

Egészségfejlesztő-wellness terapeuta szakirányú továbbképzési szak

I. A szakirányú továbbképzés neve:

Egészségfejlesztő-wellness terapeuta szakirányú továbbképzési szak

II. A szakirányú továbbképzési szak FIR-

kódja:

A képzési és kimeneti követelményeket tartalmazó határozat: OH-FHF/264-4/2011.

III. A létesítő intézmény neve:

Pécsi Tudományegyetem

IV. A szakirányú továbbképzési szak képzési és kimeneti követelménye:

1. A szakirányú továbbképzési szak megnevezése:

Egészségfejlesztő-wellness terapeuta szakirányú továbbképzési szak

2. A szakképzettség oklevélben szereplő megnevezése:

Egészségfejlesztő-wellness terapeuta

3. A szakirányú továbbképzés képzési területe:

Orvos- és egészségtudomány képzési terület

4. A felvétel feltételei:

Orvos- és egészségtudomány, bölcsészettudomány, társadalomtudomány, jogi és igazgatási vagy hitéleti képzési területen legalább alapképzésben (korábban: főiskolai szintű képzésben) szerzett oklevél

5. A képzési idő:

3 félév

6. A szakképzettség megszerzéséhez összegyűjtendő kreditek száma:

90 kredit

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

A képzés célja:

A képzés célja olyan felsőfokú egészségfejlesztő-wellness terapeuták képzése, akik naprakész wellness ismereteik birtokában képesek egészségmegőrző, egészségfejlesztő és wellness szolgáltatást nyújtó intézményekben a kliens szükségleteire alapozva egészségfejlesztő-wellness terápiás tevékenység végzésére. Az egészségfejlesztő-wellness terapeuta életmód, szépségápolási és táplálkozási tanácsadással, egészségfejlesztő turisztikai, sport és rekreációs programok szervezésével, lebonyolításával, illetve egyéb, a kliens egészségét szolgáló tevékenységekkel (masszázstechnikák, stresszoldó-technikák, környezeti terápia, balneo-, hidroterápia, alternatív mozgásterápiák) képes a kliensek egészségi állapotát javítani.

Elsajátítandó kompetenciák, tudáselemek, megszerezhető ismeretek:

Mozgástani, elektro-, balneo-, hidro- és klímaterápiás, masszázstechnikai szakismereteik alapján képesek

- ismertetni a fizikai igénybevétel élettani hatásait, ismertetni a tartós munkavégzésből, ismétlődő vagy statikus mozgásszervi túlterhelésből adódó bántalmakat és azok elkerülési lehetőségeit;
- az egyoldalú terhelést kompenzáló gyakorlatsorok összeállítására;
- ismertetni és alkalmazni a kondicionális képességek fejlesztésének módszereit, az erő, gyorsaság, állóképesség és hajlékonyság fejlesztésének szempontjából;
- ismertetni és alkalmazni a stretching technikákat;
- ismertetni a kardiorespiratórikus adaptáció alapjait, indikációit és kontraindikációit;
- alkalmazni a kardiofitnesszt szolgáló legfontosabb gyakorlatokat;
- megfelelő módszerekkel a rossz testtartást és a hibás mozgást javítani;
- ismertetni a masszázstechnikák élettani alapjait, hatásmechanizmusát, a módszerek felosztását, a masszázs alkalmazásának szabályait;
- ismertetni az elektro-, balneo-, hidro- és klímaterápia élettani hatásait, alkalmazásának szabályait;
- ismertetni a rekreáció körébe tartozó sportok alapjait;
- ismertetni az alternatív mozgásterápia legfontosabb összetevőit, azok egészségfejlesztő hatásait;
- aquafitness, hydrobic körébe tartozó gyakorlatok levezetésére;
- alkalmazni a relaxációs technikák alapgyakorlatait.

Életmód-tanácsadási és természetgyógyászati szakismereteik alapján képesek

- ismertetni az egészséges életmód alappilléreit;
- ismertetni és alkalmazni az egészségfejlesztés bázis módszereit, a táplálkozásban, fitoterápia, környezeti terápia területén;
- individuális egészségfejlesztési terv készítésére;
- életmód tanácsadás kivitelezésére;
- ismertetni az egyes keleti gyógyászati irányzatok legfontosabb alapelveit, módszereit, alkalmazási lehetőségeit a wellness területén;
- a kliens számára keleti természetgyógyászatra épülő egészségmegőrző, -fejlesztő alternatívákat kínálni.

Táplálkozási szakismereteik alapján képesek

- ismertetni az egészséges táplálkozás alapelveit, a táplálékok természetes összetevőit, azok táplálkozás-élettani vonzatait, az ételkészítés technológiai alapjait;
- a kliens számára egyénre szabott táplálkozási ajánlásokat tenni;
- ismertetni az egyes nemzeti konyhák jellegzetességeit, az egyes vallások táplálkozási előírásait;
- ismertetni a legfontosabb táplálkozási rendszerek előnyeit, hátrányait, javallatait;
- ismertetni a legfontosabb betegségek diétáit;
- ismertetni a reformtáplálkozás irányzatait, legjellemzőbb ételeit, italait.

Szépségápolási ismereteik alapján képesek

- ismertetni a szépség fogalmát, komponenseit, a bőr működését, ápolását;
- egyénre szabott bőrápolási és testápolási ajánlást készíteni és ajánlani;
- felismerni a kliens zavaró szépséghibákat, ismerni azok megoldási alternatíváit;
- ismertetni a leggyakrabban előforduló bőrbetegségek okait, megelőzési lehetőségeit, terápiáját;
- a kliens egyéniségének megfelelő stílusbeli ajánlásokat tenni.

Turisztikai, egészségturisztikai ismereteik alapján képesek

- ismertetni a turizmus rendszerét, kölcsönhatását a környezetét alkotó rendszerekkel;
- bemutatni a gyógy- és wellness turizmus sajátosságait;
- ismertetni a különböző gyógyhelyek, gyógy- és termálvizek fajtáit, fellelhetőségét Magyarországon;
- programok, rendezvények megtervezésében, előkészítésében, levezetésében részt venni;
- alkalmazni szállodamarketing és-menedzsment ismereteit.

Személyes adottságok:

- kiváló kommunikációs készség;
- magas szintű empátia készség;
- jó szervezőkészség;
- tolerancia, megértés, elfogadás.

A szakképzettség alkalmazása konkrét környezetben, tevékenységrendszerben:

- egészségmegőrző, egészségfejlesztő és wellness szolgáltatást nyújtó intézményekben egészségfejlesztő-wellness terápia végzése;
- szervezett és egyéni keretek között életmód, szépségápolási és táplálkozási tanácsadás folytatása;
- egyes wellness terápiaik kivitelezése;
- egészségfejlesztő turisztikai, sport- és rekreációs programok szervezése, lebonyolítása;
- a kliens egészségi állapotának felmérése;
- egyénre szabott egészségmegőrző/fejlesztő program összeállítása;
- kliensek irányítása;
- különböző egészséget szolgáló tevékenységekkel egészségi állapotok megváltoztatása, javítása.

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

Táplálkozástudományi tanulmányi terület: 14 kredit

Táplálkozási rendszerek, Élelmiszerbiztonság, táplálkozás egészségügy, Alkalmazott diétetika, Gasztronómia, Szakmai gyakorlat

Fitness tanulmányi terület: 42 kredit

Test és mozgástudatosítás, EBHKT, Ergonómia, Relaxációs technikák, Aquafitness, Alternatív mozgásterápia, Alternatív masszázstechnikák, Stretching technikák, Sport és rekreáció, Kondicionálási képességek fejlesztése, Kardiofitness, Szakmai gyakorlat

Turisztikai tanulmányi terület: 12 kredit

Turizmus rendszere és környezete, Magyarország turizmusföldrajza, Program- és rendezvényszervezés, Animáció az egészségturizmusban, Szállodamarketing és menedzsment, Szakmai gyakorlat

Szépségápolási tanulmányi terület: 8 kredit

Szépségápolási ismeretek, Stílus, Női fittség, Szakmai gyakorlat

Életmód-tanácsadás tanulmányi terület: 12 kredit

9. Fitoterápia, Keleti gyógyászati ismeretek, Környezeti terápia, Életmód-tanácsadás, Szakmai gyakorlat

1. A szakdolgozat kreditértéke:

2. 2 kredit