



**Fitness-wellness instruktorkor OKJ 54 813 01 tanfolyam - Engedéllyszám: E-001468/2016/A0003**

*(szakképesítés)*

**Szakmai és vizsgakövetelmény** - *Érvényes: 2013. évtől*

**A képzési program célja:**

Felkészítse a résztvevőket a fitness-wellness instruktorkor munkaköréhez tartozó feladatok ellátására.

A munkaterület jellemző tevékenységei az alábbiak:

A rekreációs sport jellemző létesítményeiben (fitness, wellness klubok, szállodák részlegei, uszodák, szabadidőközpontok, tornatermek stb.) tervez, szervez és vezet csoportos, illetve egyéni edzéseket. Tevékenysége elsősorban a lakosság fitsségi állapotának javítására irányul. A foglalkozásvezetésen túl az érintett létesítményekben ügyfélszolgálati feladatokat is ellát. Komplex felkészültsége alapján egyaránt alkalmas a legváltozatosabb mozgásprogramok oktatására és a létesítmény működtetésében való hatékony közreműködésre.

**A képzési program célcsoportja:**

A munkaerő-piacról kiszorult, hátrányos helyzetű álláskereső.

Szakképzetlen vagy elavult szakképesítéssel rendelkező elbocsátással veszélyeztetett munkavállalók.

Pályakezdők.

**A résztvevő a képzés végén képes lesz:**

- a fizikai aktivitás fontosságát terjeszteni, az általa oktatott mozgásprogramokat népszerűsíteni
- változatos hangulatú, dinamikájú és edzészhatású zenés órafajtákat tartani
- csoportos és egyéni vízi edzésprogramokat vezetni

- a csoport tudásszintjének megfelelő gyakorlatanyagot összeállítani, a terhelésintenzitást adekvát módon szabályozni
- életkori sajátosságoknak megfelelő és egyéb speciális csoportos foglalkozásokat tervezni, levezetni
- a gyakorlatokat bemutatni és megtanítani
- a kellemes csoportléggépet megteremteni, a csoporttagokat motiválni
- a hibákat felismerni, kijavítani, a sérüléseket megelőzni
- szükség esetén elsősegélynyújtási feladatokat ellátni
- az erőfejlesztő és kardio gépeken végzett egyéni edzéseket szakszerűen felügyelni
- fittségi tanácsadást végezni, szükség esetén edzésterveket készíteni
- a létesítményműködéssel kapcsolatos szabályokat közvetíteni
- a pénzforgalmat lebonyolítani
- adminisztratív feladatokat ellátni
- a részleg által forgalmazott termékeket árusítani
- a műszaki és személyes jellegű problémák megoldásában közreműködni
- eladást ösztönző, marketingkommunikációs technikákat alkalmazni

**A képzés kezdete: 2016. június (létszámfüggő)**

**A képzés óraszám:** 800 óra /320 óra elmélet és 480 óra gyakorlat/

**Képzési napok (tervezett):** péntek és szombati napokon

**A képzés helye:** Az elméleti képzés az intézmény székhelyén, a gyakorlati képzés egy része a kisvárdai Várfürdő és tanuszodában

4600 Kisvárd, Mártírok útja 8.

4600 Kisvárd, Városmajor u. 43/A

**Bemeneti feltételek**

**Iskolai végzettség:** érettségi végzettség

**Iskolai előképzettség hiányában, bemeneti kompetenciák:** -

**Egészségügyi alkalmassági követelmények:** szükségesek

**Oktatott modulok:**

- 11498-12 Foglalkoztatás I. (érettségire épülő képzések esetén)
- 11499-12 Foglalkoztatás II.
- 11500-12 Munkahelyi egészség és biztonság
- 10323-12 Egészségügy és elsősegélynyújtás
- 10324-12 Edzéselmélet és gimnasztika
- 10334-12 Aqua tréning
- 10336-12 Fitness termi kondicionálás
- 10335-12 Csoportos fitness órák
- 10338-12 Speciális óratípusok és foglalkozásformák
- 10337-12 Ügyfélszolgálat a fitness-wellness létesítményekben

**A tanfolyam elvégzését igazoló dokumentum:** OKJ-s bizonyítvány (állam által elismert)

A bizonyítvány megszerzése után igényelhető [EUROPASS bizonyítvány kiegészítő:](#)

Az Europass bizonyítvány-kiegészítő eligazodást nyújt a külföldi munkaadók és képzőintézmények részére az OKJ-s szakképesítések között.

A bizonyítványnál jóval részletesebb dokumentum alapján könnyebben fogadhatják el a Magyarországon megszerzett szakképesítést.

Az Europass bizonyítvány-kiegészítő tájékoztatja a munkáltatót vagy képzőintézményt a hazai OKJ-s szakképzési rendszerben bekövetkező változásokról és azok kompetenciákat érintő hatásáról, információkat ad a magyar munkavállalók itthon szerzett szakképesítéséről.