

Különbözeti vizsga 2023/2024. tanév

Technikum 9. évfolyam

Fitness-wellness instruktork

Edzésprogramok I.

Tantárgyi különbözeti vizsga követelmények

A vizsga lebonyolítási rendje, szerkezete: A vizsga írásbeli vizsgarészből áll.

Írásbeli vizsga: Vizsgafeladatlap kitöltése alapján történik.

Időtartama: 45 perc

Elérhető pontszám: 100 pont

Feladat típusok: - egyszeres feleletválasztás

- igaz-hamis feleletválasztás -szövegkiegészítés
- fogalompárosítás -ábrafelismerés és kiegészítés
- illesztési feladat-besorolás

A különbözeti vizsga értékelése: 90-100 %: 5 jeles

73-89 %: 4 jó

57-72 %: 3 közepes

40-56 %: 2 elégséges

0- 39 %: 1 elégtelen

- Témakörök:
- Motoros képességek
 - Motoros képességek fejlesztési módszerei
 - Kondicionális képességek és fejlesztésnek módszerei
 - Koordinációs képességek és fejlesztésnek módszerei
 - Izületi mozgékonyág és fejlesztésének módszerei
 - Motoros képesség fejlesztés gyakorlati alternatívái