyag:</b>	<b>22 kredit</b>
Fitness elmélet; fittségi vizsgálatok; fittségi programtervezés; szabadtéri kardio edzésprogramok (séta, jogging, nordic walking); úszás, úszástanfolyam; fitness aerobic; testépítés, alakformálás; sekély – és mélyvízi aquafitness.	
<b>Differenciált szakmai ismeretek:</b>	<b>20 kredit</b>
Tenisz; fallabda; kosárlabda, streetball; röplabda, strandröplabda; turisztika, természetjárás; senior torna; gyermektorna; játékos vízi foglalkozás gyermekeknek; téli sportok; sportágak gyakorlata, sportanimátor, játékmester.	
<b>Szabadon választható ismeretek:</b>	<b>10 kredit</b>
Bowling, teke; golf, mini golf; játékos tartásjavító torna gyermekeknek; gerinctorna, proprioceptív tréning; tartásjavító alakformáló gyógytorna vízben; gyógyúszás; egyéb szabadidőben végzett sportjátékok (asztalitenisz, floorball, strandvízilabda, „lábtengő”); extrém sportok (inline skating, gördeszka, falmászás, sziklamászás); lósportok, gyógylovglás; modern társastánc; jóga, stressz oldás, relaxációs technikák; angol szaknyelv; német szaknyelv.	
<b>Szakmai gyakorlat:</b>	<b>4 kredit</b>
A szakmai gyakorlat célja, hogy a hallgatók a képzés irányultságának megfelelő tevékenységet végezve, tényleges körülmények között, valós szituációkban ismerkedjenek meg a szakmai feladatok megoldásával. A szakmai gyakorlat alkalmával a hallgatók wellness hotelekben, illetve fitness központokban hospitálási és gyakorló foglalkozások vezetésével kapcsolatos különböző feladatokat látnak el.	
<i>A szakmai gyakorlat szervezeti formái:</i>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>– csoportos hospitálás;</li> <li>– egyéni hospitálás;</li> <li>– gyakorló foglalkozás vezetés;</li> <li>– záró foglalkozás vezetés.</li> </ul>	
<b>Szakedolgozat:</b>	<b>10 kredit</b>
A szakedolgozat a fitness, aquafitness és sportanimátor képzés ismeretanyagából választott olyan szakmai feladat megoldása, amellyel a hallgató bizonyítja, hogy tájékozott e témakörben.	

### 9. A szakedolgozat kreditértéke:

10 kredit