

# **SPORTEDZŐ TRIATLON**

## **SZAKMAI KÉPZÉS**

Programkövetelmény azonosító:

**10145050**

Szakképesítésre felkészítő szakmai képzés

### **A KÉPZÉS CÉLJA**

---

A szakképesítés célja olyan szakemberek képzése, akik a sport területén alkalmazható tudással, megfelelő gyakorlati tapasztalattal kimagasló emberi és szakmai teljesítményre képesek.

Olyan sportágazati humán erőforrás fejlesztésére, tudás és szakértelem átadására összpontosít, amely kulcsszerepet kap a nemzet egészséges testi és lelki fejlődésében. Közreműködve ezzel nemcsak a magyar sport társadalmi, gazdasági és kulturális jövőképeinek, hanem a mindenkori társadalom életmódjának, életminőségének, egészségtudatos szemléletének alakításában.

### **BETÖLTHETŐ MUNKATERÜLET/MUNKAKÖR**

---

A triatlon sportedző szakember célirányosan tervezi, szervezi és irányítja a rábízott sportolók rövid, közép és hosszú távú felkészítését és versenyeztetését. Ismeri a sport szervezeti és kapcsolatrendszerét, az emberi erőforrások alkalmazásához szükséges anatómiai, élettani, pedagógiai, pszichológiai, szociológiai törvényszerűségeket megfelelő módon tudja megjeleníteni és működtetni munkája során. Tanítványaival elsajátíttatja a triatlont képző három sportág alapvető technikai elemeit, képességfejlesztését és a legfontosabb etikai normáit. Tevékenysége során folyamatosan elemzi és értékeli a sportolók edzéseken és versenyeken nyújtott teljesítményét. A korszerű edzéselméleti elvek és módszerek figyelembevételével fejleszti atlétai teljesítőképességét és teljesítőkészségét. Rendszeresen felméri sportolói motoros képességeit, technikai tudását, valamint csoportos és egyénre szabott edzéstervet készít, segíti és irányítja azok végrehajtását. Edzőversenyeket és versenyeket, illetve edzőtáborokat szervez, minden korosztály számára. Biztosítja és koordinálja a sportolók felkészítésében együttműködő szakemberek tevékenységét (úszó-, kerékpár-, futóedzők, sportorvos, pszichológus, pszichoterapeuta stb.). Feladatokat vállal a sport és egyéb pl.: szabadidős tevékenységet szervező egység/intézmény munkájában. Tanácsaival segíti az egészséges életmódra törekvő, sportolni vágyók edzésprogramjának, táplálkozásának összeállítását. Sportolóit a fair play szabályainak megfelelően neveli és elkötelezett a doppingellenes felkészítés mellett.

### **A KÉPZÉS CÉLCSOPORTJA**

---

Érettségi végzettséggel rendelkező személyek, akik megfelelnek a programba való bekapcsolódás egészségügyi feltételeinek és elhivatottságot éreznek ezen sportedzői munkakör végzésére.

## A KÉPZÉS SORÁN MEGSZEREZHETŐ KOMPETENCIÁK

---

A szakképesítéssel rendelkező képes:

- ❖ a Triatlon mozgásformáit szakszerűen bemutatni, elemezni, eredményesen oktatni
- ❖ a Triatlon mozgástechnikák végrehajtásakor előforduló hibákat felismerni, javítani
- ❖ a sportolók képességeit és erőnlétét szakszerűen felmérni, értékelni
- ❖ az életkori sajátosságok, valamint az egyéni adottságok figyelembevételével tanítványai sportág-specifikus felkészítését, versenyzését megtervezni és irányítani
- ❖ a sportolók teljesítményét értékelni, a versenyzők kiválasztását elvégezni
- ❖ a tehetséggondozás korszerű elveit és módszereit alkalmazni
- ❖ különböző ciklusú edzésterveket készíteni
- ❖ a munkájában résztvevő segédedzők tevékenységét irányítani
- ❖ sporteseményeket, mérkőzéseket, versenyeket, táborokat szervezni
- ❖ a munkakörével együtt járó szervezési, pénzügyi, adminisztratív és marketing feladatokat ellátni
- ❖ az egészséges életmódot népszerűsíteni, a rendszeres testedzés és sportolás jelentőségét kiemelni az egészség megalapozásában, megszilárdításában
- ❖ a Triatlon sportágában szabadidős tevékenységeket szervezni, vezetni
- ❖ a Triatlon tevékenységgel kapcsolatos ártalmakat felismerni, megelőzni a lehetőségekhez képest
- ❖ szükség esetén szakszerű segítséget– és elsősegélyt nyújtani más testkulturális és egészségügyi szakemberekkel együttműködni

## BEMENETI FELTÉTELEK

---

- ❖ **érettségi végzettség**
- ❖ **foglalkozás egészségügyi alkalmassági vizsgálat**
- ❖ **egy kézzel írt motivációs önéletrajz bemutatása**
- ❖ **sportági jártasság igazolására, egy versenyeredményeket tartalmazó eredménylista bemutatása triatlon, vagy annak valamely rész sportágában**