

Tartalomjegyzék

Közismereti tantárgyak	9
9. évfolyam	9
Magyar nyelv	9
Irodalom	9
Angol nyelv	9
Matematika	10
Történelem	11
Digitális kultúra	11
Testnevelés	12
Földrajz	12
Kötelező komplex természettudományos tantárgy	12
Honvédelem	13
10. évfolyam	13
Magyar nyelv	13
Irodalom	13
Angol nyelv	13
Matematika	14
Történelem	15
Testnevelés	15
Földrajz (Kereskedelem ágazat/ Idegen nyelvű ipari és kereskedelmi technikus)	15
Földrajz (Közlekedés és szállítmányozás ágazat/ Logisztikai technikus)	15
Ének-zene	16
Ágazathoz kapcsolódó tantárgy: biológia (szociális ágazat)	16
Ágazathoz kapcsolódó tantárgy: biológia (sport ágazat)	16
Ágazathoz kapcsolódó tantárgy: fizika (Kereskedelem, Közlekedés és szállítmányozás ágazat)	17

Pénzügyi és vállalkozói ismeretek	17
11. évfolyam	18
Magyar nyelv	18
Irodalom	18
Angol nyelv	18
Matematika	18
Történelem	19
Testnevelés	19
Ágazathoz kapcsolódó tantárgy: biológia (Szociális)	20
Ágazathoz kapcsolódó tantárgy: biológia (Sport)	20
Ágazathoz kapcsolódó tantárgy: fizika (Kereskedelem, Közlekedés és szállítmányozás)	20
12. évfolyam	20
Magyar nyelv	20
Irodalom	21
Angol nyelv	21
Német nyelv	21
Matematika	22
Történelem	23
Testnevelés	23
Állampolgári ismeretek	23
13. évfolyam	24
Angol nyelv	24
Német nyelv	24
Földrajz (Közlekedés és szállítmányozás, Logisztikai technikus)	25
Digitális kultúra	25
Testnevelés	25
Pénzügyi és vállalkozói ismeretek	26

Ágazathoz kapcsolódó tantárgy: biológia (Sport és szociális ágazat)	26
Gazdálkodás és menedzsment ágazat (PTT: 2020)	28
12. évfolyam	28
Pénzügyi ismeretek	28
Vállalkozási ismeretek	29
Munkaerő-gazdálkodás	29
Adózási ismeretek	30
Könyvvizetési alapismeretek	30
Irodai ismeretek	31
Titkári ügyintézés	33
Titkári és ügyfélszolgálati kommunikáció	34
13. évfolyam	35
Munkavállalói angol nyelv	35
Munkavállalói német nyelv	35
Pénzforgalmi nyilvántartások	35
Munkaerő-gazdálkodás	37
Adózási ismeretek	38
Könyvvizetési ismeretek	41
Titkári ügyintézés	41
Kommunikáció a titkári munkában	43
Vállalkozási ismeretek	45
Szövegbevitel és dokumentumszerkesztés	45
Közlekedés és szállítmányozás ágazat (PTT: 2020)	47
9. évfolyam	47
Munkavállalói ismeretek	47
Digitális alkalmazások	48
Kommunikáció	49

Gazdasági ismeretek	50
10. évfolyam	50
Gazdasági ismeretek	50
Vállalkozások működtetése.....	51
Digitális alkalmazások	52
Kommunikáció.....	52
11. évfolyam	52
Közlekedés	52
Szállítmányozás	53
Logisztika.....	53
Raktározás.....	53
12. évfolyam	55
Közlekedés	55
Logisztika.....	55
Raktározás.....	55
Szállítmányozás	56
13. évfolyam	56
Logisztika.....	56
Munkavállalói angol nyelv	57
Munkavállalói német nyelv.....	58
Raktározás.....	58
Szállítmányozás	58
Kereskedelem ágazat (PTT: 2020).....	60
9. évfolyam	60
Munkavállalói ismeretek (9. évfolyam).....	60
Digitális alkalmazások	61
Kommunikáció.....	62

Gazdasági ismeretek	63
10. évfolyam	63
Gazdasági ismeretek	63
Vállalkozások működtetése.....	64
Digitális alkalmazások	65
Kommunikáció.....	66
11. évfolyam	66
Beszerzési és értékesítési folyamatok	66
Munkaügyi folyamatok	67
Pénzügyi és számviteli ismeretek	67
Vevőkapcsolatok kialakítása.....	68
12. évfolyam	69
Beszerzési és értékesítési folyamatok	69
Vevőkapcsolatok kialakítása.....	70
Általános gyártmány- és gyártástervezési folyamatok	70
Munkaügyi folyamatok.....	70
Pénzügyi és számviteli ismeretek	71
Szociális ágazat (PTT: 2020)	73
9. évfolyam	73
Munkavállalói ismeretek.....	73
Pszichológia	73
Egészségügyi ismeretek	74
Elsősegélynyújtás alapismeretei	74
Társadalomismeret	75
Szociális ismeretek.....	75
Szakmai személyiségfejlesztés	76
10. évfolyam	76

Szakmai személyiségfejlesztés	76
Pszichológia	76
Egészségügyi ismeretek	76
Elsősegélynyújtás alapismeretei	77
Társadalomismeret	78
Szociális ismeretek.....	78
11. évfolyam	79
Otthont nyújtó ellátások	79
Tanulástechnikai módszerek, tanulástechnikai gyakorlatok.....	79
A segítő hivatás, segítő kapcsolatok a nevelőmunkában	80
Az egészséges csecsemő és kisgyermek fejlődése.....	80
A kisgyermek táplálása	81
Beteg gyermek ápolása a bölcsődében.....	81
Pszichológiai és pedagógiai ismeretek.....	81
Családi mentálhigiéné.....	82
12. évfolyam	82
Gyermekek védelmének rendszere	82
A bölcsődei ellátás szervezési feladatai	82
A játéktevékenység fejlődése.....	83
A kisgyermek gondozása	83
Beteg gyermek ápolása a bölcsődében.....	83
Kisgyermeknevelő dokumentációs feladatai	83
Kutatási módszerek a kisgyermeknevelés gyakorlatában	83
Családi mentálhigiéné.....	84
13. évfolyam	84
Munkavállalói angol nyelv	84
Munkavállalói német nyelv.....	84

A gyermekek védelmének rendszere	85
Az egészséges csecsemő és kisgyermek fejlődése.....	85
A játéktevékenység fejlődése.....	85
A kisgyermek gondozása	86
Beteg gyermek ápolása a bölcsődében.....	87
Gyógypedagógiai ismeretek.....	87
Kisgyermeknevelő dokumentációs feladatai	87
Kutatási módszerek a kisgyermeknevelés gyakorlatában.....	87
Pszichológiai és pedagógiai ismeretek.....	88
Családközpontú nevelés a bölcsődében	88
Sport ágazat (PTT: 2020)	89
9. évfolyam	89
Munkavállalói ismeretek.....	89
Anatómiai-élettani ismeretek	89
Edzéselmélet I.	91
Edzésprogramok I.	91
Gimnasztika I.	91
10. évfolyam	93
Anatómiai-élettani ismeretek	93
Egészségtan.....	95
Edzéselmélet I.	98
Edzésprogramok I.	98
Gimnasztika I.	98
11. évfolyam	100
Elsősegélynyújtás.....	100
Terhelésélettan	102
Edzéselmélet II.....	103

Edzésprogramok II.....	104
Gimnasztika II.....	104
Kommunikáció.....	105
Sportszervezési ismeretek	106
Sportági alapok	106
12. évfolyam	107
Funkcionális anatómia	107
Edzéselmélet II.....	109
Sporttörténet.....	109
Sportági alapok	109
Pedagógia.....	110
Pszichológia	110
Sportmenedzsment és marketing	110
13. évfolyam	111
Munkavállalói angol nyelv	111
Munkavállalói német nyelv.....	111
Funkcionális anatómia	111
Edzéselmélet II.....	112
Edzésprogramok II.....	113
Gimnasztika II.....	113
Sportági alapok	114
Sportági szakismeretek	115
Sportjog.....	115
Pénzügyi, számviteli és vállalkozói ismeretek.....	115

Közismereti tantárgyak

9. évfolyam

Magyar nyelv

1. Kommunikáció
2. A beszédhangok képzése, sajátosságai
3. Szavak elemeire bontása
4. Szófajok jellemzői

Irodalom

1. Műnemek és műfajok
2. Görög mitológia
3. Homéroszi eposzok
4. Görög dráma (Szophoklész: Antigoné, Oidipusz király)
5. Biblia
6. A középkor irodalma
7. Reneszánsz irodalom, Janus Pannoni

Angol nyelv

Szóbeli témakörök

1. Ismerkedés, bemutatkozás
2. Szabadidős tevékenységek
3. Család és barátok
4. Étkezés
5. Napirend
6. Időjárás és évszakok

Nyelvtani témakörök

1. Subject pronouns (I, you, she, they)
2. Possessive adjectives (my, your, her)
3. Plurals, a/an, this/that/these/those
4. Imperatives
5. Present Simple Tense
6. Question words
7. Prepositions of time and place (at, in, on, to)
8. Adverbs of frequency (sometimes, often, never, usually)
9. Can/can't
10. A személyes névmások tárgyesete (me, him, her, us)
11. Tőszámnevek, sorszámnevek, dátumok
12. Past Simple Tense, rendhagyó igék
13. There is/there are, there was/there were

Matematika

1. Halmazok

- halmazokat különböző módon megad
- halmazokkal műveleteket végez, azokat ábrázolja és értelmezi
- alkalmazza a logikai szita elvét
- véges halmazok elemszámát meghatározza

2. Számhalmazok, műveletek

- műveleti azonosságok helyes használata
- racionális számokat tizedestörtbe és rendes törtbe is felír
- ismeri az intervallumokat, abszolútérték, ellentett és reciproknak fogalmát
- a számolással kapott eredményt nagyságrendileg megbecsüli, megfelelően kerekít

3. Hatvány, gyök

- ismeri és alkalmazza az egész kitevős hatvány fogalmát és a hatványozás azonosságait
- ismeri és alkalmazza a normál alakot

4. Betűs kifejezések alkalmazása

- műveleteket végez algebrai kifejezésekkel,
- ismer és alkalmaz egyszerű algebrai azonosságokat,
 - átalakít algebrai kifejezéseket összevonás, szorzattá alakítás, nevezetes azonosságok alkalmazásával

5. Arányosság, százalékszámítás

- ismeri a százalék alap, -érték, -láb, -pont fogalmát
- ismeri és alkalmazza az egyenes és fordított arányosságot

6. Elsőfokú egyenletek, egyenlőtlenségek, egyenletrendszerek

- ismeri és alkalmazza a különböző egyenletmegoldási módszereket: mérlegelv, grafikus megoldás, szorzattá alakítás
- tud megoldani elsőfokú egyenletet, egyenlőtlenséget, elsőfokú kétismeretlenes egyenletrendszert

7. A függvény fogalma, függvénytulajdonságok

- képlettel adott függvény hagyományosan és digitálisan ábrázol
- megad hétköznapi életben előforduló hozzárendeléseket
- adott képlet alapján helyettesítési értéket számol, azokat táblázatba rendezi
- grafikonról leolvass alapvető tulajdonságokat

8. Geometriai alapismeretek

- ismeri a térelemek kölcsönös helyzetét és alkalmazza feladatokban
- ismeri és alkalmazza a nevezetes szögpárok tulajdonságait
- alapszerkesztéseket végre tudja hajtani hagyományos vagy digitális eszközzel

9. Háromszögek

- ismeri és alkalmazza a háromszögre vonatkozó ismereteket,
- ismeri és alkalmazza a Pitagorasz –tételt és megfordítását

10. Négyszögek, sokszögek

- ismeri és alkalmazza a négyszögekre és sokszögekre vonatkozó ismereteket
- ismeri és alkalmazza speciális négyszögek tulajdonságait

11. Transzformációk, szerkesztések

- ismer és alkalmaz egyszerű vektorműveleteket
- ismeri és alkalmazza a síkbeli egybevágósági transzformációkat és tulajdonságaikat; alakzatok egybevágóságát
- megszerkeszti egy alakzat tengelyes, illetve középpontos tükörképét, pont körüli elforgatottját, párhuzamos eltolóját hagyományosan és digitális eszközzel

Történelem

1. Civilizáció és államszervezet az ókorban
2. Vallások az ókorban
3. Hódító birodalmak
4. A középkori Európa
5. A magyar nép eredete és az Árpád-kor
6. A középkori Magyar Királyság fénykora

Digitális kultúra

1. Az informatikai eszközök használata

- A számítógépes perifériák megismerése, használatbavétele, működésük
- A számítógép fő egységeinek megismerése, az alaplap, a processzor, a memória főbb jellemzői.
- Bemeneti és kimeneti perifériák, adathordozó eszközök használata, működési elve. Az operációs rendszer és a számítógépes hálózatok főbb feladatai és szolgáltatásai.

2. Információ és kommunikáció

- Keresés a weben, alapfogalmak, kulcsszavas és tematikus keresés.
- A web használata, böngészők beállításai és szolgáltatásai
- Az e-mail alapfogalmai, a levelező-kliensek szolgáltatásai. Web-alapú levelezés.
- Fórumok, levelezőlisták, csevegés. Telefonálás az Interneten.

3. Számítógépes grafika

- A rajzolás eszközei. A ceruza, ecset és festékszóró használata. Kijelölés, körvonalazás, kitöltés. A színek keverése.
- Vágás és retusálás. Alapfogalmak. A kép vágása. Az élesség korrekciója.
- A nyomtató és a kép felbontása. A kinyomtatott kép mérete. A képfelbontás beállítása.

4. Szövegszerkesztés

- Nagyobb dokumentumok létrehozása, átalakítása, formázása, szerkesztése.
- Élőfej, élőláb.
- Képek beillesztése és formázása – WordArt használata, szimbólum.
- Tabulátorok és táblázatok.
- Körlevél, hasábok.

5. **Prezentáció**

- Képek beillesztése és tulajdonságai. Filmbetétek beillesztése.
- Objektumok csatolása. Animációk beállítása. Táblázatok készítése.
- A tartalom, a forma és a működés egysége. Diaátmenetek, áttűnések.
- Akciók és akciógombok. Hangállományok a prezentációban.
- Vetítési tulajdonságok. A bemutató nézetei.
- A vektorgrafika alapjai. A rajzolás eszköztára. Egyszerű alakzatok. Az objektumok láthatósága.
- Mentés különböző formátumokban. A prezentáció nyomtatása.

Testnevelés

1. Kislabda- vagy gerelyhajítás helyből, 1 és 2 keresztlépéssel járásból és lendületből célra és távolságra.
2. Távolugrás lépő technikával 10–14 lépés nekifutással.
3. Gurulóátfordulások előre-hátra, különböző testhelyzetekből különböző testhelyzetekbe gurulóátfordulások sorozatban is.
4. Emelés fejjállásba.
5. Kapura dobások bedőlésből, bevetődésből, ejtésből, majd különböző lendületszerzésimódot követő felugrásból, beugrásból.
6. Fektetett dobás.

Földrajz

(Kereskedelem ágazat/Idegen nyelvű ipari és kereskedelmi technikus/
Közlekedés és szállítmányozás ágazat/Logisztikai technikus)

1. Tájékozódás térben és időben
2. A földi tér ábrázolása
3. Magyarország – helyünk a Kárpát-medencében és Európában
4. Magyarország közigazgatási egységei- megyék, régiók, megyeszékhelyek és megyei jogú városok földrajza
5. Magyarország határátkelőhelyei
6. Magyarország közúti hálózata
7. Magyarország vasúti hálózata

Kötelező komplex természettudományos tantárgy

1. A tudomány módszerei.
2. Tájékozódás térben és időben.
3. Gázok, folyadékok, halmazállapot-változások, az időjárás elemei.
4. Az emberi mozgás, keringés és légzés élettana és anatómiája.
2. Az elektronburok és az atommag szerkezete.
3. Elektromosság, mágnesesség.

4. Fény.
7. Energianyerés az élővilágban. Táplálkozás, emésztés, kiválasztás.
8. Állandóság és változatok – információ, szexualitás, az emberi élet szakaszai.
9. Csillagászati, földrajzi és biológiai evolúció, az ember társas viselkedése.
10. Az evolúció színpada és szereplői.

Honvédelem

1. A honvédelem,
2. A Magyar Honvédség és katonaelődei,
3. A Honvédelem rendszer, Honvédség,
4. A lőelmélet alapjai,
5. Haditechnikai ismeretek,
6. Egészségügyi ismeretek,
7. Túlélési ismeretek,
8. Térkép és tereptani alapismeretek.

10. évfolyam

Magyar nyelv

1. A szöveg jelentésbeli és grammatikai kapcsolóelemei
2. Szövegtípusok
3. Hivatalos szövegtípusok elkészítése
4. A hangalak és a jelentés kapcsolata

Irodalom

1. A reformáció irodalma (Balassi Bálint)
2. Színháztörténet az Erzsébet-korban (Shakespeare: Rómeó és Júlia)
3. A barokk, Zrínyi Miklós
5. A magyar felvilágosodás alkotói: Csokonai, Berzsenyi kötettsége
6. A romantika korának jellemzői és Kölcsey Ferenc költészet (Himnusz)
1. Katona József – Bánk bán
2. Vörösmarty Mihály költészet (Írája + Csongor és Tünde)
3. Petőfi Sándor költészet (Táj, hitvesi költészet, forradalmi látomás költészet, ars poeticája, Az apostol)

Angol nyelv

Szóbeli témakörök

1. Nyaralás, világjárás
2. Utazás itthon és külföldön, közlekedési eszközök
3. Sport és egészség
4. A tizenévesek világa

5. Bevásárlás
7. Mindennapi tudomány

Nyelvtani témakörök

1. Present Perfect Simple
2. Going to
3. Will
4. Past Continuous Tense
5. Relative clause
6. Used to
8. Can, might, may, should, have to, must

Matematika

1. Gondolkodási módszerek

- Egyszerű kombinatorikai feladatok
- Sorba rendezések száma
- Kiválasztás és sorrend
- A matematikai logika alapfogalmai
- Logikai műveletek
- Gráfok

2. A gyökvonás

- Racionális számok, irracionális számok
- A négyzetgyökvonás és azonosságai
- Az n-edik gyök fogalma és azonosságai

3. A másodfokú egyenlet

- Másodfokú függvények
- A másodfokú egyenlet megoldó képlete
- A másodfokú egyenlet diszkriminánsa
- A másodfokú egyenlet gyöktényezős alakja
- Másodfokú egyenlőtlenségek
- Szöveges másodfokú egyenletek
- Másodfokú egyenletre vezető gyökös egyenletek
- Másodfokú egyenletre vezető egyenletek

4. Geometria

- Távolságtartó transzformációk
- Középpontos hasonlóság
- Hasonlósági transzformációk
- Sokszögek
- Háromszögek, négyszögek, sokszögek területe
- Hasonló síkidomok területe
- Hasonló testek térfogata

5. Szögfüggvények

- Hegyesszögek szögfüggvényei
- Vektorok
- A szögfüggvények általánosítása
- Szöveges feladatok a szögfüggvények témakörből

6. Statisztika, valószínűség számítás

- Statisztikai alapismeretek
- A véletlen
- A valószínűség

Történelem

1. A kora újkor története
2. A kora újkor története Magyarországon
3. A felvilágosodás, a forradalmak és a polgárosodás kora
4. Az újjáépítés kora Magyarországon
5. A reformkor, forradalom és szabadságharc kora Magyarországon

Testnevelés

1. Az évfolyamon tanult összefüggő gimnasztikai gyakorlat bemutatása.
2. A teljesítmény-felmérések (ugrások, dobások, kondicionális képességeket mérő feladatok) bemutatása.
3. Összefüggő talajgyakorlat bemutatása a tanult elemek (fejállás, mérlegállás, kézenátfordulás oldalt, gurulóátfordulás előre- hátra) felhasználásával;
4. Egy sportjáték tanult technikai elemeinek bemutatása, az alapvető szabályok ismerete.

Földrajz (Kereskedelem ágazat/ Idegen nyelvű ipari és kereskedelmi technikus)

1. Átalakuló települések, eltérő demográfiai problémák a 21. században
2. A nemzetgazdaságtól a globális világgazdaságig
3. Magyarország és Kárpát-medence a 21. században
4. A pénz és a tőke mozgásai a világgazdaságban
5. Helyi problémák, globális kihívások, a fenntartható jövő dilemmái

Földrajz (Közlekedés és szállítmányozás ágazat/ Logisztikai technikus)

1. Hazai nemzetközi személyszállításban és/vagy áruszállításban résztvevő repülőtereink
2. Európa és a világ legjelentősebb reptereinek bemutatása
3. Vizi szállítás előnyei-hátrányai
4. Hajózási útvonalak-tengeri és óceáni
5. Európa legjelentősebb folyami és tengeri kikötői
7. Duna-Majna-Rajna csatorna bemutatása

8. Magyarország vízi közlekedése
9. Hazánk és az európai térség jelenlegi csővezetékhalozatának kialakulása
10. A kőolaj és földgáz csővezetékhalozatának kiépítésének előnyei és hátrányai

Ének-zene

- A népdalok fogalma, világa
- Régi és új stílusú népdalok
- Gyermekjátékok
- Gyermekdalok ritmizálása, hangszerkíséretük

Ágazathoz kapcsolódó tantárgy: biológia (szociális ágazat)

1. Az emberi szervezet szerveződési szintjei-sejtek, szövetek, szervek, szervrendszerek
2. Eukarióta sejtek felépítése, működése
3. Szervrendszerek csoportosítása
4. A légzés szervrendszerének felépítése és működése
5. Emésztőrendszer felépítése, működése
6. Kiválasztószervrendszer
7. Keringésszervrendszer felépítése és működése
8. A mozgató szervrendszer felépítésének és működésének alapjai
9. A vázrendszer felépítése és működése
10. Az izomzat felépítése és működése

Ágazathoz kapcsolódó tantárgy: biológia (sport ágazat)

- Szervezet felépítése és működése
- A sejt és alkotóelemei, működése
- A szövetek és fajtái
- A mozgató szervrendszer
- A csontvázrendszer
- Az izomrendszer
- A szív és keringési rendszer
- Vérerek
- A szív
- Vérszövet, vércsoportok
- A légzés szervrendszere, felépítése
- Az emésztőrendszer
- Az emésztőrendszer feladata
- A tápcsatorna szakaszai
- Anyag és energiaforgalom
- Az egészséges táplálkozás, folyadékpótlás
- A kiválasztás szervrendszere

- A vese felépítése és működése
- A szabályozás szervrendszere
- Belső elválasztású mirigyek, hormonok hatása a szervezetre
- Az idegrendszer felosztása, inger
- Az idegsejt, idegszövet
- Az agy és felépítése
- A gerincvelő
- Környéki idegrendszer
- Vegetatív idegrendszer
- Érzékszervek

Ágazathoz kapcsolódó tantárgy: fizika (Kereskedelem, Közlekedés és szállítmányozás ágazat)

- SI mértékegységrendszer – alapegységek, mértékegységek átváltása
- Mechanika – mozgások, egyenes vonalú egyenletes mozgás, gyorsulás, szabadesés, körmozgás
- Dinamika – newton törvényei, erő, lendület, forgatónyomaték, munka, teljesítmény, hatásfok
- Folyadékok mechanikája – Archimédész törvénye

Pénzügyi és vállalkozói ismeretek

- A háztartások gazdálkodása
- A családi költségvetés
- Pénzforgalom a bankszámlán
- Megtakarítások, befektetések
- Hitelek
- A biztosítások
- Nyugdíj
- Adófizetési kötelezettségek
- Fogyasztóvédelem, pénzügyi fogyasztóvédelem
- A pénz története, szerepe a gazdaságban
- Devizapiac
- Vállalkozások szerepe a gazdaságban
- Az állam szerepvállalása
- Költségvetési politika
- Növekedés és fenntarthatóság
- Bankrendszer a mai gazdaságban
- A jegybank
- A pénzügyi közvetítők

11. évfolyam

Magyar nyelv

1. A nyelvtípusok
2. Az érv mibenléte, az érvtípusok
3. A vita

Irodalom

1. Jókai Mór: Az arany ember
2. Az orosz és a francia realizmus (Gogol, Balzac)
3. Arany János balladaköltészete
4. Madách Imre: Az ember tragédiája
5. Mikszáth Kálmán novellisztikája (Az a fekete folt, A bányai csoda)
6. Herczeg Ferenc: Az élet kapuja
7. A Nyugat és Ady Endre költészete
8. Babits Mihály költészete

Angol nyelv

Szóbeli témakörök

1. Emberek jellemzése
2. Divat és öltözködés
3. Egy emlékezetes nyaralás elmesélése
4. Sport, sporttevékenységek bemutatása
5. A hely ahol élek, saját szoba jellemzése
6. Kulturális események, nyelvtanulás szerepe

Nyelvtani témakörök

1. Present simple vs. present continuous tense
2. Past continuous tense
3. Going to
4. Comparative and superlative adjectives (A melléknevek közép és felsőfoka)
5. Will
6. Infinitive or gerund (főnévi és melléknévi igenév)
7. should
7. Used to

Matematika

- I. Hatvány, gyök, logaritmus
 - Törtekitevőjű hatvány
 - Exponenciális egyenletek megoldása
 - Exponenciális egyenletrendszerek megoldása
 - Exponenciális egyenlőtlenségek megoldása

- A logaritmus fogalma, példák
- A logaritmus azonosságai
- Feladatok a logaritmus azonosságaira

II. A trigonometria alkalmazásai

- Vektorműveletek rendszerezése, alkalmazások
- Két vektor skaláris szorzata
- Skaláris szorzat a koordináta-rendszerben
- A skaláris szorzat alkalmazásai
- A szinusztétel és alkalmazásai
- A koszinusztétel és alkalmazásai
- Trigonometrikus tételek és összefüggések alkalmazása
- Összegési képletek alkalmazásai
- Trigonometrikus egyenletek

III. Koordinátageometria

- Vektorok a koordináta-rendszerben.
- Két pont távolsága. Két vektor hajlásszöge
- Szakasz osztópontjának koordinátái
- A háromszög súlypontjának koordinátái
- Az egyenest meghatározó adatok a koordináta-rendszerben
- Az egyenes egyenletének különböző alakjai
- Két egyenes metszéspontja, távolsága, hajlásszöge
- A kör egyenlete
- A kör és az egyenes kölcsönös helyzete. Két kör közös pontjai – feladatok megoldása

IV. Valószínűségszámítás, statisztika

- Klasszikus valószínűségi modell

Történelem

1. A nemzetállamok és a birodalmi politika kora
2. A kiegyezéshez vezető út és a dualizmus kora
3. Az első világháború és következményei
4. Európa és a világ a két világháború között
5. Magyarország a két világháború között
6. A második világháború

Testnevelés

1. Az évfolyamon tanult 64 ütemű összefüggő gimnasztikai gyakorlat önálló végrehajtása.
2. A teljesítmény-felmérés 11. évfolyamos követelményeinek teljesítése.

3. Az évfolyamon tanult előírt talajgyakorlat bemutatása (kézállásból gurulóátfordulás előre, gurulóátfordulás hátra kézállásra való törekvéssel, mérlegállás, kézenátfordulás oldalt) elemek felhasználásával.
4. Az eddig tanult labdajátékok tanult technikai elemeinek bemutatása, játék közbeni alkalmazása, szabályismeret.

Ágazathoz kapcsolódó tantárgy: biológia (Szociális)

1. Az immunrendszer felépítése és működése
2. Nyirokkeringés működése
3. Mikroorganizmusok, Vírusok
4. Idegrendszer felépítése és működése
5. Az emberi hormonrendszer és működése
6. Szaporítószervrendszer és működése

Ágazathoz kapcsolódó tantárgy: biológia (Sport)

1. Idegrendszer, felépítése, tagolása, működése
2. Hormonrendszer
3. Szaporítószervrendszer
4. Emésztőrendszer, felépítése, működése
5. Légzőrendszer, felépítése, működése
6. Szaporítószervrendszer és működése

Ágazathoz kapcsolódó tantárgy: fizika (Kereskedelem, Közlekedés és szállítmányozás)

- Hőtán – halmazállapotok, BoyleMariotte törvény, GayLussac I. és II. törvénye, belső energia
- Elektromosság – kapcsolási jelek, ellenállás-, feszültség-, áramerősség fogalma,
- Egyszerű áramkörök, félvezetők, Ohm törvénye

12. évfolyam

Magyar nyelv

1. A nyelv és a gondolkodás, a nyelv és a társadalom összefüggései
2. A magyar nyelv eredete és története
3. A határon túli magyarok nyelvhasználatának kérdései
4. A magyar nyelv változatai: nyelvjárások és csoportnyelvek

Irodalom

1. Kosztolányi Dezső
2. Móricz Zsigmond
3. Az impresszionizmus, Juhász Gyula és Tóth Árpád költészete
4. Karinthy Frigyes
5. Wass Albert
6. József Attila
7. Örkény István
8. Szabó Magda
9. Kányádi Sándor
10. Radnóti Miklós

Angol nyelv

Szóbeli témakörök

1. Iskola és oktatás
2. Családi élet, családi ünnepek
3. Étkezés az étteremben
4. Pénz és a munka világa, legnépszerűbb szakmák, nyári diákmunka
5. Bevásárlás és egyéb szolgáltatások (posta, varroda, rendőrség, kozmetikus)
6. Utazási szokások, közlekedési eszközök

Nyelvtani témakörök

1. Present Continuous- stative verbs
2. Modal verbs: must/ have to, can, could, would, might
3. Countable and uncountable nouns, quantifiers
4. Relative clauses
5. Past Perfect Tense
6. Passive voice (Szenvedő szerkezet)

Német nyelv

Szóbeli témakörök

1. Szabadidős tevékenységek típusai, összehasonlítása, meghívás elfogadása, televíziós szokások, állásfoglalás, érvelés valami mellett vagy ellen
2. Nyaralás motivációi, szálláslehetőségek, vendégház kontra szálloda, az utazás előkészítése, védekezés a betörők ellen
3. Közlekedési alaphelyzetek, szabályok, közlekedési eszközök összehasonlítása, autóvezetés, autóvásárlás
4. Az ideális jövőkép, a pénz szerepe az életünkben, ideálok, értékreferenciák
5. A technika vívmányai, intelligens háztartási gépek
6. Stressz nélküli életmód kontra stresszes életmód-szokások lehetőségei, következmények

7. Betegségek, gyógyítási lehetőségek, megelőzés, egészséges életmód
8. Környezetvédelem, környezeti ártalmak
9. Évszakok, időjárási jelenségek
10. Receptek, ételkészítés, egészséges táplálkozás

Nyelvtani témakörök

1. Időhatározói mellékmondatok: nachdem, seitdem, bis, bevor, während, solange, wenn, als
2. Plusquamperfekt, régmúlt használata és képzése
3. Feltételes mód jelen és múlt ideje 4. Szenvendő szerkezet módbeli segédigékkel
4. Ohne dass, ohne zu, anstatt dass, anstatt zu szerkezetek használata
5. Elváló és nem elváló igekötők
6. Haben... zu+infinitiv; sein...zu + infinitiv
7. Vonzatos igék
8. Leggyakoribb vonzatos melléknevek
9. Melléknévi igenevek

Matematika

I. Számsorozatok

- A sorozat fogalma, példák sorozatokra
- A számtani sorozat n-edik tagja, az első n tag összege
- A mértani sorozat n-edik tagja, az első n tag összege
- Összetett feladatok számtani és mértani sorozatokra
- Kamatszámítás, törlesztő részletek kiszámítása

II. Térgeometria

- A terület fogalma, a sokszögek területe
- A kör és részeinek területe
- A térfogat fogalma, a hasáb és a henger térfogata
- A gúla és a kúp felszíne és térfogata
- Térfogat és felszínszámítási feladatok
- A csonka gúla és a csonka kúp felszíne és térfogata
- A gömb és részeinek felszíne és térfogata

III. Rendszerező összefoglalás

- Halmazok
- Kombinatorika
- Valószínűségszámítás
- Számok és műveletek
- Számelmélet, oszthatóság
- Hatvány, gyök, logaritmus
- Racionális kifejezések
- Egyenletek, egyenlőtlenségek

- Egyenletrendszerek
- A függvény fogalma, grafikonja, egyszerű tulajdonságai
- Műveletek függvényekkel
- Függvénytulajdonságok
- Alapvető geometriai fogalmak
- Geometriai transzformációk
- Vektorok, szögfüggvények
- Nevezetes síkidomok tulajdonságai
- Koordinátageometria

Történelem

1. A hidegháború korszaka
2. Magyarország 1945-1956 között
3. A két vilárendszer versengése – a szovjet tömb felbomlása
4. A Kádár-korszak
5. Az egységesülő Európa, a globalizáció kiterjedése
6. A demokratikus viszonyok kiépítése Magyarországon

Testnevelés

1. A középszintű érettségi vizsga összefüggő gimnasztikai gyakorlatának önálló bemutatása;
2. A négy év során tanult elemekből önállóan összeállított talajgyakorlat bemutatása a tanult összekötő elemek felhasználásával;
3. Teljesítmény-felmérés az évfolyamnak megfelelő szinten;
4. A tanult labdajátékok technikai és taktikai elemeinek célszerű alkalmazása, a szabályok ismeretek.

Állampolgári ismeretek

1. A család és a szocializáció folyamata
2. A családok gazdálkodása és pénzügyei
3. Szabadság és felelősség – jogok és kötelezettségek
4. Szabadság és felelősség – társadalmi felelősségvállalás
5. Nemzet és nemzettudat
6. Lokálpatriotizmus, hazafiság és honvédelem
7. A magyar állam intézményei
8. A mindennapi ügyintézés területei és megszervezése
9. Vállalkozás és vállalat
10. Bankrendszer, hitelfelvétel

13. évfolyam

Angol nyelv

Szóbeli témakörök

1. Szabadidős tevékenységek
2. Férfi és női szerepek a családban, házimunkák
3. Egészséges életmód
4. Tizenévesek világa
5. Saját környezetem bemutatása
6. Modern technológiák (internet, számítógép, mobiltelefon)

Nyelvtani témakörök

1. Present Perfect Simple vs. continuous
2. Future Simple Tense
3. Articles: a/an, the (névelők)
4. Reported speech (Függő beszéd)
5. Prepositions (under, next to, between, behind, in front of, towards, across)
7. Névmások fajtái (reflexive, subject, object, possessive pronouns)

Német nyelv

Szóbeli témakörök

1. Telefonok lebonyolítása, visszahívás, üzenet fogadása
2. Napirend, hobbi
3. Szabadidő, nyaralás, programegyeztetés
4. Viselkedés, öltözködés/ szabályok
5. Levél és e-mail formák
6. Állásajánlatok és pályázatok
7. Panasz/ reklamáció kifejezése
8. Ünnepnapok – események szervezése
9. Meghívás elfogadása/visszautasítása
10. Számítógép, internet
11. Munkahelyi légkör és hozzáállás. A pályakezdő fiatalok elképzelései
12. Országismeret – német nyelvű országok
13. Egészséges életmód, étkezés
14. Vásárlás, online vásárlás és értékesítés

Földrajz (Közlekedés és szállítmányozás, Logisztikai technikus)

1. Közlekedés-földrajzi fogalmak
2. Magyarország vasúthálózata, fővonalak, elágazások, átlós vonalak
3. Jelentősebb keskeny nyomtávolságú vonalak
4. Nemzetközi vasúti összeköttetések, határátkelőhelyek, tranzitútvonalak
5. A közutak csoportosítása és műszaki jellemzői
6. Hazánk és Európa közúthálózata, számozási rendszer, első- és másodrendű főútvonalak, körgyűrűk, határátkelőhelyek, E utak
7. Páneurópai közlekedési folyosók
8. Európa belvízi közlekedése, hajózható csatornái, tengeri hajózása
9. Magyarország vízi közlekedése, hajózható vízi útjai
10. Hazai repülőterek
11. Hazánk és az európai térség jelenlegi vezetékálózatának kialakulása

Digitális kultúra

Szövegszerkesztés

- Nagyobb dokumentumok létrehozása, átalakítása, formázása, szerkesztése.
- Élőfej, élőláb.
- Képek beillesztése és formázása – WordArt használata, szimbólum.
- Tabulátorok és táblázatok.
- Körlevél, hasábok.

Prezentáció

- Képek beillesztése és tulajdonságai. Filmbetétek beillesztése.
- Objektumok csatolása. Animációk beállítása. Táblázatok készítése.
- A tartalom, a forma és a működés egysége. Diaátmenetek, áttűnések.
- Akciók és akciógombok. Hangállományok a prezentációban.
- Vetítési tulajdonságok. A bemutató nézetei.
- A vektorgrafika alapjai. A rajzolás eszköztára. Egyszerű alakzatok. Az objektumok láthatósága.
- Mentés különböző formátumokban. A prezentáció nyomtatása.

Testnevelés

	Téma	Kimeneti Követelmények
1.	Testnevelési játékok	Testnevelési játékok megnevezése leírása
2.	Csapat sportok	Csapat sportok megnevezése, főbb jellemzői
3.	Edzéselmélet	Edzés fajtái, elemei megnevezése
4.	Csapatépítő játékok	Csapatépítő játékok felsorolása, céljai
5.	Testnevelés óra	Óra elemei, menete és levezetése

Pénzügyi és vállalkozói ismeretek

Gazdasági alapfogalmak

További gazdasági alapfogalmak

Család fogalma és funkciói.

A háztartás fogalma

Munkamegosztás a háztartásokban.

Időgazdálkodás.

Háztartások bevételei.

Háztartások kiadásai.

A háztartások pénzgazdálkodása

A háztartások költségvetése.

A bruttó és a nettó fizetés számítása

A pénz időértéke: FV és PV és r

Lehetőségeink pénzünk befektetésére

Az egyszerű és a kamatos kamat számítása

A hozamot terhelő adó számítása

A valuta és deviza befektetések számítása

Értékpapírok és kötvénybefektetés

Számonkérés

A vállalkozás fogalma

Vállalkozási formák.

Üzleti ötlet kidolgozása, Az üzleti terv

Ágazathoz kapcsolódó tantárgy: biológia (Sport és szociális ágazat)

- Szervezet felépítése és működése
- A sejt és alkotóelemei, működése
- A szövetek és fajtái
- A mozgató szervrendszer
- A csontvázrendszer
- Az izomrendszer
- A szív és keringési rendszer
- Vérerek
- A szív
- Vérszövet, vércsoportok
- A légzés szervrendszere, felépítése
- Az emésztőrendszer
- Az emésztőrendszer feladata
- A tápcsatorna szakaszai
- Anyag és energiaforgalom
- Az egészséges táplálkozás, folyadékpótlás
- A kiválasztás szervrendszere
- A vese felépítése és működése

- A szabályozás szervrendszere
- Belső elválasztású mirigyek, hormonok hatása a szervezetre
- Az idegrendszer felosztása, inger
- Az idegsejt, idegszövet
- Az agy és felépítése
- A gerincvelő
- Környéki idegrendszer
- Vegetatív idegrendszer
- Érzékszervek
- A teljesítményfokozók és a szenvedélybetegségek
- Az alkohol és a dohányzás
- Drog és dopping
- Fogyatékoság és típusai
- A fogyatékoság típusai
- Fogyatékosok és a sport
- A testedzés és a sport, mint az egészség megőrzésének eszköze
- A sport hatása a szervezetre
- Testösszetétel, testalkat, testsúlyszabályozás
- Sportsérülések, sportártalmak
- Sportsérülések okai
- Sportártalmak, Sportsérülések
- Elsősegélynyújtás
- Krónikus betegek testedzése
- Krónikus betegségek
- Gerinc és ízületvédelem

Gazdálkodás és menedzsment ágazat (PTT: 2020)

12. évfolyam

Pénzügyi ismeretek

- A valuta, a deviza és azok árfolyamának fogalma
- A valuta- és a devizaműveletekkel kapcsolatos gazdálkodási feladatok
- A valuta- és a devizaárfolyamokhoz kapcsolódó számítások
- A pénzügyi piacok fogalma, gazdaságban betöltött szerepe
- Pénzügyi piacok csoportosítása
- Az értékpapírok pénzügyi piacokon betöltött szerepe
- Az értékpapírok megjelenése, fogalma (főbb csoportosítási szempontjai)
- Az értékpapírok főbb fajtái:
 - a kötvény fogalma, jellemzői, fajtái, a vállalati kötvény pénzügyi piacon betöltött szerepe
 - a részvény fogalma, fajtái, jellemzői, a részvények szerepe a gazdaságban
 - a közraktárjegy fogalma, jellemzői
 - az állampapírok jellemzői és fajtái
 - a banki értékpapírok
 - váltóismeretek
- A pénzügyi piacok, a tőzsde működése
- A tőke- és pénzpiaci ügyletek: prompt és termin ügyletek
- Beruházási döntések típusai
- A beruházások pénzáramai, típusai (kezdő pénzáram, működési pénzáram és végső pénzáram) és tartalmuk
- Tőkebefektetési számítások: a beruházások gazdaságossági számításai – statikus és dinamikus számítások
- A statikus számítások mutatói: megtérülési idő, jövedelmezőségi mutató, beruházási pénzeszközök forgási sebessége
- A dinamikus számítások mutatói: nettó jelenérték, jövedelmezőségi index, belső megtérülési ráta (számítás nélkül, csak értelmezés szintjén)
- Döntési szabályok a beruházás megvalósítására vagy elutasítására vonatkozóan A kötvény értékelése
- A klasszikus kötvény reális árfolyamának (elméleti árfolyamának) becslése, összevetése a piaci árfolyammal, valamint a vásárlási-eladási szándék megállapítása
- A kötvények hozamának számítása: névleges hozam, egyszerű hozam
- A részvény értékelése
- A törzsrészvény és az elsőbbségi részvény reális árfolyamának (elméleti árfolyamának) becslése, összevetése a piaci árfolyammal, valamint a vásárlási-eladási szándék megállapítása
- A részvények várható hozamának számítása Tőzsdei ügyletek értékelése
- A biztosítás szerepe, jelentősége, módszere

- A biztosítási ágazatok rendszerei, biztosítási formák
- Biztosítási szerződés és biztosítási díj
- Biztosítási esemény bekövetkezése, kárrendezés

Vállalkozási ismeretek

I. félév

Stratégia, vállalati stratégia

SWOT elemzés

A vállalkozás vezetése, szervezete

II. félév

A vállalkozás pénzügyi döntéseinek célja, tartalma, típusai

Befektetési és finanszírozási döntések

A finanszírozás fogalma, jellemzői, formái

A beruházások finanszírozási forrásai

Munkaerő-gazdálkodás

- A munka fogalma, a munkafolyamat
- Motiváció, motivációs elméletek
- Képesség, készségek, képzettség
- A humán kontrolling fogalma, eszközei, módszerei, elemzések, számítások
- Emberierőforrás-gazdálkodás, humánstratégia
- A munkakörök elemzése, kialakítása, értékelése
- Toborzás és kiválasztás
- Teljesítményértékelés
- Munkaerő-fejlesztés, karriertervezés
- A munkabér fogalma, részei
- Az alapbér, megállapítása időbérben, teljesítménybérben, ezek kombinációjával Időbér, az idő mérése
- Teljesítménybér, a teljesítménykövetelmény meghatározása, mérése, garantált bér
- A bérpótlék fogalma és fajtái
- Díjazás munkavégzés hiányában (távolléti díj)
- A kötelező legkisebb munkabér, garantált bérminimum
- A munkabér védelme
- A munkaviszony egyes speciális típusai
- Bruttó bér, nettó bér, a munkavállalót és a munkáltatót terhelő adók és járulékok
- A kártérítési kötelezettség, a munkavállaló kártérítési kötelezettsége
- A kártérítés mértéke
- A megőrzési felelősség, a leltárfelelősség, a leltárhiányért való felelősség feltétele
- A munkavállalói biztosíték
- A kártérítés mérséklése

- A munkáltató kártérítési kötelezettsége
- A kártérítés mértéke és módja
- A humánkontrolling-alapú tervezés, ellenőrzési rendszer, jelentésrendszer
- Munkaidő-gazdálkodás, munkaidő-nyilvántartások, a foglalkoztatás hatékonysága
- A Munka Törvénykönyve (Mt.) célja, hatálya, fejezetei
- Az Mt. alapelvei Jogok és kötelezettségek gyakorlása
- Az egyenlő bánásmód követelménye
- Jognyilatkozatok
- Érvénytelenség, jogkövetkezmények
- A munkaviszonyból származó igény elévülése

Adózási ismeretek

- Személyi jövedelemadó és béreket terhelő járulékok és közterhek
- Nyilatkozatok az önálló tevékenység adójának megállapításához
- Családi kedvezmény, első házások kedvezménye, négy vagy több gyermeket nevelő anyák kedvezménye
- Összevont adóalap adója
- Adókedvezmények
- Nyilatkozatok az adókedvezmények érvényesítéséhez
- A bért terhelő járulékok
- A szociális hozzájárulási adó
- Adóelőleg-számítás és az éves adóbevallás elkészítése, a kifizetendő havi bér megállapítása gyakorlófeladatokon keresztül
- Az egyéni vállalkozók adózási szabályai a személyi jövedelemadóban
- A vállalkozói személyi jövedelemadó
- A vállalkozói kivét, a vállalkozói jövedelem és a vállalkozói osztalékalap adózási szabályai
- A kisadózó vállalkozások tételes adója
- Az adónem választásának feltételei
- A KATA alapjának meghatározása
- A KATA mértéke (főállású kisadózó, főállásúnak nem minősülő kisadózó)

Könyvvizetési alapismeretek

1. A számviteli törvény és alapelvek

- Jogszabályi háttér, számviteli alapelvek.
- Beszámoló szerepe a gazdálkodásban.
- Gyakorlat: beszámoló részeinek azonosítása.

2. Számviteli politika és bizonylati rend

- Számviteli politika tartalma, szabályozó dokumentumok.

- Bizonylatok fajtái, bizonylati fegyelem.
- Gyakorlat: bizonylatok kitöltése és ellenőrzése.

3. Mérleg és leltár

- Vagyon és mérleg fogalma.
- Mérlegfőcsoportok és jellemzőik.
- Leltározás folyamata, bizonylatai.
- Gyakorlat: egyszerű mérleg és leltár készítése.

4. Eredménykimutatás és értékelés

- Eredménykimutatás fajtái, tartalma.
- Értékelési eljárások.
- Gyakorlat: eredménykimutatás készítése minta adatok alapján.

5. Gazdasági események könyvelése

- Gazdasági események típusai.
- Könyvviteli számlák fajtái, számlakeret.
- Nyitás és zárás.
- Analitikus és szintetikus nyilvántartások kapcsolata.
- Gyakorlat: egyszerű könyvelési tételek rögzítése (bevétel, kiadás, eszköz–forrás változás).

6. Adózási ismeretek alapjai

- Adózási fogalmak, alapvető adónemek (ÁFA, SZJA, HIPA).
- Adózási kötelezettségek kapcsolata a könyvvizeléssel.
- Gyakorlat: egyszerű adózási példák feldolgozása.

Irodai ismeretek

Táblázatok készítése

Az irodai munka tartalmához kapcsolódóan egy táblázatkezelő program alapfunkcióinak alkalmazása:

- munkalapok azonosítása, beszúrása, törlése
- az oldalbeállítás funkciói
- adatbevitel, másolás, beillesztés
- egyszerű táblázatok létrehozása
- forrásfájlban kapott táblázat bővítése
- táblázat esztétikus formázása
- élőfej, élőláb tartalmának beszúrása, formázása
- karakterek formázása
- cellaműveletek: adatok igazítása, cellák egyesítése, felosztása
- különböző számformátumok alkalmazása
- sor, oszlop beszúrása, törlése, elrejtése, felfedése
- egyszerű számolási műveletek egyéni képlettel vagy függvények alkalmazásával (SZUM, ÁTLAG, MAXIMUM, MINIMUM, HA, KERÉKÍTÉS)

- egyszerű rendezés, szűrés
- a táblázat megadott adataiból diagramok létrehozása, formázása, elhelyezése
- kép, alakzat, szövegdoz, WordArt, szimbólum beszúrása, szerkesztése
- A titkári munkában jellemző dokumentumok (táblázatok, diagramok): listák, nyilvántartások, jelenléti ívek, eredménykimutatás stb. készítése

A dokumentumok készülhetnek:

- minta után
- részletes feladattal irányított utasítások szerint
- megadott tartalmi szempontok, adatok szerint
- információval történő kiegészítéssel stb.

Prezentációkészítés

A prezentációkészítés jelentősége a titkári munkában

A prezentációkészítés lépései (felkészülés, tervezés, megvalósítás)

Tipográfiai alapismeretek (betűk, szöveg, színek stb.)

Szervezetek, termékek, szolgáltatások prezentációjának előírásai

Prezentációk készítése egy konkrét bemutatókészítő programban

Levelezés a titkári munkában

Nyomtatott dokumentumok (papírfajták, boríték, postai utasítások).

Postai nyomtatványok kitöltése (tértivevény, feladóvevény, meghatalmazás stb.).

A mindennapi élet egyszerű iratainak (pl. nyugta, elismervény, igazolás, nyilatkozat, kötelezvény, meghatalmazás) nyelvi, tartalmi és formai jellemzői

A nyugta és számla jellemzői, különbségei a jogszabályok értelmében.

Azonosító adatok (személyi adatok, azonosító számok, címek, elérhetőségek stb.) helyesírása.

Hírközlő iratok (hirdetés, tájékoztatás, értesítés, felszólítás, felhívás, meghívó) nyelvi, tartalmi és formai jellemzői.

Belső, szervezeti iratok (emlékeztető, feljegyzés, jelentés, beszámoló, körlevél stb.) nyelvi, tartalmi és formai jellemzői.

Iratkészítési gyakorlatok.

Gyakori iratok nyomtatványainak kitöltése kézzel, számítógéppel; sablonok. A témakör részletes kifejtése.

Levelezés az üzleti életben

A hivatalos szervekkel való kapcsolattartás jellemzői.

Beadványok: panasz, javaslat, bejelentés, bevallás, feljelentés, kérvény, kérelem. Iratok a hatáskör és illetékesség területéről: idézés, értesítés, igazolási kérelem. Határozat, végzés, fellebbezés iratai a hatósági eljárásban.

Iratok a munkaügy köréből (állaspályázat, motivációs levél, referencialevél, szakmai önéletrajz, munkaszerződés) és egyéb, a munkaviszony tartalmához (munkavégzés, munkáltatói kötelezettség, munkabér, munkahely, juttatások, pihenőidő stb.) kapcsolódó iratok tartalmi, nyelvi és formai jellemzői.

A gazdasági, kereskedelmi, üzleti tevékenységgel összefüggő levelek (hírlevél, tájékoztatás, ajánlatkérés, ajánlat, megrendelés, megrendelés visszaigazolása), szerződések ([adásvételi, szállítási], a teljesítési iratok) nyelvi, tartalmi és formai jellemzői.

Az üzleti levelek ajánlott sémája, formai, szerkesztési szabályai.

Nyomtatványok a közigazgatás, a munkaügyi és az üzleti élet levelezésének köréből.

Komplex levélgyakorlatok

Komplex iratok, levelek készítése az elsajátított témakörökben (egyszerű, hírközlő és belső, szervezeti iratok; hatósági, munkaügyi és üzleti levelek), alkalmazva a szövegszerkesztés adta lehetőségeket, kiegészítve a táblázatkezelés, adatbázis-kezelés dokumentumainak felhasználásával.

A levélfeladatok készülhetnek:

- minta után
- tömbszövegből
- adat és iratszöveg elkülönített megadásával
- diktálás után
- megadott adatokból és tartalmi szempontok szerint önálló fogalmazással
- feladatutasítások alapján
- más fájlformátumban mentett dokumentumok készítésével és egyes elemeik felhasználásával (l. táblázat, diagram, adatbázis)

Iratsablon készítése

Nyomtatványok, űrlapok kitöltése, készítése. Körlevél készítése

Titkári ügyintézés

Jegyzőkönyvvezetés

- A jegyzőkönyv-vezetési munka jellege, tartalma
- A jegyzőkönyv fogalma, tartalmi jellemzői
- A jegyzőkönyvek készítésének alkalmai
- A jegyzőkönyvek típusai: megállapodási/határozati; teljes/szó szerinti, kivonatos/rövidített
- jegyzőkönyvek
- Technikai eszközök a jegyzőkönyvvezető szolgálatában
- Elvárások a jegyzőkönyvvezetővel szemben
- Jegyzőkönyvvezetési feladatok

A jegyzőkönyv-vezetési ismeretek alapján teljes körű jegyzőkönyv-vezetési feladatok végzése:

- előkészített jegyzőkönyvi anyag diktálása és jegyzése, rögzítése
- szimulált esemény történéseinek jegyzése, rögzítése
- látogatás konkrét eseményen, az elhangzottak jegyzése, rögzítése Hanghordozón rögzített szöveg jegyzése, rögzítése

A feliratozás mint egyidejű beszédrögzítés fogalma, tevékenység tartalma

Jegyzőkönyvi részletek stilizálása, fésülése; a kivonatolás gyakorlatai

A jegyzőkönyv tartalma, formai-alaki megjelenése

A jegyzőkönyv felépítése, részei

Komplex jegyzőkönyv-készítési gyakorlatok:

- a jegyzőkönyv tartalmi típusainak megfelelően: kihallgatásról, helyszíni szemléről, értekezletről, eseményről, megállapodásról, határozatokról stb.

– a beszédrögzítés módjának megfelelően: diktálás után, sztenogramból, rögzített hanganyagról

– a jegyzőkönyvi formának megfelelően: egyedileg szerkesztett forma – a közéleti, hivatali, üzleti éleli elvárásoknak megfelelően, nyomtatványok kitöltésével

Titkári és ügyfélszolgálati kommunikáció

- Protokolláris rendezvények szervezése és lebonyolítása
- Rendezvények forgatókönyve
- Lebonyolítási rend
- Rendezvények előkészítésének főbb szempontjai, lépései
- Lebonyolítási rend
- Rendezvények előkészítése
- A rendezvények tárgyi feltételeinek biztosítása
- Hivatalos, üzleti levelek, i4ratok
- Szerződések előkészítése, kötése
- Meghívó
- Rangsorolás, rangsorolási feladatok
- Ültetési rend
- Ültetés vendéglátási alkalmakon
- Ültetés tárgyalásokon, értekezleten
- Protokollesemények eszköztára
- Regisztrációs feladatok
- A vezető hivatalos bel- és külföldi programjának szervezése
- Komplex forgatókönyvek készítése
- A projektköltségvetés elemi
- Költségkalkuláció készítése
- Sajtómappa
- Kapcsolattartás a médiával

13. évfolyam

Munkavállalói angol nyelv

- Álláskeresés: Szakmák, végzettségek, munkakörök megnevezés, beszámoló a szakmai gyakorlatról
- Önéletrajz, motivációs levél: rövid motivációs levél és önéletrajz megírása
- Small Talk: társalgás általános témakörökről, kérdés felvetés és válaszadás, pl. időjárás, szabadidő, család, hobbik, közlekedés, utazás
- Állásinterjú: bemutatkozás, erősségek, gyengeségek, online video helyzet vagy rögtönzött interjú szituáció

Munkavállalói német nyelv

- Álláskeresés: Szakmák, végzettségek, munkakörök megnevezés, beszámoló a szakmai gyakorlatról
- Önéletrajz, motivációs levél: rövid motivációs levél és önéletrajz megírása
- Small Talk: társalgás általános témakörökről, kérdés felvetés és válaszadás, pl. időjárás, szabadidő, család, hobbik, közlekedés, utazás
- Állásinterjú: bemutatkozás, erősségek, gyengeségek, online video helyzet vagy rögtönzött interjú szituáció

Pénzforgalmi nyilvántartások

Pénzforgalmi nyilvántartási feladatok

- A pénzforgalmi könyvvitel fogalma, a személyi jövedelemadó törvény hatálya alatti könyvelést befolyásoló előírások, adózási szabályok
- A választható alapnyilvántartások fajtái, a nyilvántartások kötelező adattartalma, (a személyi jövedelemadóról szóló 1995. évi CXVII. törvény 5. számú melléklete szerint) vezetésük szabályai
- A naplófőkönyv rovatainak elnevezése, adattartalma
- A gazdasági események rovatainak tartalma
- Vegyes gazdasági események: számlák, bankszámlakivonatok, pénztár, bér stb.
- Számszaki egyezőség
- Sajátos értékcsökkenési szabályok az szja-törvény szerint
- Negyedéves eredmény, vállalkozói szja-előleg
- Éves zárás, eredmény, adatszolgáltatás az szja-bevalláshoz
- A pénztárkönyv rovatainak elnevezése és ezek adattartalma
- A bevételi nyilvántartás előírt adattartalma, vezetése, bizonylatok megőrzése
- A bevételi nyilvántartás vezetésével kapcsolatos feladatok, a fizetendő adó
- A részletező nyilvántartások fajtái, szükségessége, tartalma, vezetése

Pénzforgalmi könyvvitel - Könyvelés naplófőkönyvben:

- Előkészítési feladatok

- A naplófőkönyv szoftver szerkezetének, menürendszerének megismerése
- Évnyitás (az adatállomány bevitelének lehetővé tétele az adott évre)
- A vállalkozás adatainak felvitele
- Az áfajogállás beállítása (éves, negyedéves, havi, alanyi mentes, pénzforgalmi elszámolás), halasztott áfa
- Az áfaalanyiság függvényében a szükséges rovatok megtervezése, kialakítása
- Törzsadatok kialakítása a rovatok tartalmának ismeretében, de az adott vállalkozás igényeinek megfelelően
- A rovatok bővítésének megismerése
- Könyvelés és zárás
- Az év eleji nyitás könyvelése, a számszaki egyezés figyelésével
- Bank, pénztár és a kettő közötti pénzügyi műveletek könyvelése
- Gyakran előforduló költségek könyvelése: anyag- és árubeszerzés, alvállalkozói számlák, energiaszámlák, telefonköltség, nyomtatvány, irodaszer, szaklapok, bérleti díjak, bérek, jövedelemkivét, bérekkel kapcsolatos adók, járulékok, bankköltség, forgalmi jutalék, gépkocsihasználat üzemanyagköltsége, átalány stb.
- Bevételek könyvelése: árbevétel, bérletidíj-bevétel, értékesített tárgyi eszközök és immateriális javak könyvelése, kamatbevétel, késedelmikamat-bevétel, adótúlfizetés jóváírásának megjelenítése a naplófőkönyvben stb.
- Bérekkel kapcsolatos adó- és járuléklevonások, osztalék
- Havi adatszolgáltatás a vállalkozó részére a fizetendő adókról és járulékokról
- Negyedéves zárás, eredmény, a fizetendő szja megállapítása
- Éves zárási feladatok, adatszolgáltatás az éves szja-bevallás és az iparűzésiadó-bevallás készítéséhez

Könyvelés pénztárkönyvben:

- Előkészítési feladatok
- A pénztárkönyv szoftver szerkezetének, menürendszerének megismerése
- Évnyitás (az adatállomány bevitelének lehetővé tétele az adott évre)
- Vállalkozás adatainak felvitele
- Az áfajogállás beállítása (éves, negyedéves, havi, alanyi mentes, pénzforgalmi elszámolás), halasztott áfa
- Az áfaalanyiság függvényében a szükséges rovatok megtervezése, kialakítása
- Törzsadatok kialakítása a rovatok tartalmának ismeretében, de az adott vállalkozás igényeinek megfelelően
- A rovatok bővítésének megismerése
- Könyvelés és zárás
- Az év eleji nyitás könyvelése a számszaki egyezés figyelésével
- Bank, pénztár és a kettő közötti pénzügyi műveletek könyvelése
- Gyakran előforduló költségek könyvelése: anyag- és árubeszerzés, alvállalkozói számlák, energiaszámlák, telefonköltség, nyomtatvány, irodaszer, szaklapok, bérleti díjak, bérek, jövedelemkivét, bérekkel kapcsolatos adók, járulékok, bankköltség, forgalmi jutalék, gépkocsihasználat üzemanyagköltsége, átalány stb.

- Bevételek könyvelése: árbevétel, bérletidő-bevétel, értékesített tárgyi eszközök és immateriális javak könyvelése, kamatbevétel, késedelmikamat-bevétel, adótúlfizetés jóváírásának megjelenítése a pénztárkönyvben stb.
- Bérekkel kapcsolatos adó- és járuléklevonások, osztalék
- Havi adatszolgáltatás a vállalkozó részére a fizetendő adókról és járulékokról
- Negyedéves zárás, eredmény, a fizetendő szja megállapítása
- Éves zárási feladatok, adatszolgáltatás az éves szja-bevallás és az iparűzésiadó-bevallás készítéséhez

Bevételi nyilvántartások:

- Bevételi nyilvántartás vezetése – a hatályos jogszabályokra figyelemmel – meghatározott adóalanyokra vonatkozóan
- A bevételi határ figyelése, túllépése esetén a 40%-os adóalap, adó számítása, bevalláshoz adatközlés
- Bevételi nyilvántartás vezetése a kisadózó vállalkozások (KATÁ-s adóalany) esetében
- A KATA-törvény szerinti bevétel értelmezése, a bevétel megszerzésének időpontja

Részletező nyilvántartások:

- Folyószámla-nyilvántartások vezetése (szállító, vevő)
- A munkabérekkel, vállalkozói kivétellel kapcsolatos nyilvántartások vezetése
- A tárgyi eszközökkel, immateriális javakkal, beruházásokkal kapcsolatos analitikus nyilvántartások vezetése, aktiválás, értékcsökkenés számítása és felvezetése a kartonra stb.
- Gépjárművel kapcsolatos elszámolási szabályok, nyilvántartások
- Egyéb követelések nyilvántartása a munkavállalókkal, tagokkal kapcsolatosan
- Kötelezettségek analitikus nyilvántartása
- Alvállalkozói teljesítmények nyilvántartása
- Szigorú számadású nyomtatványok nyilvántartása
- Értékpapírok adatainak analitikus nyilvántartása
- Selejtezéssel kapcsolatos dokumentumok elkészítése, nyilvántartása
- Leltár készítése

Munkaerő-gazdálkodás

- Emberi erőforrás gazdálkodás célja, feladata
- Humán kontrolling
- A vállalkozás munkaerőszükségletének biztosítása
- Szükséglet meghatározása, biztosítása
- Hatékony foglalkoztatás
- Munkajogi alapfogalmak
- Munkaerő-szükséglet kielégítése, norma meghatározás
- Munkaerő-szükséglet kielégítése, munkaviszony létesítése
- Munkaviszony megszűnése, megszüntetése

- Munkáltató, munkavállaló jogai és kötelességei
- Munkaszerződés
- Bérgazdálkodás, bérrendszer elemei
- Munkaidő, munkabeosztás
- Pihenőidő, szabadságok
- Munkaidőmérleg
- Munkakör értékelési és bértarifa rendszer
- Munkaügyi nyilvántartások
- Ösztönzési rendszerek
- Cafeteria, teljesítmény értékelések
- Munkaügyi kapcsolatok
- Üzemi tanács, kollektív szerződés
- A vállalkozás szervezete
- Vállalkozási jogviszony
- Vállalati folyamatok funkcionális területei
- A tervezés szerepe, fajtái a vállalkozásnál

Adózási ismeretek

Adózási fogalmak

- Az államháztartás
- A költségvetési bevételek, költségvetési kiadások, a költségvetés egyenlege
- Az adó és az adórendszer fogalma, jellemzői
- A magyar adójog forrásai
- Az adók csoportosítása: jövedelemadó, forgalmi típusú adó, vagyonadóztatás
- Az adózás rendje
- Adóigazgatási rendtartás

Általános forgalmi adó

- Az áfa jellemzői
- Az adó mértéke
- A fizetendő adó megállapítása
- Az adólevonási jog
- Adólevonási jog korlátozása (alapeset)
- Adófizetési kötelezettség
- Számlázás (számla, nyugta adattartalma)
- Számla, nyugta kibocsátásának alapvető szabályai
- Számla, egyszerűsített számla kitöltése
- Az adó alóli mentesség szabályai
- Az előzetesen felszámított adó megosztása

Személyi jövedelemadó és béreket terhelő járulékok és közterhek

- A személyi jövedelemadó alanyai Jövedelem, bevétel, költség

- Az adó mértéke A bért terhelő járulékok
- A szociális hozzájárulási adó
- Az összevont adóalap adóköteles jövedelmei (önálló tevékenységből származó, nem önálló tevékenységből származó és egyéb jövedelem)
- Nyilatkozatok az önálló tevékenység adójának megállapításához
- Családi kedvezmény, első házások kedvezménye, négy vagy több gyermeket nevelő anyák kedvezménye
- Összevont adóalap adója
- Adókedvezmények
- Nyilatkozatok az adókedvezmények érvényesítéséhez
- A bért terhelő járulékok
- A szociális hozzájárulási adó
- Adóelőleg-számítás és az éves adóbevallás elkészítése, a kifizetendő havi bér megállapítása gyakorlófeladatokon keresztül

Egyéni vállalkozás jövedelemadózási formái

- Az egyéni vállalkozók adózási szabályai a személyi jövedelemadóban
- A vállalkozói személyi jövedelemadó
- A vállalkozói kivét, a vállalkozói jövedelem és a vállalkozói osztalékalap adózási szabályai
- A kisadózó vállalkozások tételes adója Az adónem választásának feltételei
- A KATA alapjának meghatározása
- A KATA mértéke (főállású kisadózó, főállásúnak nem minősülő kisadózó)

Társaságok jövedelemadózása

- A társasági adó alanyai, az adófizetési kötelezettség
- A társasági adóalap meghatározása, Az adóalap-korrekciós tételek jelentősége
- Az adóalapot módosító tételek csoportjai:
 - – az adóalapot jogcímében (egyszerre) növelő és csökkentő tételek
 - – az adóalapot csak csökkentő tételek
 - – az adóalapot csak növelő tételek
- Az adó mértéke, adókedvezény
- Az adózott eredmény

Helyi adók

- A helyi adók típusai: vagyoni típusú (építményadó és telekadó), kommunális jellegű adók (magánszemélyek kommunális adója és idegenforgalmi adó), helyi iparüzési adó, települési adó
- Az egyes típusok adóalanyai
- Az adó alapja és mértéke
- Az adókötelezettség teljesítése
- Egyszerűbb feladatok megoldása a helyiadókról szóló törvényben meghatározott adónemekre

Gépjárműadó és cégautóadó

- A gépjárműadó
- A belföldi gépjárművek adójának alanya és az adókötelezettség keletkezése, mentesség az adó alól
- Az adó alapja és mértéke személyszállító gépjármű és tehergépjármű esetén, az adó mértéke és az adókedvezmények
- A cégautóadó
 - – A cégautóadó alanyai
 - – A cégautóadó-fizetési kötelezettség keletkezése (bérlet, lízing, kiküldetés stb.)
 - – Az adó mértéke
- A gépjárműadó és a cégautóadó összevezetésének feltételei Egyszerűbb feladatok megoldása a gépjárműadóra, a cégautóadóra

Elektronikus bevallások készítése, aktuális jogszabályok ismerete a kitöltéssel kapcsolatban:

- munkáltató vagy a kifizető által foglalkoztatott biztosítottak adatairól szólóbejelentő és változásbejelentő adatlap (T1041)
- Bejelentő és változásbejelentő elektronikus adatlap az egyszerűsített foglalkoztatásról szóló 2010. évi LXXV. törvény értelmében a 2010. augusztus 1-jét követően létesített egyszerűsített foglalkoztatás adatairól (T1042E)
- Havi bevallás a kifizetésekkel, juttatásokkal összefüggő adóról, járulékokról és egyéb adatokról, valamint a szakképzési hozzájárulásról (08-as bevallás)
- Bevallás a kiegészítő tevékenységet folytatóknak nem minősülő egyéni vállalkozó és a mezőgazdasági őstermelő szociális hozzájárulási adó és járulék kötelezettségeiről (58-as) bevallás
- Átvezetési és kiutalási kérelem az adószámlán mutatkozó túlfizetéshez (ATVUT17-es bevallás)
- Bevallás a személyi jövedelemadó, a járulék, az egyszerűsített közteherviselési hozzájárulás, a szociális hozzájárulási adóról, mindezek helyesbítéséről, önellenőrzéséről (évszámSZJA)
- Bevallás egyes adókötelezettségekről az államháztartással szemben (01-es bevallás)
- A munkáltató, kifizető összesített igazolása a személyi jövedelemadó bevalláshoz (M30-as bevallás)
- BEJELENTŐ LAP a társadalombiztosításra jogosultakról, valamint ezen ellátások fedezetéről szóló 2019. évi CXXII. tv. 44. §-a, illetve a 71. § (2) és (7) bekezdése alapján az egészségügyi szolgáltatási járulékfizetési kötelezettség bejelentésére (T1011U-s bevallás)
- Általános forgalmi adó bevallás (65-ös bevallás)
- Bevallás a helyi iparüzési adóról állandó jellegű iparüzési tevékenység esetén (HIPAK)
- Adatlap munkáltatótól származó jövedelemről, az adó és adóelőleg levonásáról a munkaviszony megszűnésekor (Adatlap évszám)
- A kisadózó vállalkozók tételes adójának éves bevallása (KATA)
- Nyilatkozat a nulla értékadatú bevallás kiváltásáról (NY-es bevallás)

- GJADO (Adatlap a gépjárműadóval kapcsolatos mentesség, kedvezmény vagy szüneteltetés igénybevitelének bejelentéséhez)

Könyvvezetési ismeretek

1. Számviteli törvény és számviteli politika

- Jogszabályi háttér, alapelvek, beszámolási kötelezettség.

2. Bizonylati rend és nyilvántartások

- Bizonylatok fajtái, bizonylati fegyelem, analitikus és szintetikus nyilvántartás kapcsolata.

3. Mérleg és eredménykimutatás

- Mérlegfőcsoportok, mérlegkészítés, eredménykimutatás formái és tartalma.

4. Gazdasági események könyvelése

- Könyvelési tételek szerkesztése (bevétel, kiadás, eszköz–forrás változások).
- Tárgyi eszközök és készletek elszámolása.
- Jövedelem és saját termelésű készletek elszámolása.
- Termékértékesítés, eredmény megállapítása.
- Pénzügyi számlák, banki és pénztári műveletek könyvelése.
- ÁFA elszámolás.

5. Adózási ismeretek kapcsolata a könyvvezetéssel

- Személyi jövedelemadó, társasági adó, járulékok, helyi adók.
- Elektronikus bevallás gyakorlata, NAV rendszerek használata.

6. Idősoros és számlasoros könyvelés, gyakorlati feladatok

- Számítógépes könyvelési szoftver használata (pl. ügyviteli program).
- Leltár, nyitás és zárás gyakorlata.

Titkári ügyintézés

Információs folyamatok az irodában

Információs folyamatok: információ keletkezése, feldolgozása → funkciója, tárolás, továbbítás.

Az információfeldolgozás módja, eszközei, célja, funkciója, személyi, tárgyi feltételei. Dokumentumok előállítása; dokumentumok típusai, fajtái

A dokumentumok előállításának módjai

Az irat- és dokumentumkezelés fogalma, szabályozása, alapelvei; szervezeti keretei

Az irat- és dokumentumkezelés folyamata, szakaszai, teendők az egyes szakaszokban

Az irattár, levéltár fogalma

Az irattárolás fogalma, fajtái (papíralapú, digitális); szabályozása

Az irattárolás személyi, tárgyi feltételei

A papíralapú és a digitális irattárolás biztonsági védelme Selejtezés (papíralapú, digitális); az eljárás folyamata, dokumentálása

Az iratkezelés és -tárolás dokumentumai

Adat- és információvédelem

Adat és információ fogalma Az adat- és információkezelés, -védelem szabályozása

Az adat- és információkezelés körébe tartozó fogalmak, értelmezésük

A személyes adatok védelme A közérdekű adatok megismerésének lehetősége, eljárási szabályai

Közérdekű adatok közzétételének szabályai

Adatvédelmi szintek (uniós; nemzeti, szervezeti) és felelősségi körök (hatóság, adatvédelmi felelős, adatkezelők) A szervezeti adatkezelés szabályozása

Az adatvédelmi szabályzat tartalmi elemei

Az adatkezelés technikai háttere, biztonsági elemei

Időgazdálkodás

Az idő fogalma, jellemzői Fogalmak: időgazdálkodás, vezetői és személyes időmenedzsment, munkaidő, pihenőidő, aktív, értékteremtő idő, elpazarolt idő stb.

Az időgazdálkodás alapelvei Időrabló tényezők: halogatás, félbeszakítás, párhuzamos munkavégzés, a rendszer hiánya

Az idő hatékonyságának növelése: munkaidő-fényképezés, az időrabló tényezők leépítése, hatékony munkastílus kialakítása, a kapcsolatok optimalizálása, célkitűzés, hatékony munkaszervezés, a munkafeladatok delegálása, önérdék-érvényesítés, fegyelem, a plusz- idők kihasználása, az energiaszint növelése, jutalmazás stb.

A hatékony időgazdálkodás tárgyi eszközei

Időtényezők a titkári munkában Időgazdálkodás, munkaszervezés a titkári munkakörben: – személyes időmenedzsment: – a munkafeladatok minősítése (fontos–sürgős elvek mentén) – prioritások felállítása, – checklisták készítése, – időterv készítése, – hatékony munkaszervezés: kié a munka? – végrehajtás, rugalmasság – határidő-nyilvántartás – a vezető és a titkár idejének, munkafeladatainak összehangolása

Vezetési és projektismeretek

A vezetés, irányítás fogalmának tisztázása

Vezetői tevékenységek: tervezés, szervezés, koordinálás, motiválás, ellenőrzés

Vezetési stílusok Szervezeti formák, szervezeti kultúra

A projekt fogalma, típusai, csoportosítása

A projekt folyamata: a koncepció kialakítása (ötlet), elemzés, tervezés, végrehajtás megvalósítás, ellenőrzés A projektben részt vevők (projektgazda, szponzor,

projektvezető, tanácsadók, aktív tagok); feladatleosztás, felelősség-meghatározás; külső közreműködői szervezetek; külső és belső érdekcsoportok

Kommunikáció a titkári munkában

Munkahelyi irodai kapcsolatok

A munkahelyi szervezet fogalma, jellemzői

Szervezeti formák

Munkahelyi elvárások a vezetés és a beosztottak részéről

A munkahelyi kommunikáció csatornái, eszközei

A munkahelyi kommunikáció síkjai

Viselkedés munkahelyi környezetben: társas befolyásolás, azonosulás, behódolás, internalizáció, munkahelyi szerepek (szerepelvárás, -felfogás, -megfelelés)

Munkahelyi kapcsolatok: vezető(k)-titkár, munkatársak, beosztottak, ügyfelek, partnerek, hatóság stb.

Kapcsolattartási szabályok, előírások; értelmezésük, betartásuk, be nem tartásuk következményei

Munkahelyi csoportok; csoportjellelmezők; csoportalkotási szabályok

Beilleszkedés, befogadás a munkahelyi csoportba A csapatmunka, teammunka fogalma, jellemzői, előnyei-hátrányai; elvárások, megfelelések, tudásmegosztás, felelősség stb. a teammunka

Protokoll az irodában

A viselkedéskultúra alapfogalmai: illem, etikett, protokoll A hivatali, üzleti protokoll alapfogalmai, alkalmazásának területei

Az üzleti élet viselkedéskultúrájának alapjai: köszönés, bemutatkozás, bemutatás, megszólítás, társalgás A névjegykártya szerepe a kapcsolattartásban, formái, használatának módja

Öltözködés, megjelenés a titkári munkakörben

Hivatali, üzleti találkozók protokollja: meghívás, vendégfogadás, vendéglátás, rangsorolás, ültetési szabályok, ajándékozás, reprezentáció

Titkári kapcsolatok protokollja

Nemzetközi protokoll Nemzetközi üzleti színterek, események Nemzetközi kulturális különbségek

Kulturális szokások Interkulturális érzékenység

Nyelvi különbségek és ezek áthidalása

Nemzetközi delegáció fogadása

Látogatás, tárgyalás külföldi partnereknél

Üzleti protokoll nemzetközi eseményeken

Protokoll a diplomáciában

Nemzetközi üzleti etika Etikett és protokoll sajátosságai az egyes kultúrákban
Tárgyalástechnika

A tárgyalás fogalma; a tárgyalások hibái A tárgyalások típusai A tárgyalás előfeltételei A tárgyalás személyi feltételei A csoportos (delegációs) tárgyalás jellemzői A tárgyalás folyamata; előkészületei

A tárgyalás interaktív szakasza; a tárgyalási stílus

A tárgyalást segítő kérdezéstechnika

A kommunikáció hatékonyságának feltételei a tárgyalás folyamán

A kommunikációt zavaró egyéb tényezők a tárgyalás folyamán

Tárgyalási eszközök és technikák: alku és kockázatvállalás, őszinteség és megtévesztés, hazugság és leleplezés, jóhiszeműség és bizalom, fenyegetés, ígéret A meggyőzés folyamata és eszközei; érvek A tárgyalás lezárása, utógondozása

Tárgyalások kulturális (nemzetközi) jellemzői

Tárgyalási protokoll

Marketingkommunikáció

A marketingkommunikáció fogalma, területei

A marketingkommunikáció hatékony eszközei (ATL-, BTL-eszközök)

A promóció fogalma, céljai, eszközei

Direkt marketing fogalma, jellemzői, alkalmazási területei

A vásárok, kiállítások, megjelenések szerepe az üzleti kommunikációban

A reklám fogalma, csoportosítása, jellemzői; alkalmazási területek

Hatásos reklámeszközök, reklámhordozók

A vásárlók könyvének kommunikációs hatása

A PR fogalma, céljai, területei (a szervezet külső, belső PR-ja), szerepe a marketingkommunikációban

Ügyfélkapcsolat a titkári munkában; az ügyfél-elégedettség mérése, funkciója, technikái

Az arculettervezés fogalma, eszközei (cégmegjelenés [személyi képviselet], tárgyi eszközök [logó, névjegykártya, levélpapír, weblap, digitális megjelenés, applikációk])

A sajtó, média szerepe a marketingkommunikációban

A minőségbiztosítás, minőségirányítás elemei, hatékonyságmérés a titkári munkában

Vállalkozási ismeretek

1. **Vállalkozási formák**, ismétlés
 - ev, kkt, bt, kft, zrt, nyrt sajátosságai
2. **Vállalkozások működése és megszűnése**
 - KKV-szektor, innováció, befektetett eszközök, beruházások, amortizáció
3. **Készletgazdálkodás és logisztikai rendszer**
 - logisztika, logisztikai rendszerek, készletek, készletgazdálkodás
4. **Gazdálkodás és gazdaságosság**
 - eszközök, ráfordítások, eredménykimutatás, jövedelmezőség, vállalkozás válsága, vállalkozás megszűnése
5. **A vállalkozás stratégiája**
 - Személyi jövedelemadó, társasági adó, járulékok, helyi adók.
 - Elektronikus bevallás gyakorlata, NAV rendszerek használata.
6. **Vállalkozások pénzügyi döntései**
 - rövid és hosszútávú döntések
7. **Vállalkozások finanszírozása**
 - finanszírozási stratégiák, külső-belső finanszírozás

Szövegbevitel és dokumentumszerkesztés

Táblázatok készítése

Az irodai munka tartalmához kapcsolódóan egy táblázatkezelő program alapfunkcióinak alkalmazása

A titkári munkában jellemző dokumentumok (táblázatok, diagramok): listák, nyilvántartások, jelenléti ívek, eredménykimutatás stb. elkészítése

Prezentációkészítés A prezentációkészítés jelentősége a titkári munkában A prezentációkészítés lépései /prezentáció készítése/

A weblapkészítés alapjai

Honlapkészítési alapfogalmak A weblapok funkciója, szerkezeti felépítése, HTML-kódok Bekezdések, felsorolások Táblázatok Képek használata Hivatkozások A weblapkészítés gyakorlata

Levelezés a titkári munkában Nyomtatott dokumentumok (papírfajták, Postai nyomtatványok kitöltése (tértivevény, feladóvevény, meghatalmazás stb.)

Egyszerű ügyiratok fogalmazása

Hírközlő iratok (hirdetés, tájékoztatás, értesítés, felszólítás, felhívás, meghívó) nyelvi, tartalmi és formai jellemzői, elkészítése

Belső, szervezeti iratok (emlékeztető, feljegyzés, jelentés, beszámoló, körlevél stb.) nyelvi, tartalmi és formai jellemzői Iratkészítési gyakorlatok, belső iratok fogalmazása megadott információk alapján

Gyakori iratok nyomtatványainak kitöltése kézzel, számítógéppel; sablonok alapján

Levelezés az üzleti életben

A hivatalos szervekkel való kapcsolattartás iratai, azok elkészítése, fogalmazása

A gazdasági, kereskedelmi, üzleti tevékenységgel összefüggő levelek készítése, fogalmazása

Nyomtatványok a közigazgatás, a munkaügy és az üzleti élet levelezésének köréből

Komplex levélgyakorlatok szövegszerkesztési feladatokkal

Nyomtatványok, űrlapok kitöltése, készítése

Körlevélkészítés

Közlekedés és szállítmányozás ágazat (PTT: 2020)

9. évfolyam

Munkavállalói ismeretek

Álláskeresés

Karrierlehetőségek feltérképezése: önismeret, reális célkitűzések, helyi munkaerőpiac ismerete, mobilitás szerepe, szakképzések szerepe, képzési támogatások (ösztöndíjak rendszere), ismerete.

Álláskeresési módszerek: újsághirdetés, internetes álláskereső oldalak, személyes kapcsolatok, kapcsolati hálózat fontossága

Hagyományos és az amerikai önéletrajz készítése. Motivációs levél írása. Részvétel az állásinterjún.

Munkajogi alapismeretek

Foglalkoztatási formák: munkaviszony, megbízási jogviszony, vállalkozási jogviszony, közalkalmazotti jogviszony, közszolgálati jogviszony

A tanulót érintő szakképzési munkaviszony lényege, jelentősége

Atipikus munkavégzési formák a munka törvénykönyve szerint: távmunka, bedolgozói munkaviszony, munkaerő-kölcsönzés, egyszerűsített foglalkoztatás (mezőgazdasági, turisztikai idegymunka és alkalmi munka)

Speciális jogviszonyok: önfoglalkoztatás, iskolaszövetkezet keretében végzett diákmunka, önkéntes munka

Munkaviszony létesítése

Felek a munkajogviszonyban. A munkaviszony alanyai

A munkaviszony létesítése. A munkaszerződés. A munkaszerződés tartalma.

A munkaviszony kezdete létrejötte, fajtái. Próbaidő

A munkavállaló és munkáltató alapvető kötelezettségei

A munkaszerződés módosítása

Munkaviszony megszűnése, megszüntetése

Munkaszerződés készítése megadott adatok alapján

Munkaidő és pihenőidő

A munka díjazása (minimálbér, garantált bérminimum)

Munkanélküliség

Nemzeti Foglalkoztatási Szolgálat (NFSZ). Álláskeresőként történő nyilvántartásba vétel

Az álláskeresési ellátások fajtái.

Álláskeresők számára nyújtandó támogatások (vállalkozóvá válás, közfoglalkoztatás, képzések, utazásiköltség-támogatások)

Szolgáltatások álláskeresőknek (munkaerő-közvetítés, tanácsadás)

Európai Foglalkoztatási Szolgálat (EURES)

Digitális alkalmazások

Munkavédelmi ismeretek

A munkavédelem lényege és területei

A munkahelyek kialakításának általános szabályai

A munkahelyek kialakítása az ügyintézői, ügyviteli munkakörökben Alapvető feladatok a tűz megelőzése érdekében

Tízujjas, vakon gépelés

Tízujjas vakírással a betűk, számok, jelek és kezelőbillentyűk kapcsolása a homogén gát- lás pszichológiai elvének érvényesítésével

Szócsoportok, sorok, mondatok és összefüggő szövegek másolása sortartással A jelek szabályai

A kiemelési módok önálló meghatározásának gyakorlása a szövegösszefüggés ismerve alapján

A gépelt levél adott időszakban érvényes szabályai

Levelezés és iratkezelés

Az egyszerű ügyiratok fajtái (nyugta, elismervény, meghatalmazás stb.)

A beadványok (kérvény, kérelem, fellebbezés stb.)

A pályázati dokumentumok, nyomtatványok, irat- és szerződésminták értelmezése

Munkaviszonyjal kapcsolatos levelek (önéletrajz, pályázat, munkaszerződés stb.)

Vizsgafeladat: Tízperces másolás

Követelmény: 800 leütés/perc

Hivatalos irat készítése

A tantárgy tanításának fő célja

A tanulók magabiztosan használják a digitális eszközöket, a számítógép billentyűzetét, legyenek képesek dokumentumok megnyitására, mentésére, nyomtatására, tabulálására, a betűtípus megválasztására. Ismerjék a levelek formai kialakításának szokásait, a kiemelési módokat.

Képesek legyenek ügyiratok kitöltésére és készítésére, hivatalos levelek formai és tartalmi megfogalmazására, az irodatechnikai eszközök használatára. Alkalmazzák a tízujjas, vakon gépelésen alapuló helyes írástechnikát. Képesek legyenek szakmai szöveg másolására, a szövegszerkesztővel történő adatbevitelre, a táblázatkezelő használatára, önállóan egyszerű hivatalos levél elkészítésére. Ismerjék az online kommunikációt biztosító szolgáltatásokat.

A képzés javasolt helyszíne: számítógépterem.

A tantárgy témakörei:

Munkavédelmi ismeretek

A munkavédelem lényege és területei

A munkahelyek kialakításának általános szabályai

A munkahelyek kialakítása az ügyintézői, ügyviteli munkakörökben Alapvető feladatok a tűz megelőzése érdekében

Tízujjas, vakon gépelés

Tízujjas vakírással a betűk, számok, jelek és kezelőbillentyűk kapcsolása a homogén gát- lás pszichológiai elvének érvényesítésével

Szócsoportok, sorok, mondatok és összefüggő szövegek másolása

sortartással A jelek szabályai

A kiemelési módok önálló meghatározásának gyakorlása a szövegösszefüggés ismerve alapján

A gépelt levél adott időszakban érvényes szabályai

Levelezés és iratkezelés

Az egyszerű ügyiratok fajtái (nyugta, elismervény, meghatalmazás stb.)

A beadványok (kérvény, kérelem, fellebbezés stb.)

A pályázati dokumentumok, nyomtatványok, irat- és szerződésminták értelmezése

Munkaviszonnyal kapcsolatos levelek (önéletrajz, pályázat, munkaszerződés stb.)

Kommunikáció

Kapcsolatok a mindennapokban

- A viselkedéskultúra alapjai, az illem, az etikett és a protokoll értelmezése
- A köszönés, megszólítás, bemutatkozás, bemutatás, társalgás, vita,
- A konfliktus fogalma, konfliktusmegoldás fogalmának bemutatása és gyakorlati alkalmazása, elmélyítése a kulturált viselkedésben.
- A mindennapi, a hivatali és az alkalmi öltözködés megismerése.
- Gasztronómiai alapismeretek, alapelvárások megismerése

A munkahelyi kapcsolattartás szabályai

- Pontos munkavégzés, csoportközi viszonyok, a vezető és beosztott viszonya, generációs problémák a munkahelyen, azok kezelése
- A társasági élet speciális formái (névjegy és névjegyhasználat, telefonhasználat, dohányzás, ajándékozás) és gyakorlati alkalmazásuk, lehetőleg életközeli helyzetekben

Kommunikációs folyamat

- A kommunikáció alapfogalmai, a kommunikáció fajtái, tényezői, modellje
- A verbális jelek, nem verbális jelek, a kommunikációs kapcsolatok, az írásbeli és szóbeli kommunikáció fajtái

- A kommunikációs zavarok, kommunikációs technikák gyakorlása

Ön-és társismeret fejlesztése

- Önelemzés, önkifejezés, érzések, érzelmek, gondolatok kifejezése
- A kommunikációs stílusok használata
- A hatékony, sikeres kommunikáció akadályai, konfliktuskezelés

Vizsgafeladat: írásbeli kérdések az adott témakörökből

Gazdasági ismeretek

I. A háztartás gazdálkodása

1. Háztartás és család fogalma
2. Időgazdálkodás a háztartásokban
3. Munkamegosztás fogalma, fajtái
4. A háztartások bevételei
5. A háztartás kiadásai
6. A háztartás költségvetése
7. A költségvetés egyenlegei
8. A megtakarítás szerepe a háztartások életében
9. A megtakarítás fogalma, célja, fajtái
10. A hitel szerepe a háztartások gazdálkodásában
11. A hitel fogalma, célja, fajtái
12. A bruttó és nettó jövedelem értelmezése

II. Gazdasági alapfogalmak

1. Szükséglet és igény fogalma
2. A szükségletek fajtái, csoportosítása
3. A szükségletek hierarchiája (Maslow piramis)
4. A javak fogalma, fajtái, csoportosítása
5. Termelési tényezők fajtái, jellemzői, jövedelmeik
6. A gazdasági szűkösség
7. A gazdaság szereplői
8. A piac fogalma, elemei
9. A vállalat piaci kapcsolatai
10. A háztartás piaci kapcsolatai
11. A gazdasági körforgás

10. évfolyam

Gazdasági ismeretek

I. félév

A makroökonómia fogalma, a makrogazdaság szereplői, makroökonómiai körforgás

Az állam fogalma, feladatai, gazdasági szerepe, az állami költségvetés

Az adó fogalma, csoportosítása

A monetáris politika

A makrogazdaság mutatói (GDP, NDP, GNI, NNI)

A jog fogalma, funkció, jogforrások és hierarchiájuk

A jogalkotás, a jogszabályok, a jogszabályok érvényessége és hatályossága

II. félév

Fogyasztóvédelem, a fogyasztók jogai, jótállás, szavatosság, termékfelelősség

A marketing alapfogalmai

Piaci szegmentáció
Szlogen, logó, márka
Marketingstratégia
Marketingmix (4P, 7P)
Kereskedelempolitika fogalma, irányzatai, eszközei
Gazdasági integrációk, szubvenciók, árfolyampolitika, vámok
Szabadpiaci övezet, vámunió, szabadkereskedelmi övezet, közös piac, gazdasági unió
Az Európai Unió fejlődése és működése

Vállalkozások működtetése

- A gazdálkodási folyamat
- A gazdálkodási folyamat elemei
- A beszerzési folyamat, a beszerzés fogalma fajtái
- A beszerzési ár képzése
- Számítási feladatok a beszerzéssel kapcsolatban
- A leltár fogalma és számítása
- A termelési folyamat
- Az értékesítési folyamat, az értékesítés fogalma
- Az eladási ár felépítése
- Az árbevétel, kiadás, költség fogalma
- A költségek csoportosítása
- Költségnemek szerinti csoportosítás
- Költségek felmerülési helyük szerint
- Költségek a termelési folyamattal való kapcsolatuk szerint
- Közvetett és közvetlen költségek
- Állandó és változó költségek
- A költségelemzés módszerei
- Az önköltségszámítás alapelvei
- A vállalkozás eredményének fogalma és fajtái, keletkezésének folyamata
- Az eredmény elemzése, az eredménykimutatás
- Az árak szerepe a gazdasági döntésekben
- A statisztika fogalma, ágai
- A statisztikai sokaság fogalma, fajtái, jellemzői
- A statisztikai ismérv és fajtái
- Az információk forrásai, az információszerzés eszközei
- A statisztikai sor fogalma, fajtái, készítésének szabályai
- A statisztikai tábla fogalma, típusai
- Statisztikai táblák készítése
- Statisztikai adatok ábrázolása
- A viszonyszámok csoportosítása
- A dinamikus viszonyszámok: a bázis- és a láncviszonyszám
- A megoszlási viszonyszám

- A középértékek és alkalmazásuk
- A számtani átlag
- A súlyozott számtani átlag
- A mértani átlag

Digitális alkalmazások

Számítógépes dokumentumokat megnyit, ment, nyomtat

Megadott szempontok szerint szövegszerkesztő szoftverrel dokumentumot formáz

Táblázatokat, diagramokat készít

Prezentációt készít

Információkat keres az interneten, kiválasztja és feldolgozza azt

Tíz perc alatt legalább 1200 leütés terjedelmű összefüggő szöveget másol

A levél fajtái, formája

A közigazgatási szervek levelei: az értesítés, meghívó, igazolás, engedély

Üzleti levelek fajtái: érdeklődő, tájékoztató, ajánlatkérés, ajánlat, megrendelés, megrendelés visszaigazolása, adásvételi szerződés, a teljesítés zavarai

Üzleti levelek készítése, formába öntése a megadott információ alapján

Használja saját és a vállalkozás ügyeinek intézéséhez rendelkezésre álló ügyfélkapu és online szolgáltatásokat

Megadott szempontok szerint iratkezelés és levelezési feladatokat végez.

Vizsgafeladat: 10 perces másolás Követelmény: 1200 leütés

Üzleti levél formába öntése megadott információk alapján az üzleti levél szabályainak megfelelően

Kommunikáció

- Kommunikáció fogalma, jelentősége
- Kommunikáció általános modellje
- Metakommunikáció
- Az írásbeli kommunikáció

11. évfolyam

Közlekedés

- A közlekedés alapfogalmai
- A közlekedés története
- A közlekedési alágazatok átfogó jellemzése
- A közlekedésbiztonság

- Az egyes közlekedési alágazatok hatása a környezetre
- A vasúti közlekedés technikája és üzemvitele
- A közúti közlekedés technikája és üzemvitele

Szállítmányozás

I. félév

A kereskedelempolitika fogalma, feladata, irányzatai

A külkereskedelem fogalma, résztvevői, ügyletei

Fizetési eszközök (valuta, deviza, mesterséges eszközök)

Szokások és szokványok a nemzetközi kereskedelemben

II. félév

Teljesítést igazoló okmányok

A hatályos Vámkódex

Az áru vám elé állítása, behozatal, kivitel

Vámokmányok

Vámérték

Ügyleti érték

Logisztika

- A logisztika fogalma, küldetése: 9M
- A logisztikai rendszer: mikro-, makro és metalogisztika
- A logisztikai szemlélet jellemzői
- Visszutas (reverz) logisztika
- City logisztika
- A logisztikai szolgáltató központok
- A kiszolgálási színvonal fogalma és mutatói
- Kiszolgálási színvonal politika kialakítása
- Teljes költség koncepció
- Ellátási lánc fogalma, szereplői
- Beszerzési logisztika fogalma, céljai
- Beszerzési folyamat lépései
- A szállítói kapcsolattartás modelljei: versenyeztető és együttműködő modell
- Szállítóértékelés módszerei

Raktározás

- Raktárak helye, szerepe
- Az ellátási lánc fogalma, jellemzői
- A raktározás helye az ellátási láncban

- Raktárak nemzetgazdasági ágak szerinti csoportosítása
- Ipari, mezőgazdasági és kereskedelmi raktárak
- Raktárak csoportosítása építészeti jellemzők és tulajdonviszonyok alapján
- Raktárak helyének meghatározása, számolási módszerek
- A súlyozott pontszám módszer a raktár helyének meghatározásában
- Gravitációs központ módszer
- A szállítási teljesítmény módszer
- A raktárakkal szembeni elvárások, követelmények
- A raktárak funkcionális és térbeli elhelyezkedése
- Kihelyezett raktárak elhelyezkedése, feladatai
- Centralizált és decentralizált raktárak jellemzői a beszerzésben és az értékesítésben
- Raktárak csoportosítása a tárolt áru jellege szerint
- A cross docking rendszer
- Raktározási folyamatok
- A raktározás költségei
- A raktártechnológia és összetevői
- Raktári folyamat modulok, a raktári folyamatok modellje
- Az áruátvétel fajtái, folyamata
- A mennyiségi és minőségi áruátvétel típusai és műveletei
- Tárolási egység képzése, előkészítés a betárolásra
- Az ömlesztett anyagok tárolás jellemzői
- Tárolási rendszerek formái, kialakítása, működése (kötött és szabadhelyes tárolás)
- Állványos, állvány nélküli, statikus, dinamikus tárolás
- A szabványos rakodólapok méretei és terhelhetősége
- Kommissiózás fajtái, részfolyamatai
- Az egy és kétlépcsős kommissiózás
- Bizonylat nélküli kommissiózás
- Kiszedési jegyzék készítése kétlépcsős kommissiózással
- Az expediálás fogalma, feladatai
- Raktári anyagmozgató gépek - folyamatos és szakaszos működésű
- Raktári anyagmozgató gépek fajtái - képeken történő szemléltetés
- Számítási feladatok anyagmozgatás témakörből
- A raktárirányítás feladatai
- A készletmozgás, készletnyilvántartás bizonylatai
- A leltározás fogalma, típusai, okmányai
- A leltározás folyamata
- A selejtezés fogalma, feladatai, okmányai
- A leértékelés fogalma, okai, okmányai
- Az élelmiszerek tárolásának jellemzői (higiéniai és klimatikus követelmények, élelmiszer-biztonság)
- A veszélyes áruk fogalma, tulajdonságai, szimbólumai, jelölési rendszere, H- és P-mondatok

- A csomagolás szerepe, funkciója, megjelenési formái: (fogyasztói, gyűjtő, fuvarozói és egységgrakományok – javasolt gyakorlati helyszínen)
- A vonalkód kódolása és ellenőrző számának kiszámítása

12. évfolyam

Közlekedés

- A vízi közlekedés pályája
- A hajók szerkezete, jellemző méretei
- A kereskedelmi hajók típusai
- Dokkok, hajókiemelés
- Hajózási módok
- A légi közlekedés pályája, járművei
- A légi közlekedés kiszolgálólétesítményei
- A repülőterek
- Az áru fuvarozási folyamat

Logisztika

- Termelési logisztika fogalma
- Előállítási folyamatok típusai
- A termelési folyamatok típusai
- Az aggregált tervezés, A vezérprogram létrehozása
- Anyagszükséglet tervezés MRP
- Az MRP működésének inputjai és logikája
- MRP számítás
- Termelésütemezéssel kapcsolatos feladatok
- Disztribúció fogalma, disztribúciós struktúrák és azok jellemzői
- Közvetett és közvetlen disztribúciós rendszer
- DRP jelentése, fogalma és számolási feladat megoldása

Raktározás

- Raktári mutatószámok: Matematikai, fizikai alapok
- Terület és térfogatszámítás valamint százalékszámítás
- Számtani, mértani, súlyozott és kronologikus átlagszámítás
- Mértékegységek átváltása (hosszúság, terület, tömeg, térfogat, űrtartalom)
- Az áruk nettó, bruttó árának és az általános forgalmi adó mértékének kiszámítása
- A vonalkód kódolása és ellenőrző számának kiszámítása
- A kiszolgálási színvonal mérése a raktározásban; A mutatószámok fogalma és csoportosítása

- A raktár statikus kapacitása és összetevői
- A statikus kapacitás mutatók használatával kapcsolatos feladatok gyakorlása
- Az egy- és kétlépcsős kommissiózás mennyiségének számítása
- Az anyagmozgató gépek anyagáramlási erősségének és intenzitásának számítása
- Az átbocsátóképesség és az átbocsátóképesség kihasználása mutatók
- A dinamikus kapacitás mutatók használatával kapcsolatos feladatok gyakorlása
- Mutatószámok: rendelkezésre állás, időbeli pontosság, összetételbeli pontosság, rugalmassági mutató
- Forgási idő vagy forgási sebesség időben mutató jelentése és számítása

Szállítmányozás

I. félév

A szállítmánybiztosítás

Vasúti áru fuvarozás

Közúti áru fuvarozás

II. félév

Vízi áru fuvarozás

Légi áru fuvarozás

Veszélyes áruk fuvarozása

Csomagolási előírások

Közlekedésföldrajz

- Hazai nemzetközi személyszállításban és/vagy áruszállításban résztvevő repülőterek
- Európa és a világ legjelentősebb reptereinek bemutatása
- Vízi szállítás előnyei-hátrányai
- Hajózási útvonalak-tengeri és óceáni
- Európa legjelentősebb folyami és tengeri kikötői
- Duna-Majna-Rajna csatorna bemutatása
- Magyarország vízi közlekedése
- Hazánk és az európai térség jelenlegi csővezeték-hálózatának kialakulása
- A kőolaj és földgáz csővezeték-hálózatának kiépítésének előnyei és hátrányai

13. évfolyam

Logisztika

- A logisztika fogalma, küldetése: 9M
- A logisztikai rendszer: mikro-, makro és metalogisztika
- Visszutas (reverz) logisztika

- A kiszolgálási színvonal fogalma és mutatói
- Kiszolgálási színvonal politika kialakítása
- Teljes költség koncepció
- Ostorcsapás-effektus
- Készletezési logisztika
- Készletek fogalma, csoportosítása
- Gazdaságos rendelési tétel nagyság fogalma, számítása
- ABC elemzés számítása
- Készletértékelési eljárások: FIFO, LIFO, HIFO és egyéb elvek
- Beszerzési folyamat lépései
- A szállítói kapcsolattartás modelljei: versenyeztető és együttműködő modell
- Szállítóértékelés módszerei
- A termelési folyamatok típusai
- Az aggregált tervezés, A vezérprogram létrehozása
- Anyagszükséglet tervezés MRP
- Az MRP működésének inputjai és logikája
- MRP számítás
- Termelésütemezés – prioritásos módszerrel és Johnson-szabály
- Disztribúció fogalma, disztribúciós struktúrák és azok jellemzői
- Közvetett és közvetlen disztribúciós rendszer
- DRP jelentése, fogalma és számolási feladat megoldása
- A minőség fogalma, jellemzői, értelmezése a gyártási és logisztikai folyamatokban
- A jóállás, szavatosság és a termékfelelősség fogalma és jellemzői
- A szabvány fogalma, rendszerei és jelölése, a szabványoknak való minőségi megfelelés
- Az ISO 9000 szabvány szerinti minőségmenedzsment fogalma, szabványai, alapelvei, tanúsításának módjai
- A teljes körű minőségmenedzsment (TQM) célja, alapvető részei
- A lean menedzsment célja, filozófiai alapelvei, jellemzői, a veszteségforrások (muda) típusai
- A PDCA-elv
- Kaizen-tevékenység
- Ok-okozati elemzés (Ishikawa-diagram)
- Logisztikai szolgáltatások minőségi mutatóinak számítása
- A vállalati információs rendszer és a logisztika
- Kommunikáció a szervezetek között: EDI, Áruazonosító és nyomkövetési rendszerek

Munkavállalói angol nyelv

- Álláskereső: Szakmák, végzettségek, munkakörök megnevezés, beszámoló a szakmai gyakorlatról
- Önéletrajz, motivációs levél: rövid motivációs levél és önéletrajz megírása

- Small Talk: társalgás általános témakörökről, kérdés felvetés és válaszadás, pl. időjárás, szabadidő, család, hobbi, közlekedés, utazás
- Állásinterjú: bemutatkozás, erősségek, gyengeségek, online video helyzet vagy rögtönzött interjú szituáció

Munkavállalói német nyelv

- Álláskeresés: Szakmák, végzettségek, munkakörök megnevezés, beszámoló a szakmai gyakorlatról
- Önéletrajz, motivációs levél: rövid motivációs levél és önéletrajz megírása
- Small Talk: társalgás általános témakörökről, kérdés felvetés és válaszadás, pl. időjárás, szabadidő, család, hobbi, közlekedés, utazás
- Állásinterjú: bemutatkozás, erősségek, gyengeségek, online video helyzet vagy rögtönzött interjú szituáció

Raktározás

- Az élelmiszerek tárolásának jellemzői (higiéniai és klimatikus követelmények, élelmiszer-biztonság)
- A veszélyes áruk fogalma, tulajdonságai, szimbólumai, jelölési rendszere, H- és P-mondatok
- A veszélyes áruk ellenőrzési rendje a raktározási folyamatban
- A raktár munkavédelmi és balesetelhárítási feladatai
- Tűzvédelmi feladatok és eszközök a raktárban, Tűzvesélyességi osztályok
- Raktár környezetvédelmi előírásai
- Raktári tájékoztató és figyelmeztető feliratok
- Raktári tárolóeszközök ellenőrzése és karbantartása
- Az emelőgép biztonsági szabályzatának elemei
- A raktári mérőeszközök hitelesítésének típusai és feladatai
- A kalibrálás és hitelesítés összehasonlítása
- A gyógyszerek tárolásának, nyilvántartásának követelményei, ellenőrzésének
- A raktárirányítás információs rendszere
- A raktárnyilvántartás számítógépes rendszere
- Raktárkezelő szoftver használata
- A vonalkód kódolása és ellenőrző számának kiszámítása

Szállítmányozás

I. félév

Vasúti járműtípusok, műszaki adatok

Rakodási terv
Vasúti díjszabás, fuvardíjak
Refakciák

Közúti járműtípusok, műszaki adatok
Rakodási terv
Közúti díjszabás, fuvardíjak
Útdíjak

A közúti gyűjtőforgalom, gyűjtőraktárak
Fuvardíj számítás

II. félév

Légi árutovábbítás, díjszabás, fuvardíjkalkuláció
Légi közlekedés infrastruktúrája

Belvízi közlekedés infrastruktúrája, díjszabás, fuvardíjkalkuláció
Nemzetközi folyami árutovábbítás, díjszabás, fuvardíjkalkuláció

A tengerentúli árutovábbítás, infrastruktúra, fuvardíjkalkuláció
A tengerentúli árutovábbítás okmányai

Multimodális és kombinált árutovábbítási rendszerek
Multimodális és kombinált árutovábbítás fuvardíjkalkulációja
Rakodási egységek a kombinált árutovábbításban: rakodólap, csereszekrény, félpótkocsi,
konténer

Kereskedelem ágazat (PTT: 2020)

9. évfolyam

Munkavállalói ismeretek (9. évfolyam)

Álláskeresés

Karrierlehetőségek feltérképezése: önismeret, reális célkitűzések, helyi munkaerőpiac ismerete, mobilitás szerepe, szakképzések szerepe, képzési támogatások (ösztöndíjak rendszere), ismerete.

Álláskeresési módszerek: újsághirdetés, internetes álláskereső oldalak, személyes kapcsolatok, kapcsolati hálózat fontossága

Hagyományos és az amerikai önéletrajz készítése. Motivációs levél írása. Részvétel az állásinterjún.

Munkajogi alapismeretek

Foglalkoztatási formák: munkaviszony, megbízási jogviszony, vállalkozási jogviszony, közalkalmazotti jogviszony, közszolgálati jogviszony

A tanulót érintő szakképzési munkaviszony lényege, jelentősége

Atipikus munkavégzési formák a munka törvénykönyve szerint: távmunka, bedolgozói munkaviszony, munkaerő-kölcsönzés, egyszerűsített foglalkoztatás (mezőgazdasági, turisztikai időnyomunka és alkalmi munka)

Speciális jogviszonyok: önfoglalkoztatás, iskolaszövetkezet keretében végzett diákmunka, önkéntes munka

Munkaviszony létesítése

Felek a munkajogviszonyban. A munkaviszony alanyai

A munkaviszony létesítése. A munkaszerződés. A munkaszerződés tartalma.

A munkaviszony kezdete létrejötte, fajtái. Próbaidő

A munkavállaló és munkáltató alapvető kötelezettségei

A munkaszerződés módosítása

Munkaviszony megszűnése, megszüntetése

Munkaszerződés készítése megadott adatok alapján

Munkaidő és pihenőidő

A munka díjazása (minimálbér, garantált bérminimum)

Munkanélküliség

Nemzeti Foglalkoztatási Szolgálat (NFSZ). Álláskeresőként történő nyilvántartásba vétel

Az álláskeresési ellátások fajtái.

Álláskeresők számára nyújtandó támogatások (vállalkozóvá válás, közfoglalkoztatás, képzések, utazásiköltség-támogatások)

Szolgáltatások álláskeresőknek (munkaerő-közvetítés, tanácsadás)

Európai Foglalkoztatási Szolgálat (EURES)

Digitális alkalmazások

Munkavédelmi ismeretek

A munkavédelem lényege és területei

A munkahelyek kialakításának általános szabályai

A munkahelyek kialakítása az ügyintézői, ügyviteli munkakörökben Alapvető feladatok a tűz megelőzése érdekében

Tízujjas, vakon gépelés

Tízujjas vakírással a betűk, számok, jelek és kezelőbillentyűk kapcsolása a homogén gát- lás pszichológiai elvének érvényesítésével

Szócsoportok, sorok, mondatok és összefüggő szövegek másolása sortartással A jelek szabályai

A kiemelési módok önálló meghatározásának gyakorlása a szövegösszefüggés ismerve alapján

A gépelt levél adott időszakban érvényes szabályai

Levelezés és iratkezelés

Az egyszerű ügyiratok fajtái (nyugta, elismervény, meghatalmazás stb.)

A beadványok (kérvény, kérelem, fellebbezés stb.)

A pályázati dokumentumok, nyomtatványok, irat- és szerződés minták értelmezése

Munkaviszonynal kapcsolatos levelek (önéletrajz, pályázat, munkaszerződés stb.)

Vizsgafeladat: Tízperces másolás

Követelmény: 800 leütés/perc

Hivatalos irat készítése

A tantárgy tanításának fő célja

A tanulók magabiztosan használják a digitális eszközöket, a számítógép billentyűzetét, legyenek képesek dokumentumok megnyitására, mentésére, nyomtatására, tabulálására, a betűtípus megválasztására. Ismerjék a levelek formai kialakításának szokásait, a kiemelési módokat.

Képesek legyenek ügyiratok kitöltésére és készítésére, hivatalos levelek formai és tartalmi megfogalmazására, az irodatechnikai eszközök használatára. Alkalmazzák a tízujjas, vakon gépelésen alapuló helyes írástechnikát. Képesek legyenek szakmai szöveg másolására, a szövegszerkesztővel történő adatbevitelre, a táblázatkezelő használatára, önállóan egyszerű hivatalos levél elkészítésére. Ismerjék az online kommunikációt biztosító szolgáltatásokat.

A képzés javasolt helyszíne: számítógépterem.

A tantárgy témakörei:

Munkavédelmi ismeretek

A munkavédelem lényege és területei

A munkahelyek kialakításának általános szabályai

A munkahelyek kialakítása az ügyintézői, ügyviteli munkakörökben Alapvető feladatok a tűz megelőzése érdekében

Tízujjas, vakon gépelés

Tízujjas vakírással a betűk, számok, jelek és kezelőbillentyűk kapcsolása a homogén gát- lás pszichológiai elvének érvényesítésével

Szócsoportok, sorok, mondatok és összefüggő szövegek másolása sortartással A jelek szabályai

A kiemelési módok önálló meghatározásának gyakorlása a szövegösszefüggés ismérvei alapján

A gépelt levél adott időszakban érvényes szabályai

Levelezés és iratkezelés

Az egyszerű ügyiratok fajtái (nyugta, elismervény, meghatalmazás stb.)

A beadványok (kérvény, kérelem, fellebbezés stb.)

A pályázati dokumentumok, nyomtatványok, irat- és szerződésminták értelmezése

Munkaviszonnyal kapcsolatos levelek (önéletrajz, pályázat, munkaszerződés stb.)

Kommunikáció

Kapcsolatok a mindennapokban

A viselkedéskultúra alapjai, az illem, az etikett és a protokoll értelmezése

A köszönés, megszólítás, bemutatkozás, bemutatás, társalgás, vita,

A konfliktus fogalma, konfliktusmegoldás fogalmának bemutatása és gyakorlati alkalmazása, elmélyítése a kulturált viselkedésben.

A mindennapi, a hivatali és az alkalmi öltözködés megismerése.

Gasztronómiai alapismeretek, alapelvárások megismerése

A munkahelyi kapcsolattartás szabályai

Pontos munkavégzés, csoportközi viszonyok, a vezető és beosztott viszonya, generációs problémák a munkahelyen, azok kezelése

A társasági élet speciális formái (névjegy és névjegyhasználat, telefonhasználat, dohányzás, ajándékozás) és gyakorlati alkalmazásuk, lehetőleg életközeli helyzetekben

Kommunikációs folyamat

A kommunikáció alapfogalmai, a kommunikáció fajtái, tényezői, modellje

A verbális jelek, nem verbális jelek, a kommunikációs kapcsolatok, az írásbeli és szóbeli kommunikáció fajtái

A kommunikációs zavarok, kommunikációs technikák gyakorlása

Ön-és társismeret fejlesztése

Önelemzés, önkifejezés, érzések, érzelmek, gondolatok kifejezése

A kommunikációs stílusok használata

A hatékony, sikeres kommunikáció akadályai, konfliktuskezelés

Vizsgafeladat: írásbeli kérdések az adott témakörökből

Gazdasági ismeretek

I. A háztartás gazdálkodása

1. Háztartás és család fogalma
2. Időgazdálkodás a háztartásokban
3. Munkamegosztás fogalma, fajtái
4. A háztartások bevételei
5. A háztartás kiadásai
6. A háztartás költségvetése
7. A költségvetés egyenlegei
8. A megtakarítás szerepe a háztartások életében
9. A megtakarítás fogalma, célja, fajtái
10. A hitel szerepe a háztartások gazdálkodásában
11. A hitel fogalma, célja, fajtái
12. A bruttó és nettó jövedelem értelmezése

II. Gazdasági alapfogalmak

1. Szükséglet és igény fogalma
2. A szükségletek fajtái, csoportosítása
3. A szükségletek hierarchiája (Maslow piramis)
4. A javak fogalma, fajtái, csoportosítása
5. Termelési tényezők fajtái, jellemzői, jövedelmeik
6. A gazdasági szűkösség
7. A gazdaság szereplői
8. A piac fogalma, elemei
9. A vállalat piaci kapcsolatai
10. A háztartás piaci kapcsolatai
11. A gazdasági körforgás

10. évfolyam

Gazdasági ismeretek

1. Az állam fogalma
2. Az állam feladatai
3. Stabilizációs, redistribúciós és allokációs feladatkörök
4. Az állami szerepvállalás változása.
5. Az állami beavatkozás célja, szerepe
6. A gazdasági beavatkozás alapvető területei
7. Az állam gazdálkodása, az államháztartás rendszere
8. A központi költségvetés
9. A központi költségvetés bevételi oldala
10. Az adó fogalma
12. Az adók csoportosítása
13. A központi költségvetés kiadási oldala
14. A központi költségvetés lehetséges eredményei

15. Deficités és szufficités költségvetés jelentése
16. A jog lényege, fogalma
17. A jog funkciói.
18. A jogforrás
19. A jogforrások hierarchiája.
20. Az alaptörvény
21. A törvények és a rendeletek
22. A jogviszony.
23. A jogrendszer felépítés.
24. A jogalkotás, a jogszabályok
25. A jogszabályok érvényessége és hatályossága.
26. Fogyasztóvédelmi alapismeretek
27. A fogyasztók alapvető jogai.
28. A jótállásra vonatkozó tudnivalók
29. A jótállás érvényesítése
30. A szavatosságra vonatkozó tudnivalók
31. A szavatosság érvényesítése
32. A termék felelősségre vonatkozó tudnivalók
33. Fogyasztóvédelmi szervezetek
34. Fogyasztóvédelmi rendelkezések
35. Fogyasztói jogok gyakorlása
36. Marketing alapfogalmak
37. A marketing szerepe a vállalkozásban
38. Marketingstratégia
39. A marketingmix és elemei
40. A nemzetközi gazdasági kapcsolatok szükségessége
41. A nemzetközi munkamegosztás.
42. A kereskedelempolitika fogalma
43. Kereskedelempolitikai irányzatok.
44. A külkereskedelem alapvető formái
45. Nemzetközi elszámolások eszközei.
46. A gazdasági integrációk szerepe és típusai.
47. Az Európai Unió fejlődése és működése.

Vállalkozások működtetése

- A gazdálkodási folyamat
- A gazdálkodási folyamat elemei
- A beszerzési folyamat, a beszerzés fogalma fajtái
- A beszerzési ár képzése
- Számítási feladatok a beszerzéssel kapcsolatban
- A leltár fogalma és számítása
- A termelési folyamat
- Az értékesítési folyamat, az értékesítés fogalma

- Az eladási ár felépítése
- Az árbevétel, kiadás, költség fogalma
- A költségek csoportosítása
- Költségnemek szerinti csoportosítás
- Költségek felmerülési helyük szerint
- Költségek a termelési folyamattal való kapcsolatuk szerint
- Közvetett és közvetlen költségek
- Állandó és változó költségek
- A költségelemzés módszerei
- Az önköltségszámítás alapelvei
- A vállalkozás eredményének fogalma és fajtái, keletkezésének folyamata
- Az eredmény elemzése, az eredménykimutatás
- Az árak szerepe a gazdasági döntésekben
- A statisztika fogalma, ágai
- A statisztikai sokaság fogalma, fajtái, jellemzői
- A statisztikai ismerv és fajtái
- Az információk forrásai, az információszerzés eszközei
- A statisztikai sor fogalma, fajtái, készítésének szabályai
- A statisztikai tábla fogalma, típusai
- Statisztikai táblák készítése
- Statisztikai adatok ábrázolása
- A viszonyszámok csoportosítása
- A dinamikus viszonyszámok: a bázis- és a láncviszonyszám
- A megoszlási viszonyszám
- A középértékek és alkalmazásuk
- A számtani átlag
- A súlyozott számtani átlag
- A mértani átlag

Digitális alkalmazások

Számítógépes dokumentumokat megnyit, ment, nyomtat

Megadott szempontok szerint szövegszerkesztő szoftverrel dokumentumot formáz

Táblázatokat, diagramokat készít

Prezentációt készít

Információkat keres az interneten, kiválasztja és feldolgozza azt

Tíz perc alatt legalább 1200 leütés terjedelmű összefüggő szöveget másol

A levél fajtái, formája

A közigazgatási szervek levelei: az értesítés, meghívó, igazolás, engedély

Üzleti levelek fajtái: érdeklődő, tájékoztató, ajánlatkérés, ajánlat, megrendelés, megrendelés visszaigazolása, adásvételi szerződés, a teljesítés zavarai

Üzleti levelek készítése, formába öntése a megadott információ alapján

Használja saját és a vállalkozás ügyeinek intézéséhez rendelkezésre álló ügyfélkapu és online szolgáltatásokat

Megadott szempontok szerint iratkezelés és levelezési feladatokat végez.

Vizsgafeladat: 10 perces másolás Követelmény: 1200 leütés

Üzleti levél formába öntése megadott információk alapján az üzleti levél szabályainak megfelelően

Kommunikáció

- Kommunikáció fogalma, jelentősége
- Kommunikáció általános modellje
- Metakommunikáció
- Az írásbeli kommunikáció

11. évfolyam

Beszerezési és értékesítési folyamatok

1. A beszerzés fogalma, lépései, szerepe a gazdasági folyamatokban,
2. Beszerzési folyamat lépései
3. Beszerzési szerződés előkészítése
4. Társasági formák különlegességei a beszállítók kiválasztása során
5. Beszállítókiválasztás, a kockázatok minimalizálása
6. Az árajánlatok mennyiségi és minőségi összehasonlításának szempontjai
7. Nemzetközi kereskedelem a beszerzési piacon
8. A nemzeti és a nemzetközi beszerzési piac, esélyek és kockázatok
9. A beszállítókkal történő szerződéskötés jogi keretfeltételei
10. Az adásvételi szerződést kötő felek jogai és kötelezettségei
11. Árajánlat értékelés szempontjai
12. Adás-vételi szerződésekkel kapcsolatos problémák kezelése
13. A beszerzés megtervezésének elemei
14. Az igényfelmérés eszközei : ABC elemzés, megrendelési időpont , szállítási időpont
15. Just in time elv
16. Beszerzési források meghatározása és elemzése
17. Készletgazdálkodás optimalizálási eszközei
18. Tárgyalási technikák a beszállítói szerződéskötés esetén
19. Fontos raktármutatók: átlagos raktárkészlet, forgási sebesség.
20. Adás- vételi szerződést kötő felek jogai és kötelezettségei

Munkaügyi folyamatok

1. Munkaszerződés kötelező elemei
2. A munkaerő-felvétel és a munkavállaló elbocsátásának jogszabályi keretfeltételei
3. A szabadság kiszámításának jogszabályi keretfeltételei
4. A munkavédelem és a munkabiztonság szabályozásai és megvalósításuk a mindennapi munka során
5. A munkatársak személyes adatainak rögzítése és az adatok gondozásának jogszabályi keretfeltételei (GDPR)
6. A bérelszámolások elkészítésének jogszabályi keretfeltételei
7. A munkaköri leírások elemei
8. Munkavédelem és munkabiztonság, tűz- és balesetvédelem szabályozások a munkahelyen
9. Jogszabály szerinti felmondási határidők, a meghosszabbított felmondási időre vonatkozó jogszabályi rendelkezések
10. A munkavállalót megillető végkielégítésre vonatkozó jogszabályi rendelkezések
11. Munkaügyi igazolások készítése a hatályos előírások figyelembevételével
12. A munkaerő-gazdálkodás során felmerülő könyvelési feladatok felsorolása
13. Teendők üzemi balesetek, a munkába járás során előforduló balesetek illetve a munkavégzés eredményeként bekövetkező megbetegedések esetén
14. Munkavédelem törvényi szabályozása, és kötelező elemei
15. Vállalatok szociális intézményei
16. A munkajogi és társadalombiztosítási szabályok részletezése
17. Munkaerőfelvétel folyamata, lépései
18. Választható béren kívüli juttatások keretfeltételei
19. Munkaerő igény tervezés lépései
20. A munkavállalók védelmére irányadó jogszabályi előírások ismertetése

Pénzügyi és számviteli ismeretek

- Számviteli alapelvek
- Beszámoló fajtái (elmélet)
- Eszközök/források
- Számlatükör
- Számviteli fogalmak
- Könyvelés bevezetése
- Gazdasági események könyvelése
- Gazdasági feladatok megoldása
- Könyvelés mérlegszámlákra
- Személyügy
- Munkabér elszámolása
- Pénzeszközök
- Aktív időbeli elhatárolások
- Passzív időbeli elhatárolások
- Kötelezettségek

- Követelések
- Vevők könyvelése
- Beszedések végrehajtása
- Fizetési felszólítások kiállítása
- Szállítók könyvelése
- Bejövő számlák feldolgozása
- Engedmények és kedvezmények felhasználása
- Számlák ellenőrzése, kontírozása
- Nyitott tételek kezelése
- Szállítók átértékelése
- Beszerzések áfája
- Értékesítés áfája
- Visszaru könyvelése
- Előlegek
- Kölcsönök
- Zárlati munkálatok
- Nyitás feladatok
- Tárgyi eszközök
- Értékcsökkenési leírás
- Készletek
- Készletek állományváltozása
- STKÁV
- Kiskereskedelmi áruk
- Árukészlet
- Zárlati munkálatok
- Nyitás feladatok
- Saját tőke
- Jegyzett tőke
- Tőkeemelés
- Tőkekivonás
- Osztalék
- Költség számlák
- Mérleg
- Eredménykimutatás
- Kimutatások
- Éves beszámoló összeállítása

Vevőkapcsolatok kialakítása

1. A kommunikáció folyamata, elemei és zavarai az üzleti életben
2. Verbális és nonverbális kommunikáció az ügyfélkapcsolatban
3. Asszertív kommunikáció és én-közlés alkalmazása vevőszolgálati helyzetekben
4. A vevővel folytatott írásbeli kommunikáció formái: ajánlatkérés, megrendelés, reklamáció

5. A vevőkkel folytatott telefonos és személyes megbeszélések szabályai és etikettje
6. A rendelés feldolgozásának folyamata és a kísérőokmányok szerepe a kereskedelemben
7. A rendeléskezeléshez kapcsolódó angol szakszókincs (order, delivery, invoice, shipment)
8. A rendelések lebonyolítása és koordinálása belső és külső partnerekkel
9. A garanciális, vevőszolgálati és szervizszolgáltatások szerepe a vevőmegtartásban
10. Az áruszállítás megszervezése és a kísérő dokumentumok kitöltése a gyakorlatban
11. Szállítási útvonalak tervezése és optimalizálása költség- és időhatékonysági szempontból
12. A vevőnek nyújtott tanácsadás és kommunikáció a megfelelő szállítási mód kiválasztásához
13. A fogyasztóvédelmi előírások és a fogyasztó jogainak érvényesítése a kereskedelemben
14. Reklám és promóció, mint a vásárlásösztönzés eszköze
15. Célcsoportok megszólítása reklám, akciók és marketingkampányok segítségével
16. A márképítés és termékbevezetés lépései a kereskedelmi gyakorlatban
17. A belső vevők (munkatársak) kiszolgálása és motiválása a szolgáltatásminőség növeléséért
18. A piackutatás és piacelemzés lépései – adatgyűjtés, elemzés, következtetések
19. Elő- és utókalkulációk szerepe az értékesítési és logisztikai folyamatokban
20. Ügyfélkapcsolatok fejlesztése és vevőmegtartási stratégiák a modern kereskedelemben

12. évfolyam

Beszerezési és értékesítési folyamatok

- 1 A beszerzési logisztika helye a vállalati rendszerben
- 2 A beszállítók szerepe/Beszállítói típusok, stratégiai partnerek
- 3 Reklamációk és panaszkezelés
- 4 Szállítási feltételek (Incoterms 2020)
- 5 Szállítói teljesítményértékelés
- 6 A beszerzési folyamat lépései
- 7 Igényfelmérés és anyagszükséglet-tervezés (MRP)
- 8 A beszerzési terv elkészítése
- 9 Digitális beszerzési rendszerek (e-procurement)
- 10 Szerződés-kötés és jogi feltételek
- 11 A raktár szerepe a logisztikai folyamatban
- 12 Készletek típusai és szerepük
- 13 Raktári folyamatok (érkeztetés, tárolás, kiadás)
- 14 Készletgazdálkodási mutatók
- 15 Leltározás és készletellenőrzés
- 16 FIFO, LIFO, JIT elvek
- 17 Raktári dokumentáció idegen nyelven
- 18 A logisztikai lánc egésze
- 19 Fenntartható beszerzés
- 20 Beszerzési mutatók elemzése

Vevőkapcsolatok kialakítása

1. A rendelés fogalma, típusai és a rendelésfeldolgozás lépései a kereskedelmi folyamatban.
2. A rendelés visszaigazolása, szállítási és fizetési feltételek egyeztetése.
3. A rendeléshez kapcsolódó dokumentumok: rendelés, számla, szállítólevél, reklamációs jegyzőkönyv.
4. Elektronikus rendeléskezelés és digitális ügyintézés a kereskedelemben (ERP, webshopok).
5. A vevőkkel való kommunikáció formái és alapelvei a kereskedelemben.
6. Verbális és nonverbális kommunikáció szerepe az ügyfélkapcsolatban.
7. Panaszkezelés és asszertív kommunikáció az értékesítési folyamatban.
8. Konfliktuskezelés és meggyőzőestechnika az ügyfélkapcsolatokban.
9. A fogyasztóvédelem célja, alapelvei és a fogyasztói jogok.
10. Garancia, jótállás és szavatosság közötti különbségek.
11. A fogyasztóvédelmi hatóságok feladatai, valamint az online vásárlás jogi szabályozása
12. Az áruszállítás folyamata, módjai és eszközei.
13. Szállítási dokumentumok és a raktározás kapcsolata a szállítással.
14. Fenntartható és költséghatékony szállítási megoldások a modern kereskedelemben.
15. A vevői kapcsolattartás jelentősége és formái.
16. Ügyfélelégedettség mérése és a vevői hűségprogramok szerepe.
17. A CRM rendszerek és a vevőgondozás módszerei a kereskedelmi gyakorlatban.
18. Bizalomépítés és érzelmi intelligencia szerepe az ügyfélkapcsolatokban
19. A kereskedelmi marketing fogalma, eszközei és szerepe az értékesítésben.
20. Értékesítési csatornák típusai, online és offline megoldások, modern trendek.

Általános gyártmány- és gyártástervezési folyamatok

Munkaügyi folyamatok

1. Az emberi erőforrás szerepe és jelentősége a szervezet működésében.
2. A munkaerő-tervezés és létszámgazdálkodás folyamata.
3. A munkakör-elemzés és a munkaköri leírás jelentősége.
4. A toborzási források és módszerek összehasonlítása.
5. A munkaerő-piaci trendek és a digitalizáció hatása a HR folyamatokra.
6. A személyügyi marketing fogalma, célja és feladatai.
7. A munkáltatói márkaépítés (employer branding) szerepe a szervezet életében.
8. A vállalati kultúra és imázs szerepe a személyügyi marketingben.
9. A belső és külső PR eszközei a humán erőforrás menedzsmentben.
10. Személyügyi marketingkampány tervezése a gyakorlatban.
11. Az ösztönzés fogalma, célja és szerepe a munkahelyen.
12. A bérezés és juttatási rendszerek típusai.
13. A teljesítményértékelés célja és módszerei.
14. Motivációs elméletek és gyakorlati alkalmazásuk.
15. Anyagi és nem anyagi ösztönző eszközök alkalmazása.
16. A munkaerő-kiválasztási folyamat lépései és alapelvei.

17. Az állásinterjúk típusai és értékelési szempontjai.
18. A beillesztés (onboarding) és próbaidő kezelése.
19. A munkaviszony megszüntetésének formái és etikus elbocsátás.
20. Az önismeret és karriertervezés szerepe a pályaeorientációban.

Pénzügyi és számviteli ismeretek

1. A számviteli törvény és alapelvek
 - Jogszabályi háttér, számviteli alapelvek.
 - Beszámoló szerepe a gazdálkodásban.
 - Gyakorlat: beszámoló részeinek azonosítása.
2. Számviteli politika és bizonylati rend
 - Számviteli politika tartalma, szabályozó dokumentumok.
 - Bizonylatok fajtái, bizonylati fegyelem.
 - Gyakorlat: bizonylatok kitöltése és ellenőrzése.
3. Mérleg és leltár
 - Vagyon és mérleg fogalma.
 - Mérlegfőcsoportok és jellemzőik.
 - Leltározás folyamata, bizonylatai.
 - Gyakorlat: egyszerű mérleg és leltár készítése.
4. Eredménykimutatás és értékelés
 - Eredménykimutatás fajtái, tartalma.
 - Értékelési eljárások.
 - Gyakorlat: eredménykimutatás készítése minta adatok alapján.
5. Az éves beszámoló előkészítő könyvelése
6. Havi, negyedéves és éves beszámolás
7. Vevők könyvelése
8. Gazdasági események könyvelése
 - Gazdasági események típusai.
 - Könyvviteli számlák fajtái, számlakeret.
 - Nyitás és zárás.
 - Analitikus és szintetikus nyilvántartások kapcsolata.
 - Gyakorlat: egyszerű könyvelési tételek rögzítése (bevétel, kiadás, eszköz–forrás változás).
9. Termékértékesítés, az eredmény megállapítása
 - Az értékesítés bizonylatolása (szállítólevél, számla)
 - Az eredmény megállapítása

10. Adózási ismeretek alapjai

- Adózási fogalmak, alapvető adónemek (ÁFA, SZJA, HIPA).
- Adózási kötelezettségek kapcsolata a könyvvezetéssel.
- Gyakorlat: egyszerű adózási példák feldolgozása.

11. Bankügyletek

- Alapvető pénzügyi műveletek
- Számlanyitás, hitelfelvétel

12. Jövedelem elszámolása

- Jövedelemelszámolás folyamata
- Juttatások és társadalombiztosítási ellátások

Szociális ágazat (PTT: 2020)

9. évfolyam

Munkavállalói ismeretek

Álláskeresés

Karrierlehetőségek feltérképezése: önismeret, reális célkitűzések, helyi munkaerőpiac ismerete, mobilitás szerepe, szakképzések szerepe, képzési támogatások (ösztöndíjak rendszere), ismerete.

Álláskeresési módszerek: újsághirdetés, internetes álláskereső oldalak, személyes kapcsolatok, kapcsolati hálózat fontossága

Hagyományos és az amerikai önéletrajz készítése. Motivációs levél írása. Részvétel az állásinterjún.

Munkajogi alapismeretek

Foglalkoztatási formák: munkaviszony, megbízási jogviszony, vállalkozási jogviszony, közalkalmazotti jogviszony, közszolgálati jogviszony

A tanulót érintő szakképzési munkaviszony lényege, jelentősége

Atipikus munkavégzési formák a munka törvénykönyve szerint: távmunka, bedolgozói munkaviszony, munkaerő-kölcsönzés, egyszerűsített foglalkoztatás (mezőgazdasági, turisztikai idénymunka és alkalmi munka)

Speciális jogviszonyok: önfoglalkoztatás, iskolaszövetkezet keretében végzett diákmunka, önkéntes munka

Munkaviszony létesítése

Felek a munkajogviszonyban. A munkaviszony alanyai

A munkaviszony létesítése. A munkaszerződés. A munkaszerződés tartalma.

A munkaviszony kezdete létrejötte, fajtái. Próbaidő

A munkavállaló és munkáltató alapvető kötelezettségei

A munkaszerződés módosítása

Munkaviszony megszűnése, megszüntetése

Munkaszerződés készítése megadott adatok alapján

Munkaidő és pihenőidő

A munka díjazása (minimálbér, garantált bérminimum)

Munkanélküliség

Nemzeti Foglalkoztatási Szolgálat (NFSZ). Álláskeresőként történő nyilvántartásba vétel

Az álláskeresési ellátások fajtái.

Álláskeresők számára nyújtandó támogatások (vállalkozóvá válás, közfoglalkoztatás, képzések, utazásiköltség-támogatások)

Szolgáltatások álláskeresőknek (munkaerő-közvetítés, tanácsadás)

Európai Foglalkoztatási Szolgálat (EURES)

Pszichológia

- A pszichológia alapvető fogalmai, összefüggései, lelki jelenségek és folyamatok
- A motiváció, az érzelmek, a megismerés, tudatállapotok

- A személyészlélést befolyásoló tényezők (szociokulturális környezet, empátia, önértékelés)
- A szükségletek rendszere, a szükségletkielégítés hiányainak jelei
- Az ember életkori fejlődésének szakaszai
- Az anya-é gyermek kapcsolat jelentősége

Egészségügyi ismeretek

- Az anatómia és az élettan tárgya, módszere, síkok, irányok
- Az emberi szervezet sejtjei, szövetei
- A szövetek fajtái felépítése és működésük alapján
- A mozgató szervrendszer felépítésének és működésének alapjai
- A vázrendszer felépítése és működése
- Az izomzat felépítése és működése
- A légzés szervrendszerének felépítése és működése
- A keringés szervrendszerének felépítése és működése
- A szaporító szervrendszer felépítése és működése
- Az idegrendszer szervrendszerének felépítése és működése
- Gyógyszertani alapfogalmak
- A gyógyszerek hatásmechanismusa és adagolása
- A gyógyszerformák és gyógyszercsoportok

Elsősegélynyújtás alapismeretei

Az elsősegélynyújtás és a mentés története

- Elsősegélynyújtás napjainkban: újkor
- Az OMSZ fejlődése

Az elsősegélynyújtás szerepe

- Az elsősegélynyújtás jogi szabályozása Magyarországon
- Az elsősegélynyújtás célja
- A mentési lánc elemei
- Konstantin- kereszt

Tevékenységek a helyszínen

- A helyszín szerepe és veszélyei az elsősegélynyújtásban
- A sérült elsődleges vizsgálata
- Segélykérés, mentőhívás
- A sérült mozgatása (Rautek –féle műfogás, tálcáfogás)
- A sérült részletes vizsgálata
- Az eszméletlen sérült ellátása (stabil oldalfekvés)
- A sérült pozicionálása

Újraélesztés

- Az újraélesztés fogalma, A légzés és keringés vizsgálata, szervkárosodás megakadályozása A túlélési lánc külső automata defibrillátor, az AED
- Gyermekek alapszintű újraélesztése

Sérülések

- Sebek általános jellemzője
- Mechanikai sebzések
- Vérzéscsillapítás (vérzések típusai, megfelelő ellátás), különleges vérzések (orrvérzés, fülvérzés)
- Csont- ízületi sérülések (törés, rándulás, ficam)
- Különböző testtájékok sérülése és ellátása
- Elsősegélynyújtás csonkolásos sérülés esetén
Politrauma, sokkfolyamat

Társadalomismeret

- Lakóhelyünk és környezetünk a térben.
- Magyarország területi tagozódása.
- Magyarország és Európa.
- Az európai civilizáció kezdetei.
- Vallás, kultúra és sport az antikvitásban.
- A középkori Európa birodalmi, társadalom és világkép.
- Felfedezések – a civilizációk találkozása.
- Vallási megújulás Európában.
- Államformák és uralkodók az újkori Európában.
- Az első világháború és következményei Európában, valamint Magyarországon.
- A totális diktatúrák jellemzői.
- A második világháború és társadalmi következményei Európában, valamint Magyarországon.

Szociális ismeretek

Témakörök:

1. A szociális ellátórendszer ismerete:

- a. A szociális munka célcsoportja.
- b. A szociális munka fogalma.
- c. A szociális háló és jólét fogalma.
- d. A magyar szociális ellátórendszer felépítése és törvényi szabályozása.
- e. A szociálpolitika fogalma.
- f. A szociális ellátórendszer működése Magyarországon: alapszolgáltatások.
- g. A szociális ellátórendszer működése Magyarországon: szakosított ellátások.

2. A krízis – kitől kérhetek segítséget?

- a. A krízis meghatározása, a krízisállapot szakaszai.
- b. A krízis típusai, krízishelyzetek az egyén életében.

- c. A bántalmazás folyamata.
- d. A segítő, támogató hozzáállás.

Szakmai személyiségfejlesztés

- A kommunikációfogalma, célja, csatornái
- A verbális kommunikáció
- Metakommunikációs jelek
- Bemutatkozás illemtana- az első benyomás jelentősége
- Köszönési formák
- Telefonálás illemtana

10. évfolyam

Szakmai személyiségfejlesztés

- A kommunikáció elmélete, a fogalmak meghatározása.
- A verbális és a nem verbális kommunikáció.
- A kommunikáció funkciói.
- A kommunikáció tényezői, szerepe és jelentősége az életünkben.
- Az információátadás folyamata.
- Metakommunikációs jelek.
- Proxemika a tudományterület részeként.
- A női és a férfi kommunikáció.
- Aktív hallgatás, empátiakeltés, „én-üzenetek”.
- A hatékony kommunikáció lehetőségei.
- A pedagógiai kommunikáció (hagyományos és a reformirányzatok jellemzői napjainkban).
- Az érett, felnőtt személyiség fogalma és aspektusai.
- A reflexió fogalma, szerepe, hatása.

Pszichológia

- A személyiség fogalma, személyiségelméletek
- Személyiség típusok
- Énkép, éntudat, önértékelés, játszma, elhárító mechanizmusok
- Személyiségzavarok, fejlődészavarok és a deviáns viselkedés

Egészségügyi ismeretek

- Életmód és betegség.
- Az egészség pozitív értelmezése
- Az egészségkultúra helye az értékek rendszerében

- A test és egészségkultúra
- Az életmód fogalmi rendszerének újraértelmezése
- Népbetegségek – nem fertőző betegségek
- Járványtani alapismeretek
- Fertőző betegségek
- Rizikó- vagy kockázati magatartás
- Egészségtudatos magatartás
- Életminőség
- Egészségkultúra fogalmi rendszere, összetevői
- Életmód
- Környezeti tényezők
- Higiénés magatartás
- Mozgás szerepe az egészségmegőrzésben
- A rekreáció sokoldalúsága
- A táplálkozás kultúrája, élettani jelentősége
- Lelki egészségvédelem: technikák és eszközök
- Egészségfejlesztés a mentálhigiéné területén
- A drogprobléma integrált megközelítése A drogterjedés speciális csoportok körében
- Tudatos, biztonságos, felelős szexuális és családi élet
- Környezetvédelem Fenntartható fejlődés
- A környezet legfontosabb elemei: föld, víz, levegő, élővilág, épített környezet
- A környezetvédelem feladata, alapelvei
- Természetvédelem törvényi háttere
- Globális környezeti problémák Légszennyezés, légszennyező anyagok káros hatásai
- Légkörhöz kapcsolódó globális problémák
- Vízszennyezés, talajszennyezés
- Hulladékgazdálkodás alapelvei
- Hulladék csoportosítása (keletkezés jellege, eredete, halmazállapota, környezeti hatása)
- Hulladékok környezetkárosító hatásai
- Hulladékhasznosítás, hulladékártalmatlanítás

Elsősegélynyújtás alapismeretei

Termikus balesetek

- Az égési sérülés súlyossága, a sérült ellátása fagyási sérülés, a sérült ellátása
- A bőrre, nyálkahártyára kerülő maró vegyszerek sérülései, ellátása

Hirtelen rosszullétek

- Allergia oka, allergiás reakciók, ellátás
- Légúti idegentest által okozott problémák, idegentest eltávolítása
- Mellkasi fájdalom, szívinfarktus tünetek, ellátás
- Nehézlégzéssel járó rosszullétek
- Agyi vérellátási zavarok
- Görcsrohammal járó rosszullétek

- Cukorbetegség miatti rosszullét, kóma

Belgyógyászati balesetek

Áram hatása a szervezetre, teendők áramütés esetén

- Vízi balesetek típusai, vízbefulladás, sérülések, problémák, ellátás
- Hőártalmak: ájulás, napszúrás, lehülés, tünetek, ellátás

Mérgezések

- Mérgezések fajtái, tünetei, ellátása
- Gázmérgezések
- Gyógyszermérgezések
- Drogok okozta mérgezések
- Ételmérgezések
- Növényvédő szerek okozta mérgezések
- **Sportsérülések**
- Sportsérülések fajtái, megelőzése, ellátása

Társadalomismeret

- A modern polgári állam funkciói, intézményei.
- A demokratikus berendezkedés, a hatalommegosztás.
- A mai magyar állam főbb jellemzői.
- Az önkormányzat intézményei.
- Különböző ügyek intézésének gyakorlata, a kulturált viselkedés gyakorlása.
- Világmagyarzatok, a világról alkotott kép változásai. A sokszínű világlátás. Vallások, világvallások (különös tekintettel a zsidó, a keresztény és az iszlám vallásra).
- A fogyasztói társadalom, a jóléti állam és a világgazdasági válságok.
- Demográfiai problémák Európában és a világban.
- A globalizáció és a fenntartható fejlődés.
- Generációk, generációs kérdések, konfliktusok.
- A család funkciójának és szerepének változásai napjainkban.
- A gazdaság, a társadalom és a politika kapcsolata.
- A politikai berendezkedések: a demokrácia és a diktatúra.
- A rendszerváltás Magyarországon.
- Az Alaptörvény főbb pontjai.
- A legfontosabb közgazdasági fogalmak (gazdasági ágazatok, gazdasági szereplők, tőke).
- Az egyén gazdálkodása, a háztartások gazdálkodása.
- A legfontosabb pénzügyi ismeretek (bankok, banki szolgáltatások, számlák, hitel, kamat, megtakarítás, thm, bankkártyák, valutaárfolyam, jelzálog).

Szociális ismeretek

1. A szociális jólét, társadalmi jólét, a szociális munka fogalma, területei. A jogi szabályozás alapelvei.

2. A szociális háló fogalma
3. A szociális segítőmunka bemutatása, a szakember szerepe és felelőssége.
4. A szociális segítség eszköztára és munkaformái.
5. Diszkrimináció, önkéntesség elve.
6. A szegénység típusai, mérési lehetőségei, a mélyszegénység fogalmi meghatározása.
7. Előítélet fogalma, megnyilvánulásának formái, a sztereotípiák.
8. Az előítéletek hatása a szociális segítő munkában.
9. Kommunikációs sorompók, gátak. A szociális együttműködést akadályozó tényezők.
10. A szociális ellátórendszer működése Magyarországon
11. A krízis fogalmának meghatározása, típusai, krízisintervenció.
12. A szenvedélybetegség fogalma, típusai.
13. A függőségek csoportosítása.
14. A szenvedélybetegség felismerése, a szenvedélybeteg jellemzői.
15. A gyámügyi és gyermekvédelmi igazgatás
16. A kulturális igazgatás.
17. A szociális igazgatás.
18. A médiaigazgatás.
19. A sportigazgatás.

11. évfolyam

Otthont nyújtó ellátások

1. Gyermeki jogok és azok védelme a jelenlegi magyarországi szabályozás alapján.
2. Szülői jogok és kötelezettségek.
3. Az átmeneti gondozás intézményei, jogi szabályozása.
4. A teljes körű ellátás fogalma és összetevői, azok biztosítása.
5. A gyermek családjával történő kapcsolattartása, a szülői felügyeleti jog kérdése.
6. A családból történő kiemelés dilemmái, elhelyezési lehetőségek.
7. A speciális gyermekotthonokba történő bekerülés jogi szabályozása.
8. A személyes szabadság korlátozásának lehetőségei a speciális gyermekotthonokban.
9. A nevelésbe vétel megszűnésének lehetőségei, esetei, az esetmenedzser feladata, a családba fogadás előkészítése, utógondozás
10. Az örökbefogadás formái és jellemzői.
11. A szakszolgálat feladatai az örökbefogadás folyamatában.

Tanulástechnikai módszerek, tanulástechnikai gyakorlatok

- Tanulás és gondolkodás.
- Az emberi gondolkodás sajátosságai.
- Állati gondolkodás, emberi gondolkodás.
- Problématudat.
- Kérdezési technikák.
- A problémamegoldó gondolkodás fázisai és technikái.
- Ötletgyűjtés (brainstorming).

- Fogalmak meghatározása, definícióalkotás.
- Gondolkodási szokások.
- A gondolkodás magatartás- és viszonyformáló perspektívái.
- A gondolkodás kultúrája, a gondolkodás legfontosabb irányai.
- Alkotó gondolkodás.
- A gondolkodás tanulása.
- Gondolkodási sémák és technikák (CCT, PNÉ, VÖT, ALT stb.).
- Nyelvi gesztusok: kijelentés, kérdés, felkiáltás, felszólítás.
- Igazság, hazugság, paradoxon.
- Hasonlat, szinesztézia, megszemélyesítés.
- A nyelv mint szobor.
- Definíció és jellemzés.
- Képzelőerő, a dolgok valódi nevei.
- A kérdés: eredet-kérdések; párbeszéd; levél; túlzás; ellentétek.
- Találós kérdés, vicc, „szent párbeszéd”, jóslat.
- Nonszensz.
- Alliteráció, rím, nyelvtörő.
- Anagrammák, hangzás és jelentés.
- Asszociáció, hangzás és hangulat.
- Magánhangzó, mássalhangzó, fordítás.
- Leírás felszólításokkal, műveltetés

A segítő hivatás, segítő kapcsolatok a nevelőmunkában

1. A hatékony nevelő jellemzői, a segítő magatartás összetevői
2. Empátia és segítés kapcsolata
3. Segítő foglalkozások, pályaszocializáció, szocializáció folyamata
4. Carl Rogers humanisztikus pszichológiája
5. C. Rogels központi fogalmai, énfogalom, énídeál
6. A kisgyermeknevelő személyiségének meghatározó szerepe
7. Családok bevonódása a gyermekkori fejlődésben, nevelésben és gondozásban

Az egészséges csecsemő és kisgyermek fejlődése

- WHO egészség fogalmának meghatározását
- Az egészséges fejlődés megítélésének szempontjait
- A lassú fejlődésű, a megkésett fejlődésű, a kóros fejlődésű fogalmakat
- A lassú fejlődésű, a megkésett fejlődésű, a kóros fejlődésű fogalmakat
- A fejlődést befolyásoló tényezőket, mint az öröklés, az érés, a személyi, a tárgyi környezet
- A fejlődést befolyásoló tényezőket, mint az öröklés, az érés, a személyi, a tárgyi környezet
- A megtermékenyítés

- A magzati élet
- A normál szülés, a szülés lefolyása
- Az érett újszülött jellemzői
- Egyéni különbségek a testsúly alakulásában
- A testtömeg fejlődése
- A testhossz változása
- Testarányok változásai
- A csontozat (csontok, koponya, fogazat) fejlődése
- Koponya csontosodása
- Fogazat fejlődése
- A testi fejlődés nyomon követése, mérése
- A növekedési referenciaértékek és percentilis görbék használata
- A testtömeg mérésére szolgáló eszközöket, a növekedési referencia értékeket és percentilis görbéket, a különböző életkorok testtömeg alakulását
- A testmagasság mérésére szolgáló eszközöket, referencia és percentilis értékeket a különböző életkorokban
- A testtömeg index referencia átlagának és percentilis értékének alakulását és számítását
- A fejkörfogat mérését, referencia és percentilis átlagok alakulását különböző életkorokban

A kisgyermek táplálása

1. Az ember emésztőszerv rendszere, a táplálék haladási iránya, a tápcsatorna felépítése
2. Rágás, emésztés, fogak.
3. Táplálkozási piramis
4. A helyes táplálkozás alappontjai
5. Szoptatás kiemelt jelentősége a csecsemő fejlődésében
6. Anyatej összetétele
7. Szopási és szoptatási akadályok

Beteg gyermek ápolása a bölcsődében

- A beteg megfigyelése
- Az ápolás fogalma és folyamata
- Lázas beteg ellátása, lázcsillapítás
- Emésztőrendszeri és anyagcsere betegségek
- Légzőrendszeri betegségek

Pszichológiai és pedagógiai ismeretek

- A szociálpszichológia fogalma, tárgya, feladata
- Az egyén, csoport, tömeg fogalma
- Csoportdinamikai jelenségek
- Szociális identitás kialakulása, szociális tanulás
- Attitűdök, énvédő funkciók

- Konfliktusok, konfliktuskezelés
- A sztereotípiák, stigmák
- Az előítélet kialakulása és okai

Családi mentálhigiéné

- A mentálhigiéné fogalma, szerepe, jellemzői. A családi mentálhigiénia.
- A család fogalma, funkciói, családmodellek.
- Családi életciklusok jellemzői.
- Harmonikus és diszfunkcionálisan működő családok jellemzői.
- A szocializáció fogalma, jelentősége, jellemzői.
- Családi életre nevelés, várandósgondozás.
- Iskolakötelezettség, iskolaérettség.
- Családi krízisek, devianciák a családban.
- A gyermekek veszélyeztetettsége, elhanyagolása.
- A gyermekvédelem rendszere, intézményei.
- A nevelés fogalma, feladata, törvényszerűségei.
- Intézményes gyermeknevelés .
- Iskolai mentálhigiénia jellemzői, jelentősége.
- A segítő kapcsolat humanisztikus elvei.

12. évfolyam

Gyermekek védelmének rendszere

1. Emberi jogok fogalma, történeti kialakulása
2. A gyermeki jogok
3. Gyermekjogi képviselő feladatai
4. A gyermekvédelmi alap- és szakellátásban foglalkoztatott szakemberek jogainak védelme
5. Pénzbeli ellátások a gyermekvédelmi törvényben
6. Természetbeni ellátások a gyermekvédelmi törvényben
7. Adat- és információkezelés jogi és etikai szabályozása

A bölcsődei ellátás szervezési feladatai

- a) Ismerteti a települési önkormányzat és az állami bölcsődei ellátás feladatait
- b) A bölcsődei ellátás formáinak ismeretében határozza meg feladatait, kompetenciáit
- c) Bemutatja, hogy az egyes formák, milyen személyi és tárgyi feltételekkel működhet
- d) A Szakmai Program célja és szakmai elvei
- e) Ismerteti a Bölcsődei nevelés-gondozás országos Alapprogramját.
- f) Ismerteti a fent említett 15/1998 (IV.30.) idevonatkozó paragrafusait

- g) Ismerteti az 1997. évi XXXI. törvény a gyermekek védelméről és a gyámügyi igazgatásról szóló törvény célját
- h) A bölcsődei élet megszervezésének alapelvei

A játéktevékenység fejlődése

1. A játék definíciója, funkciója,
2. A játék alapelvei
3. Piaget -szimbólumképzés a gyermekkorban
4. Játékfejlődés életkori szakaszonként az első három évben; (Manipuláció; kezdeti konstruálás; utánzás)
5. Fejlődésükben lemaradt gyerekek játéka
6. Sajátos nevelési igényű gyermekek játéka

A kisgyermek gondozása

1. A gondozás fogalma, célja, feltételei
2. A gondozás fogalmának komplex megközelítése, a humán gondozás
3. A gondozás céljai és az alapszükségletek (Maslow piramiselméletével összevetve)
4. A gondozás formái és jellemzői
5. Gondozás a családban, gondozás az intézményben
6. A gondozási helyzetek kiemelt jelentősége
7. A gondozás-nevelés egységének, az egyéni bánásmód, az állandóság, az aktivitás, önállósodás segítése, a pozitívumokra támaszkodás, az egységes nevelőhatások, a rendszeresség és a fokozatosság elvének értelmezése

Beteg gyermek ápolása a bölcsődében

- Veleszületett és szerzett betegségek
- Gyermekkori betegségek
- Szűrővizsgálatok és védőoltások
- Élősködők
- Balesetek gyermekintézményekben

Kisgyermeknevelő dokumentációs feladatai

- a) Ismerteti a bölcsődében kötelezően vezetett dokumentációkat-felsorolás.
- b) Ismerteti a „Folyamatos napirend” dokumentumot
- c) Ismerteti a csoport napló vezetésének alapismereteit.
- d) Fejlődési napló vezetésének szabályai-
- e) Ismerteti a fejlődési napló vezetéséhez szükséges megfigyelési szempontsor ismertetése
- f) Ismerteti az egészségügyi törzslap funkcióját.
- g) Ismerteti az üzenő füzet funkcióját.

Kutatási módszerek a kisgyermeknevelés gyakorlatában

1. Ismertesse a gyermekellátással kapcsolatos adatok kezelését

2. Mondja el a pedagógiai kutatás lépései
3. Mit ért a kutatás céljának meghatározása alatt
4. Mondja el a módszerválasztás lépéseit.
5. Mit jelent a Hipotézis, mint fogalom
6. Kutatási terv készítése- Adatforrások ismerete.
7. Mintavétel, adatvédelem

Családi mentálhigiéné

- A mentálhigiéné fogalma, szerepe, jellemzői. A családi mentálhigiéné.
- A család fogalma, funkciói, családmodellek.
- Harmonikus és diszfunkcionálisan működő családok jellemzői.
- A szocializáció fogalma, jelentősége, jellemzői.
- Iskolakötelezettség, iskolaérettség.
- Családi krízisek, devianciák a családban.
- A gyermekek veszélyeztetettsége, elhanyagolása.
- A gyermekvédelem rendszere, intézményei.

13. évfolyam

Munkavállalói angol nyelv

- Álláskeresés: Szakmák, végzettségek, munkakörök megnevezés, beszámoló a szakmai gyakorlatról
- Önéletrajz, motivációs levél: rövid motivációs levél és önéletrajz megírása
- Small Talk: társalgás általános témakörökről, kérdés felvetés és válaszadás, pl. időjárás, szabadidő, család, hobbik, közlekedés, utazás
- Állásinterjú: bemutatkozás, erősségek, gyengeségek, online video helyzet vagy rögtönzött interjú szituáció

Munkavállalói német nyelv

- Álláskeresés: Szakmák, végzettségek, munkakörök megnevezés, beszámoló a szakmai gyakorlatról
- Önéletrajz, motivációs levél: rövid motivációs levél és önéletrajz megírása
- Small Talk: társalgás általános témakörökről, kérdés felvetés és válaszadás, pl. időjárás, szabadidő, család, hobbik, közlekedés, utazás
- Állásinterjú: bemutatkozás, erősségek, gyengeségek, online video helyzet vagy rögtönzött interjú szituáció

A gyermekek védelmének rendszere

1. A gyermekvédelmi törvény által szabályozott gyermeki jogok, a gyermekek jogainak védelme
2. A gyermekvédelmi ellátórendszer intézményei (gyermekjóléti alapellátások, gyermekvédelmi szakellátások)
3. A szülői felügyeleti jog kérdése, jogi szabályozása
4. A gyermekvédelmi gondoskodás körébe tartozó hatósági intézkedések
5. A gyermekvédelmi észlelő- és jelzőrendszer szereplői, feladataik
6. Veszélyeztetettség fogalma, a család életébe történő beavatkozás lehetőségei

Az egészséges csecsemő és kisgyermek fejlődése

- WHO egészség fogalmának meghatározását
 - Az egészséges fejlődés megítélésének szempontjait
 - A lassú fejlődésű, a megkésett fejlődésű, a kóros fejlődésű fogalmakat
 - A lassú fejlődésű, a megkésett fejlődésű, a kóros fejlődésű fogalmakat
 - A fejlődést befolyásoló tényezőket, mint az öröklés, az érés, a személyi, a tárgyi környezet
 - A fejlődést befolyásoló tényezőket, mint az öröklés, az érés, a személyi, a tárgyi környezet
 - A megtermékenyítés
 - A magzati élet
 - A normál szülés, a szülés lefolyása
 - Az érett újszülött jellemzői
 - Egyéni különbségek a testsúly alakulásában
 - A testtömeg fejlődése
 - A testhossz változása
 - Testarányok változásai
 - A csontozat (csontok, koponya, fogazat) fejlődése
 - Koponya csontosodása
 - Fogazat fejlődése
 - A testi fejlődés nyomon követése, mérése
 - A növekedési referenciaértékek és percentilis görbék használata
 - A testtömeg mérésére szolgáló eszközöket, a növekedési referencia értékeket és percentilis görbét, a különböző életkorok testtömeg alakulását
 - A testmagasság mérésére szolgáló eszközöket, referencia és percentilis értékeket a különböző életkorokban
 - A testtömeg index referencia átlagának és percentilis értékének alakulását és számítását
 - A fejkörfogat mérését, referencia és percentilis átlagok alakulását különböző életkorokban
 - A kisgyermek mozgásfejlődésének szakaszai
- A kisgyermek kognitív fejlődése

A játéktevékenység fejlődése

- A játék elméleti megközelítése

- A játék definíciója, funkciója,
- A játék alapelvei
- A játék alapfogalmai
- A játék és "nem játék", mint a kisgyermekkorban tanulás egyik legfontosabb színtere
- Játékelméletek
- Usinszkij - a játék a valóság tükrözése
- Leontyev a játéknak három lényeges vonása: motívum a folyamatban, elsődleges tevékenység, szabályszerűség a játék fejlődésében
- Vigotszkij - a társas környezet meghatározó
- Nelson forgatókönyv elmélete
- Piaget -szimbólumképzés a gyermekkorban
- Játékfejlődés életkori szakaszonként az első három évben
- Manipuláció
- Kezdeti konstruálás
- Konstruálás, utánzás
- Kezdeti szerepjáték, alkotótevékenység
- Az önálló, szabad játék jelentősége
- Nehézségek a játékban
- Fejlődésükben lemaradt gyerekek játéka
- Sajátos nevelési igényű gyermekek játéka
- Harcias játékok
- Játékdepriváció
- Játékterápia
- A játékpedagógia elvi alapjai
- A kompetenciaalapú nevelés értelmezése
- A fejlődés
- A felnőtt szerepe, feladata a fejlődés támogatásában
- A jóllét és a bevonódás, mint a gyermeki kompetenciák fejlődésének együttes feltétele
- A játék tervezése, tervezhetősége
- A kisgyermeknevelő játszókompétenciája

A kisgyermek gondozása

1. A gondozás fogalma, célja, feltételei
2. A gondozás céljai és az alapszükségletek (Maslow piramiselméletével összevetve)
3. Gondozás a családban, gondozás az intézményben
4. A gondozási helyzetek kiemelt jelentősége
5. A pelenkázás előkészítése, folyamata, befejezése. Szokás kialakítás a fürdőszobai tevékenység alatt.
6. Kétkanalas étkezés: mikor alkalmazzák, a kisgyermeknevelő feladata e módszer alkalmazásakor.

7. A gondozás-nevelés egységének, az egyéni bánásmód, az állandóság, az aktivitás, önállósodás segítése, a pozitívumokra támaszkodás, az egységes nevelőhatások, a rendszeresség és a fokozatosság elvének értelmezése

Beteg gyermek ápolása a bölcsődében

Veleszületett és szerzett betegségek

- Gyermekkorai betegségek
- Szűrővizsgálatok és védőoltások
- Élősködők
- Balesetek gyermekintézményekben

Gyógypedagógiai ismeretek

- A gyógypedagógia fogalma, szakemberei, a gyógypedagógia területei (felsorolás)
- Az SNI fogalma
- Az eltérő fejlődésből eredő nehézségek: a gyermek énképe
- Az ADHD fogalma, okai, jellemzői
- A sajátos nevelési igényű, illetve korai fejlesztésre, gondozásra jogosult gyermek aktivitási
- lehetőségei, speciális eszközei, feltételei

Kisgyermeknevelő dokumentációs feladatai

1. Ismerteti a bölcsőde működéséhez szükséges dokumentumokat. Részletezze a Szakmai Programról tanultakat. Célja, tartalma, kinek a feladata az elkészítése.
2. Ismerteti a „Folyamatos napirend” dokumentumot
3. Ismerteti a csoport napló vezetésének alapismereteit.
4. Fejlődési napló vezetésének szabályai-
5. Ismerteti a fejlődési napló vezetéséhez szükséges megfigyelési szempontsor ismertetése
6. Ismerteti az egészségügyi törzslap funkcióját.
7. Ismerteti az üzenő füzet funkcióját.

Kutatási módszerek a kisgyermeknevelés gyakorlatában

1. Ismertesse a gyermekellátással kapcsolatos adatok kezelését
2. Mondja el a pedagógiai kutatás lépései
3. Mit ért a kutatás céljának meghatározása alatt
4. Mondja el a módszerválasztás lépéseit.
5. Mit jelent a Hipotézis, mint fogalom
6. Kutatási terv készítése- Adatforrások ismerete.
7. Mintavétel, adatvédelem

Pszichológiai és pedagógiai ismeretek

1. A szocializáció fogalma, folyamata
2. Szocializációs szintek
3. A nevelés fogalma, célja, feladatai
4. A nevelési folyamat résztvevői
5. nevelési attitűdök
6. A nevelő személyisége

Családközpontú nevelés a bölcsődében

1. A nevelés-gondozás alapelvei
2. A család rendszerszemléletű megközelítése
3. Kisgyermekkorú intervenció szemlélet befogadása
4. A családi nevelés elsődleges tisztelet
5. A kisgyermeki személyiség tisztelete
6. A kisgyermeknevelő személyiségének meghatározó szerepe
7. Fokozatosság megvalósítása

Sport ágazat (PTT: 2020)

9. évfolyam

Munkavállalói ismeretek

Álláskeresés

Karrierlehetőségek feltérképezése: önismeret, reális célkitűzések, helyi munkaerőpiac ismerete, mobilitás szerepe, szakképzések szerepe, képzési támogatások (ösztöndíjak rendszere), ismerete.

Álláskeresési módszerek: újsághirdetés, internetes álláskereső oldalak, személyes kapcsolatok, kapcsolati hálózat fontossága

Hagyományos és az amerikai önéletrajz készítése. Motivációs levél írása. Részvétel az állásinterjún.

Munkajogi alapismeretek

Foglalkoztatási formák: munkaviszony, megbízási jogviszony, vállalkozási jogviszony, közalkalmazotti jogviszony, közszolgálati jogviszony

A tanulót érintő szakképzési munkaviszony lényege, jelentősége

Atipikus munkavégzési formák a munka törvénykönyve szerint: távmunka, bedolgozói munkaviszony, munkaerő-kölcsönzés, egyszerűsített foglalkoztatás (mezőgazdasági, turisztikai időnyomunka és alkalmi munka)

Speciális jogviszonyok: önfoglalkoztatás, iskolaszövetkezet keretében végzett diákmunka, önkéntes munka

Munkaviszony létesítése

Felek a munkajogviszonyban. A munkaviszony alanyai

A munkaviszony létesítése. A munkaszerződés. A munkaszerződés tartalma.

A munkaviszony kezdete létrejötte, fajtái. Próbaidő

A munkavállaló és munkáltató alapvető kötelezettségei

A munkaszerződés módosítása

Munkaviszony megszűnése, megszüntetése

Munkaszerződés készítése megadott adatok alapján

Munkaidő és pihenőidő

A munka díjazása (minimálbér, garantált bérminimum)

Munkanélküliség

Nemzeti Foglalkoztatási Szolgálat (NFSZ). Álláskeresőként történő nyilvántartásba vétel

Az álláskeresési ellátások fajtái.

Álláskeresők számára nyújtandó támogatások (vállalkozóvá válás, közfoglalkoztatás, képzések, utazásiköltség-támogatások)

Szolgáltatások álláskeresőknek (munkaerő-közvetítés, tanácsadás)

Európai Foglalkoztatási Szolgálat (EURES)

Anatómiai-élettani ismeretek

Az anatómia és az élettan tárgya, módszerei

- Az emberi test felépítése, síkok, irányok

Az emberi szervezet szövetei

- Sejt felépítése és működése.
- A szövet fogalma, típusai. Felépítés és működés közötti összefüggések megértése.
- A normális szöveti működés és az emberi egészség közti kapcsolat megfogalmazása.
- Az emberi testet alkotó szövetek csoportosítása a sejtek alakja és funkciója szerint.

A mozgató szervrendszer felépítésének és működésének alapjai

- A csont szöveti szerkezete, és élettani szerepei közötti összefüggések. A csövecscsont szerkezete. A csontokat alak szerinti csoportosítása.
- A felépítés és a működés kapcsolatának különböző megjelenése az emberi mozgás szervrendszerében.
- A csontösszeköttetések típusai (varratos, porcos, kötőszövetes valamint ízületi kapcsolódás)
- Az ízület részei, az ízületet összetartó erők. Ízületek felosztása különböző szempontok alapján.

A vázrendszer felépítése és működése

- Az emberi csontváz fő elemei. A vázrendszer felosztása (gerincoszlop, mellkas, függesztőövek, végtagok, koponya) Az ember mozgási szervrendszerének a két lábon járás miatt kialakult sajátosságai (Keskeny medencecsont, a gerincoszlop kettős Salakja).
- A koponya tájai. A koponya mozgatásával összefüggő területek megnevezése. Az agy- és arckoponya csontjai, a varratok neve helye, a keletkezésük oka.
- A csigolya részei. A gerincoszlopi szakaszok nevei, helyzete (tájékok) alkotó csigolyáik eltérő felépítése részletesen. A csigolyák alak szerinti azonosítása.
- A bordák azonosítása, mellcsont elhelyezkedése.
- A függesztőövek, és a végtagok alkotó csontjainak és ízületeinek felismerése és elhelyezkedése.

Az izomzat felépítése és működése

- Az izmok általános jellemzői. A vázizom felépítése: izomsejt, izomszövet, izomrost,
- Az izmok alak és működés szerinti csoportosítása. Az izomeredés és a – tapadás fogalma.
- A törzs izmai.
- Végtagok hajlító- és feszítő, közelítő és távolító izmai:
- Az izmok anatómiai helyzetének felismerése szemléltető ábrán/csontvázon

A légzés szervrendszerének felépítése és működése

- A légzőrendszer feladata. A légutak és a tüdő felépítése, működése és funkciói.
- Légzőszervi és a szövetlégzés közti kapcsolat.
- A légutak és a tüdő felépítésének, a bennük végbemenő élettani folyamatok
- A felépítés és a működés közötti kapcsolat értelmezése a tüdő légólyagjainak felépítése és a külső gázcsere folyamat közötti összefüggés felismerésében.
- A légzési segédizmok, ezek részvétele a nehézlégzésben. A mellkasi és a hasi légzés különbsége. A mellhártya, a rekeszizom, a bordaközi izmok szerepe a belégzés és kilégzés folyamatában.
- A mellkasi és hasi légzés fogalma, ezek összekötése a megfelelő izmokkal. A terhelés és stressz esetén a két légzésforma preferenciája nemek szerinti eltérése.

Edzésmélet I.

- Edzésméleti alapfogalmak
- A kultúra, testkultúra, testnevelés, sport összefüggései
- Az edzésmélet története, kialakulásának szakaszai.
- Az edzés fogalma, területei, szerkezeti elemei, azok funkcionális céljai.
- Edzésrendszer, edzéseszköz fogalma, edzéseszközök csoportosítása, negatív és pozitív edzéseszközök. Dopping fogalma.
- A homeosztázis, edzésalkalmazkodás, terhelés, túlkompensáció összefüggései.
- A külső terhelés fogalma, szabályozásának lehetőségei.
- Az edzettség fogalma, általános és speciális edzettség.
- A teljesítmény összetevői, a teljesítőképeség és a teljesítőképeség jellemzése.
- Az elfáradás sajátosságai: típusai, szakaszai, az egyes szakaszok jellemzői.
- A túledzettség állapotának kifejlődése (fogalma, típusai, jellemzői).

Edzésprogramok I.

- Motoros képességfejlesztés
- Rövid, közép és hosszú távú állóképesség fejlesztése.
- Állóképesség fejlesztése tartós módszerek, intervall módszer, és ellenőrző, vagy versenymódszerrel
- Az ízületi mozgékonyág fejlesztése aktív és passzív fejlesztése .
- A mozgásérzékelés (kinesztézis) fejlesztése.
- Az egyensúlyozási képeség és ritmusképesség fejlesztése.
- A reagálási képeség és téri-tájékozódási képeség fejlesztése.
- Az összekapcsolódási és differenciáló képeség fejlesztése.

Gimnasztika I.

- A gimnasztika mozgásrendszere
- A gimnasztika története, mai értelmezése.

- A gimnasztika szerepe, alkalmazási területei.
- Gimnasztikai alapfogalmak (alapforma, kiinduló helyzet, gyakorlatlánc stb.)
- A mozgásszerkezet időbeli, térbeli, dinamikai jegyei, ezek változtatási lehetőségei.
- A test síkjai, tengelyei.
- A test és a szer egymáshoz viszonyított helyzete.
- A rajzírás alapelvei.
- A rajzírásban használt jelek.
- A kiinduló helyzetek rajzírása (állások, térdelések, ülések, fekvések, kéz- és lábtámaszok, egyéb támaszok, függések és vegyes helyzetek).
- Gimnasztikában használt kartartások.
- Fogásmódok az ujjak helyzete, a tenyér helyzete és a kezek egymástól való távolsága szerint.
- A gyakorlatok szakleírásának szempontjai.
- Mozgások rajzírása.
- Lendítések, lengetések.
- Húzások, csúsztatások.
- Emelések, leengedések.
- Emelkedések, ereszkedések.
- Hajlítások, nyújtások.
- Döntések, dőlések.
- Fordítás, forgatás.
- Fordulat, forgás.
- Körzések.
- Összetett törzsmozgások.
- Utánmozgások, rugózások.
- Helyzetcserek.
- Szökdelések, szökkenés, ugrások.
- Helyváltoztatások.
- Dobások. Emelések, hordások.
- Gyakorlatláncok tervezése, rajzírással, szakleírással.
- Testnevelési játékok gimnasztikai feladattal (játékok, versenyek, váltóversenyek).
- A gimnasztikai gyakorlatok ismertetésének, közlésének és a gyakorlatok vezetésének a módszerei (verbális, vizuális, kevert módszerek).
- Rendgyakorlatok gyakorlatvezetése.
- Nyújtó hatású alapformák.
- Erősítő hatású alapformák.
- Antigravitációs izmok. Izomtérkép.
- Ernyesztést és lazítást segítő mozgások, módszerek.
- Az általános bemelegítés blokkjai, mozgásanyaga, gyakorlatvezetése.
- Mérsékelt nyújtó hatású gyakorlatláncok tervezése rajzírással, szakleírással.
- Keringést fokozó gyakorlatláncok tervezése rajzírása, gyakorlatvezetése.
- Dinamikus nyújtó gyakorlatláncok tervezése rajzírása, gyakorlatvezetése.
- A célgimnasztika alkalmazásának területei.

- Erőkifejtési módok rendszere.
- Dinamikus, statikus erősítő hatású gyakorlatláncok tervezése rajzírása, gyakorlatvezetése.
- A gimnasztikai gyakorlatok variálásának kombinálásának lehetőségei.
- Gyakorlatok variálása a mozgás térbeli összetevőinek változtatásával (kiinduló helyzet, mozgásirány, mozgásterjedelem stb.).
- Gyakorlatok variálása a mozgás időbeli összetevőivel változtatásával (időtartam, tempó stb.)
- Gyakorlatok variálása a terhelési összetevők változtatásával (pl. ellenállás nagysága, pihenőidő stb.)
- Gyakorlatok variálása különböző eszközök használatával.
- Kondicionális képességek fejlesztése gimnasztikával.
- Koordinációs képességek fejlesztése gimnasztikával.
- Ízületi mozgékonyág fejlesztése gimnasztikával.
- Izolációs gyakorlatok. Összetett gyakorlatok.
- 32 ütemű határozott formájú gyakorlatláncok tervezése, gyakorlatvezetése.

10. évfolyam

Anatómiai-élettani ismeretek

Keringés szervrendszere

- A szív és a keringési rendszer felépítése és működése
- A szív anatómiai felépítése, működésének alapelvei (üregék térfogat- és nyomásviszonyainak változása, a vér áramlása a szív ciklus folyamán).
- A szív felépítésének és működésének kapcsolata. A szív ingerképző és ingerületvezető központjai.
- A szívbe és kilépő erek, koszorúerek helye elágazásuk módja, az artériák, a vénák és a kapillárisok felépítése (átmérő, billentyű, szöveti szerkezet), és ezen ismeretek kapcsolata az adott erek funkcióival.
- A vérkörök szerepe a keringésben, összefüggésbe hozásuk a célterületeik gázcseréjével és a szív üregrendszerével. A fontosabb erek neve, lefutása az artériás és vénás keringésben. Az artériás-, vénás- és kapilláris-áramlást segítő tényezők.
- A szív vizsgálata EKG-val.
- Az értípusok jellemzése, felépítésük szövettani és működési különbségei.

A vérkörök főbb verőerei

- A vérkörök főbb visszerei
- Érműködés szabályozása
- A nyirokkeringés lényege (útvonala, funkciója), a nyirokcsomók jelentősége.

- A vér, a szövetnedv, a nyirok összetétele keletkezése, kapcsolata. A teljes vértérfogat mennyisége, az alakos elemek és a vérplazma aránya, a vérplazma fő alkotórészei és ezek élettani jelentősége.
- A vörösvérsejtek, a fehérvérsejtek és a vérlemezkék szerepe, keletkezésük helye, a normál értéktartománytól való eltérés okai és következményei.
- Vércsoportok. A vérszegénység lehetséges okait. A véralvadási folyamat rendellenességei, vérzékenység.
- Perifériás vérkeringés, vérnyomás mérése
- Érműködés szabályozása
- A kiválasztás szervrendszerének felépítése működése

A vizeletkiválasztó rendszer

- Feladata, felépítése, főbb részei.
- A vese kiválasztó működésének három fő részfolyamatának: szűrletképzés, visszaszívás, kiválasztás (exkréció) értelmezése. A nefron működése:
- A szűrletképzés, az aktív és passzív transzport folyamatai.
- A vizelet főbb összetevői, a víz, a glükóz, a sók, a karbamid visszaszívásának, valamint a gyógyszerek, ionok (pl. hidrogénion) kiválasztásának vesében zajló folyamatai.
- A vizeletben előforduló fehérje, glükóz vagy vér jelentősége. A folyadékbevitel mennyisége és a vesekőképződés összefüggésének ismerete.

A szabályozás élettani törvényszerűségei

- Az irányítás alapfolyamatai: a szabályozás és a vezérlés fogalmi különbsége. A visszacsatolás szerepe a szabályozásban. Hasonlóságok és különbségek a hormonrendszer és az idegrendszer működésében (jeladó és célsejt kapcsolata)
- Hormonok általános jellemzői.
- A hormonrendszer működése
- A hormonrendszer működésének lényege, a hormon fogalma, a hormontermelés szabályozása.
- A hormontermelés szabályozásának alapelvei, a negatív visszacsatolás mechanizmusa. Magyarázza, hogy ugyanaz a hormon más szervben más hatást fejthet ki (receptor - különbség).
- Az agyalapi mirigy regulátorfunkciója, hormonjai részletesen.
- A pajzsmirigy elhelyezkedése, felépítése, hormonjai és élettani hatásai.
- A mellékvese elhelyezkedése, felépítése, hormonjai és élettani hatásai.
- A mellékvese működésének szabályozása.
- Az ivarmirigyek elhelyezkedése, felépítése, hormonjai és élettani hatásai.
- A hasnyálmirigy elhelyezkedése, felépítése, hormonjai és élettani hatásai
- A szervezet szénhidrát-anyagcseréjének (adrenalin, inzulin, glükokortikoidok) részletes ismerete.
- A szervezet só- és vízháztartásának (mineralokortikoidok, vazopresszin), kalcium - anyagcseréjének (parathormon, kalcitonin, D-vitamin) részletes ismerete.

- A növekedési hormon, a tiroxin és az inzulin hiányából, illetve többletéből eredő rendellenességek.
- A cukorbetegség lényege, típusai, tünetei, okai, kockázati tényezői és kezelési módjai.
- Az idegrendszer felépítése és működése
- Az idegsejt felépítése, típusai és funkciója, az idegszövet felépítése. A gliasejtek és a velőshüvely főbb funkciói (táplálkozás, szigetelés).
- A nyugalmi- és az akciós potenciál kialakulásának elmélete, az inger, az ingerület, az ingerküszöb fogalma. Ingervezetés élettana.
- A receptor, a receptornak megfelelő (adekvát) inger fogalma, típusai (mechanikai, kémiai, fény, hő). A szinapszis fogalma, a serkentő vagy gátló hatás átvivő anyag- és receptor kölcsönhatás függése. A droghatás ismerete a neurotranszmitterek helyettesítési elvén.
- A központi, környéki idegrendszer, az ideg, dúc, pálya, mag, kéreg, fehér- és szürkeállomány fogalma, a testi (szomatikus) és a vegetatív idegrendszer jelentése.
- Az idegrendszer működésének fő élettani folyamatai, és az ezeket megvalósító sejttípusok (receptorsejt, érzőidegsejt, asszociációs idegsejtek, mozgatóidegsejt), valamint a reflexív fogalma.
- A gerincvelő anatómiai felosztása, tájékozódás a gerincvelő keresztmetszeti képén. A bőr- és izomeredetű gerincvelői reflexek reflexíveinek kiépülése és funkciója.
- A mozgatóműködések példáján értelmezni az idegrendszer hierarchikus felépítését, a gerincvelő főbb funkcióit (izomtónus kialakítása, védekező mechanizmusok, a bőr ereinek reflexes szabályozása stb).
- Az agy részeinek részletes ismerete (agytörzs/nyúltvelő, híd, középagy/, köztiagy /talamusz, hipotalamusz/, kisagy, nagyagy), és az említett területek funkciói.
- Az agy részeinek részletes ismerete (agytörzs/nyúltvelő, híd, középagy/, köztiagy /talamusz, hipotalamusz/, kisagy, nagyagy), és az említett területek funkciói.
- A mozgatókéreg helye és kapcsolatai az idegrendszer többi területével.
- Agyidegek.
- Vegetatív idegrendszer anatómiai és élettani felosztása.
- Szimpatikus és paraszimpatikus idegrendszer.
- A bőr és a belső szervek receptorai (mechanikai-, fájdalom-, hő-, kemoreceptorok, szabad idegvégződések).
- Az érzékszervek anatómiai felépítése, az érzékszervek működésének általános elveit.

Egészségtan

Sport és életmód

- Az egészség fogalmának fejlődése, egészségügyi alapfogalmak. A WHO egészségdefiníciója, sportegészségtan.
- A testedzés és az egészségmegőrzés kapcsolata, a helyes táplálkozás keringési rendszer egészségére gyakorolt hatásai.
- A sport, mint a minőségi élet összetevője, fitness-wellness alapismeretek. A mozgás szervrendszerének épségét, megővését szolgáló alapelvek ismerete.
- A sportrekreáció fogalma, egészségügyi vonatkozásai, a sport szerepe a stresszoldásban és egyes krónikus betegségek kezelésében. A pihenés fogalma, aktív és passzív formái.
- A keringési rendszer főbb betegségeinek (érelmeszesedés, visszértágulat, a trombózis, a magasvérnyomás /hipertónia betegség, szívritmuszavar és a szívinfarktus) kialakulásában szerepet játszó főbb kockázati tényezők. (rizikófaktorok).
- A megfelelő életvitel kialakításával csökkenthető kockázatok a krónikus betegségek (keringési betegségek, cukorbetegség) esetében.
- A szívinfarktus fogalma és jellemző tünetei.

A tápcsatorna felépítése

- Az emésztőrendszer feladata, részei, táplálkozás részfolyamatai.
- A táplálkozási szervrendszer felosztása, az egyes szakaszok feladata, szerveinek ismerete, az egyes szervek, szakaszok biológiai funkciói.
- A táplálkozási szervrendszer felosztása, az egyes szakaszok feladata, szerveinek ismerete, az egyes szervek, szakaszok biológiai funkciói.
- Az enzimtermelő szervekben termelődő emésztőenzimek, és szerepük az emésztés folyamatában.
- A máj szerepe az emésztőnedv-termelésben, a fehérje-, glükóz- és glikogénszintézisben, a raktározásban és a méregtelenítésben.
- A hasnyálmirigy kettős funkciója (hormontermelés, emésztőnedv-termelés).
- A bélbolyhok helye, felépítése, működésük lényege.
- Az éhség-, szomjúságérzet kiváltódásának szabályozása, a tápcsatorna reflexes folyamatai

Egészséges táplálkozás

- A táplálék és tápanyag közti különbség ismerete. A testtömegindex értelmezése, az értékét befolyásoló tényezők (testösszetétel, nem, életkor). A tápanyagok csoportosítása az energiaforgalomban betöltött szerepük alapján (kalorigén, non-kalorigén)
- A tápanyagcsoportok részletes ismerete: fehérjék, ezek természetes forrásai. Érvek hiányuk vagy túlzott fogyasztásuk ellen.
- A tápanyagcsoportok részletes ismerete: szénhidrátok, ezek természetes forrásai. Érvek hiányuk vagy túlzott fogyasztásuk ellen.
- A tápanyagcsoportok részletes ismerete: zsírok, ezek természetes forrásai. Érvek hiányuk vagy túlzott fogyasztásuk ellen.
- A tápanyagcsoportok részletes ismerete: növényi rostok, ásványi anyagok, nyomelemek ezek természetes forrásai. Érvek hiányuk vagy túlzott fogyasztásuk ellen.
- A vitaminok élettani jelentősége, és hiánytüneteik. Vízben oldódó vitaminok.
- A zsírban oldódó vitaminok túladagolásának veszélye.

- Sportolói táplálkozás
- Sporttáplálkozás néhány szabálya
- Sportolói étrend összeállítása
- A minőségi és mennyiségi éhezés fogalma. Az elhízás okai és következményei.
- A helyes testsúlyszabályozás alapelvei, a rendszeres testmozgás testsúlyra és kalóriaigényre és az energiaforgalomra gyakorolt hatásai.
- A táplálékpiramis helyes értelmezése.
- A folyadékpotlás fontossága, a kiszáradás tünetei.
- A helytelenül alkalmazott táplálék-kiegészítők káros hatásai.
- Étel érzékenységek (glutén, laktóz)
- Testképzavarok

Az immunrendszer felépítése és működése

- Az immunitás fogalma, az immunrendszer részei, működése.
- A nyirokrendszer anatómiai felépítése, a nyirokcsomók és a csontvelő kitüntetett jelentősége.
- Afehérvérsejtek típusai, szerepük az immunválaszok kialakításában.
- Az antigén és az antitest fogalma, az általános-, a sejtes- és az antitestes immunválasz kialakulása.
- A védettség (immunitás) kialakulásának folyamata, típusai.
- Az immunrendszer szerepe az egészség megőrzésében, a betegségek külső és belső okai.
- Az autoimmun betegség fogalma és fajtái.
- A rendszeres testmozgás szerepe a nyirokkeringés fenntartásában.
- A rendszeresen végzett sporttevékenység egészségmegőrző hatása.

Sportártalmak, sportsérülések megelőzése

- Sportsérülések és fajtái
- A bőr sérülései
- A mozgató szervrendszer sérülései – csontsérülések
- A mozgató szervrendszer sérülései – izomsérülések
- Ízületi károsodások
- Ízületvédelem
- Gerincsérülések
- Gerinc védelmének életkori sajátosságai
- A mozgató szervrendszer épségének megóvását szolgáló alapelvek. (pl. helyes testtartás, testedzés).
- Edző szerepe a sérülések megelőzésében
- A bemelegítés, levezetés, pihenésre fordított idő fontossága az egészségmegőrzésben.
- A sportsérülés és a sportártalom közti fogalmi különbség, e traumák keletkezésének okai, időbeni lefolyásuk, tünetaik, gyógyulásuk feltételei, megelőzésük módjai.
- A rehabilitáció fogalma, jelentősége a sportártalmak kezelésében.
- Sportorvosi vizsgálat jelentősége

Edzéselmélet I.

- Motoros képességek fogalma, felosztása.
- Kondicionális képességek fogalma, összessége
- Kondicionális alapképességek közül az erő, fogalma, fajtái, befolyásoló tényezők.
- Kondicionális alapképességek közül a gyorsaság, fogalma, fajtái, befolyásoló tényezők
- Kondicionális alapképességek közül az állóképesség, fogalma, fajtái, befolyásoló tényezők
- A kondicionális képességek kapcsolata.
- A koordinációs képességek fogalma, alapképességek (mozgásalkalmazkodó és –átállító képesség, mozgásszabályozási képesség, mozgástanulási képesség).
- A koordinációs képességek megjelenési formái. (téri tájékozódó képesség, egyensúlyozó képesség, kinesztézis, mozgásdifferenciáló képesség stb.)
- Az ízületi mozgékonyaság fogalma, típusai.
- A motoros képességek életkori sajátosságai, szenzitív fejlesztési szakaszai.
- Az edzés és versenyzés összefüggései
- A sportverseny meghatározása, jellemzői.
- Versenyhelyzet elemzésének szempontjai.
- Versenyzési konfliktusok, motívumok, azok összefüggései a személyiségtípusokkal.
- Rajtállapot fogalma, típusai (rajkészség, rajtláz, rajtapátia). Videók nézése
- A stratégia és taktika fogalma, jelentősége.
- Az edzésfolyamatot befolyásoló tényezők
- Biológiai edzéselvek.
- Pszichológiai edzéselvek.
- A formaidőzítés lehetőségei és tényezői.
- A sportforma fogalma, befolyásoló tényezők

Edzésprogramok I.

- Edzésdokumentáció tartalmi összetevőinek ismertetése, rögzítése
- Bemelegítés mozgásanyagának ismertetése, részei, fontossága
- Az edzés fő részeinek ismertetése, mozgásanyaga, módszerek alkalmazása
- Saját sportági edzés ismertetése az edzés fő részeinek ismeretében
- Választott sportág edzésének fő részei, jellemzői.
- Verseny jellemzői, annak dokumentációi, szakemberek
- Saját sportág szabályismerete

Gimnasztika I.

- A gimnasztika mozgásrendszere
- A gimnasztika története, mai értelmezése.
- A gimnasztika szerepe, alkalmazási területei.
- Gimnasztikai alapfogalmak (alapforma, kiinduló helyzet, gyakorlatlánc stb.)

- A mozgásszerkezet időbeli, térbeli, dinamikai jegyei, ezek változtatási lehetőségei.
- A test síkjai, tengelyei.
- A test és a szer egymáshoz viszonyított helyzete.
- A rajzírás alapelvei.
- A rajzírásban használt jelek.
- A kiinduló helyzetek rajzírása (állások, térdelések, ülések, fekvések, kéz- és lábtámaszok,
- egyéb támaszok, függések és vegyes helyzetek).
- Gimnasztikában használt kartartások.
- Fogásmódok az ujjak helyzete, a tenyér helyzete és a kezek egymástól való távolsága szerint.
- A gyakorlatok szakleírásának szempontjai.
- Mozgások rajzírása.
- Lendítések, lengetések.
- Húzások, csúsztatások.
- Emelések, leengedések.
- Emelkedések, ereszkedések.
- Hajlítások, nyújtások.
- Döntések, dőlések.
- Fordítás, forgatás.
- Fordulat, forgás.
- Körzések.
- Összetett törzsmozgások.
- Utánmozgások, rugózások.
- Helyzetcserek.
- Szökdelések, szökkenés, ugrások.
- Helyváltoztatások.
- Dobások. Emelések, hordások.
- Gyakorlatláncok tervezése, rajzírással, szakleírással.
- Testnevelési játékok gimnasztikai feladattal (játékok, versenyek, váltóversenyek.
- A gimnasztikai gyakorlatok ismertetésének, közlésének és a gyakorlatok vezetésének a módszerei (verbális, vizuális, kevert módszerek).
- Rendgyakorlatok gyakorlatvezetése.
- Nyújtó hatású alapformák.
- Erősítő hatású alapformák.
- Antigravitációs izmok. Izomtérkép.
- Ernyesztést és lazítást segítő mozgások, módszerek.
- Az általános bemelegítés blokkjai, mozgásanyaga, gyakorlatvezetése.
- Mérsékelt nyújtó hatású gyakorlatláncok tervezése rajzírással, szakleírással.
- Keringést fokozó gyakorlatláncok tervezése rajzírása, gyakorlatvezetése.
- Dinamikus nyújtó gyakorlatláncok tervezése rajzírása, gyakorlatvezetése.
- A célgimnasztika alkalmazásának területei.
- Erőkifejtési módok rendszere.

- Dinamikus, statikus erősítő hatású gyakorlatláncok tervezése rajzírása, gyakorlatvezetése.
- A gimnasztikai gyakorlatok variálásának kombinálásának lehetőségei.
- Gyakorlatok variálása a mozgás térbeli összetevőinek változtatásával (kiinduló helyzet, mozgásirány, mozgásterjedelem stb.).
- Gyakorlatok variálása a mozgás időbeli összetevőivel változtatásával (időtartam, tempó stb.)
- Gyakorlatok variálása a terhelési összetevők változtatásával (pl. ellenállás nagysága, pihenőidő stb.)
- Gyakorlatok variálása különböző eszközök használatával.
- Kondicionális képességek fejlesztése gimnasztikával.
- Koordinációs képességek fejlesztése gimnasztikával.
- Ízületi mozgékonyág fejlesztése gimnasztikával.
- Izolációs gyakorlatok. Összetett gyakorlatok.
- 32 ütemű határozott formájú gyakorlatláncok tervezése, gyakorlatvezetése.
- Általános bemelegítés

11. évfolyam

Elsősegélynyújtás

Az elsősegélynyújtás és a mentés története

- Elsősegélynyújtás napjainkban: újkor
- Az OMSZ fejlődése

Az elsősegélynyújtás szerepe

- Az elsősegélynyújtás jogi szabályozása Magyarországon
- Az elsősegélynyújtás célja
- A mentési lánc elemei
- Konstantin- kereszt

Tevékenységek a helyszínen

- A helyszín szerepe és veszélyei az elsősegélynyújtásban
- A sérült elsődleges vizsgálata
- Segélykérés, mentőhívás
- A sérült mozgatása (Rautek –féle műfogás, tálcáfogás)
- A sérült részletes vizsgálata
- Az eszméletlen sérült ellátása (stabil oldalfekvés)
- A sérült pozicionálása

Újraélesztés

- Az újraélesztés fogalma, A légzés és keringés vizsgálata, szervkárosodás megakadályozása

- A túlélési lánc külső automata defibrillátor, az AED
- Gyermek alapszintű újraélesztése

Sérülések

- Sebek általános jellemzője
- Mechanikai sebzések
- Vérzéscsillapítás (vérzések típusai, megfelelő ellátás), különleges vérzések
- Csont- ízületi sérülések (törés, rándulás, ficam)
- Különböző testtájékok sérülése és ellátása
- Elsősegélynyújtás csonkolásos sérülés esetén
- Politrauma, sokkfolyamat

Termikus balesetek

- Az égési sérülés súlyossága, a sérült ellátása fagyási sérülés, a sérült ellátása
- A bőrre, nyálkahártyára kerülő maró vegyszerek sérülései, ellátása

Hirtelen rosszulétek

- Allergia oka, allergiás reakciók, ellátás
- Légúti idegentest által okozott problémák, idegentest eltávolítása
- Mellkasi fájdalom, szívinfarktus tünetek, ellátás
- Nehézlégzéssel járó rosszulétek
- Agyi vérellátási zavarok
- Görcsrohammal járó rosszulétek
- Cukorbetegség miatti rosszulét, kóma

Belgyógyászati balesetek

- Áram hatása a szervezetre, teendők áramütés esetén
- Vízi balesetek típusai, vízbefulladás, sérülések, problémák, ellátás
- Hőártalmak: ájulás, napszúrás, lehülés, tünetek, ellátás

Mérgezések

- Mérgezések fajtái, tünetei, ellátása
- Gázmérgezések
- Gyógyszermérgezések
- Drogok okozta mérgezések
- Ételmérgezések
- Növényvédő szerek okozta mérgezések

Sportsérülések

- Sportsérülések fajtái, megelőzése, ellátása
- Táplálkozás és sport
- A stressz hatása a szervezetre

Terhelésélettan

Terhelés hatására a szervezetben végbemenő változások

- Homeosztázis fogalma, összetevői.
- Terhelés hatására a szervezetben végbemenő változások (hipertermia, dehidratáció, sóvesztés, hemokoncentráció változása, vér kémhatásának változása, vércukorszint változása).
- Védekezés a káros hatások ellen.

Energiaszolgáltató folyamatok a szervezetben

- Sejtszintű energiaszolgáltató folyamatok (biológiai oxidáció, erjedés).
- A Pasteur-effektus fogalma.
- Energiaszolgáltató folyamatok típusai (anaerob alaktacid, anaerob laktacid, aerob).
- Az energiaszolgáltató folyamatok időrendi változásai.
- Steady state, anaerob küszöb fogalma.

Terhelés hatása a mozgató szervrendszerre

- Csontok összeköttetése, ízület felépítése. Terhelés hatása az ízületekre.
- Izomműködés mechanizmusa.
- Izomkontrakció típusai. Izomrostok típusai, jellemzői.
- Izomműködés energetikai folyamatai
- A passzív mozgatórendszer adaptációs folyamatai.
- Az aktív mozgatórendszer adaptációs folyamatai.

Terhelés hatása a légzés szervrendszerére

- A légzőrendszert jellemző élettani mutatók (légzésszám, légzési térfogat, légzési perctérfogat, vitálkapacitás).
- A tüdő adaptációs folyamatai. A légzőrendszert jellemző élettani mutatók változásai terhelés hatására, az edzett és a nem edzett szervezet mutatóinak összehasonlítása.
- Az aerob kapacitás fogalma, jelentősége.

Terhelés hatása a keringési rendszerre

- A keringési rendszert jellemző élettani mutatók (vérnyomás, pulzus, pulzustérfogat, perctérfogat).
- Egy aerob és anaerob munkát végző sportoló terhelés alatti vérnyomásváltozásainak összehasonlítása.
- Pulzuszajták és jelentőségük.
- Karvonen kalkulátor, pulzustartományok.
- A szív adaptációs folyamatai. Edzett szív, edzésbarycardia. A szív működés adaptációs folyamatainak összehasonlítása egy aerob és egy anaerob munkát végző sportoló esetében.
- A keringési rendszert jellemző élettani mutatók változásai terhelés hatására, az edzett és a nem edzett szervezet mutatóinak összehasonlítása.

A terhelés és a szabályozó rendszer kapcsolata

- A vezérlés és a szabályozás összehasonlítása. A szabályozás feladatai. Negatív visszacsatolás.
- A hormonrendszer és az idegrendszer feladatainak összehasonlítása.
- Mirigy és hormon fogalma, típusai. Az agyalapi mirigy hormonjai.
- A terhelésben fontos szerepet játszó mirigyek és hormonjaik (pajzsmirigy, mellékvese, hasnyálmirigy, nemi mirigyek)
- Rendszeres terhelés hatására végbemenő hormonális változások.
- Az idegszövet felépítése. Elemi idegjelenségek.
- A terhelés és a szimpatikus túlsúly kapcsolata. A mielinizáció és a mozgástanulás kapcsolata
- A Selye-féle stresszelmélet.
- Mozgató (piramis és extrapiramis) pályák jellemzése, kapcsolatuk a mozgás végrehajtásával. Az idegrendszer adaptációs folyamatai.

A terhelés és a táplálkozás kapcsolata

- Tápanyagok fogalma, csoportosítása.
- Táplálkozás és sporttáplálkozás összehasonlítása.
- A sporttáplálkozás alapelvei.
- Táplálkozás a terhelés előtt és alatt. Táplálkozás a terhelés után.

Különböző életkorok terhelésélettani sajátosságai

- Naptári és biológiai életkor fogalma. Terhelés és biológiai életkor.
- Szenzibilis időszak fogalma. Az egyes motoros képességek és szenzibilis időszakaik.
- Erőfejlesztés különböző életkorokban.
- Az időskori sportolás jellemzői.

Fogyatékkal élők, krónikus betegek és terhesek terhelésének sajátosságai

- Fogyatékoság fogalma, típusai.
- Fogyatékkal élők sportolásának jellemzői.
- Krónikus betegség fogalma. Gyakori krónikus betegségek (cukorbetegség, asztma, krónikus elhízás, epilepszia, magas vérnyomás).
- Krónikus betegek sportolásának jellemzői.
- A terhesség és a sportolás kapcsolata.

A teljesítményfokozás

- A teljesítményfokozás módszerei és eszközei. A teljesítményfokozás megengedett módszerei, eszközei.
- A dopping fogalma. Doppingosztályok.
- Az antidopping program.

Edzésmélet II.

- A kondicionális képesség fogalma, fajtái, rendszere

- Az erő és fajtái (maximális erő, gyors erő, erőállóképesség)
- Gyorsaság fajtái, módszerei
- Állóképesség fogalma, fajtái, módszerei
- Kondicionális képesség összefüggése
- Ízületi mozgékonyaság fogalmuk, megjelenési formái, fejlesztésük.
- Koordinációs képességek (mozgáskoordináció, mozgáskészség és mozgás tanulás fázisai)
- Ismeret, jártasság készség
- Stratégia és taktika fogalmuk, jellemzőik.
- A motoros képességek életkori sajátosságai
- Az edzés és a versenyzés összefüggése a sportverseny meghatározása
- Versenyhelyzet elemzés szempontjai, motívumok, konfliktusok
- Rajtállapot (rajtkészség, rajtláz, rajtapátia.)

Edzésprogramok II.

- Állóképesség fejlesztése (rövid, közép, hosszú módszerekkel)
- Állóképesség fejlesztése (tartós, intervall, ellenőrző módszerekkel)
- Az ízületi mozgékonyaság fejlesztése aktív és passzív izommozgással.
- Koordinációs képességek közül a mozgásérzékelés (kinesztézis) és ritmusérzék, és a differenciáló képesség fejlesztése.
- A koordinációs képességek közül az egyensúlyozási és reagáló képesség fejlesztése.
- A koordinációs képességek közül a téri tájékozódási és összekapcsolási képesség fejlesztése.
- Az ügyesség fejlesztése.

Gimnasztika II.

- Kéziszerrel- és egyéb szerrel végzett gyakorlatok
- Erősítő hatású kézisúlyozós gyakorlatok megismerése, tervezése, rajzírása (kar-, váll-, hát-, mell-, törzs-, lábizom erősítő gyakorlatok)
- Erősítő hatású gimnasztikai labdás gyakorlatok megismerése, tervezése, rajzírása (kar-, váll-, hát-, mell-, törzs-, lábizom erősítő gyakorlatok)
- Erősítő hatású rugalmas ellenállással, gumikötéllel végzett gyakorlatok megismerése, tervezése, rajzírása (kar-, váll-, hát-, mell-, törzs-, lábizom erősítő gyakorlatok)
- Felfüggesztéssel, TRX-szel végzett erősítő hatású gyakorlatok megismerése, tervezése, rajzírása (kar-, váll-, hát-, mell-, törzs-, lábizom erősítő gyakorlatok)
- Páros és társas gyakorlatok megismerése, tervezése, rajzírása (kar-, váll-, hát-, mell-, törzs-, lábizom erősítő hatású gyakorlatok)
- Zsámoly és padgyakorlatok megismerése, tervezése, rajzírása (kar-, váll-, hát-, mell-, törzs-, lábizom erősítő hatású gyakorlatok)
- Bordásfal gyakorlatok megismerése, tervezése, rajzírása (kar-, váll-, hát-, mell-, törzs-, lábizom erősítő gyakorlatok)

- Ugró kötél gyakorlatok megismerése, tervezése, rajzírása (kar-, váll-, hát-, mell-, törzs-, lábizom erősítő gyakorlatok)
- Medicin labda gyakorlatok megismerése, tervezése, rajzírása (kar-, váll-, hát-, mell-, törzs-, láb-izom erősítő gyakorlatok)
- Erőfejlesztő gépekkel, csigas szerkezetekkel végzett erősítő hatású gyakorlatok (kar-, váll-, hát-, mell-, törzs-, lábizom erősítő gyakorlatok)
- Bot gyakorlatok megismerése, tervezése, rajzírása.
- Egyéb eszközzel (pl. bosu, „hajókötél”) végzett gyakorlatok megismerése, tervezése, rajzírása.

Kommunikáció

I. Kommunikáció

A kommunikáció szerepe és alapformái

- A kommunikáció fogalma, tényezői
- A kommunikáció funkciói és mellékfunkciói
- A kommunikáció modellje
- A verbális kommunikáció és a nonverbális kommunikáció
- A testbeszéd és a térközsabályozás szerepe a kommunikációs folyamatban, értelmezése és tudatos alkalmazása
- A gyakorlatban megjelenő nem nyelvi kifejezőeszközök értelmezése és elemzése
- A kommunikáció típusai, azok jellemzői: személyes, csoportos, nyilvános és tömegkommunikáció
- Beszédhelyzetek megítélése, megfelelő stílus és magatartás értelmezése, alkalmazása
- Kommunikációs zavarok felfedezése, elhárítása

Befolyásolás, meggyőzés és asszertivitás a kommunikációs folyamatokban

- Az asszertív kommunikáció fogalma
- Az asszertív komm. jellemzői, nyelvi és nem nyelvi formái
- Az információ hatékony befogadása, értelmezése, az önérvényesítés
- Az asszertív meggyőzés retorikai eszközei
- Az asszertív meggyőzés érvelési technikái
- A megfelelő kommunikációs eszközök alkalmazása az érzelmi és értelmi hatáskeltésre.
- A kulturált vita felépítése, szabályai
- Az érvelési és a cáfolat módszerei
- A hatásos előadásmód eszközei
- A hatásos előadásmód szemléltetésének módjai (bemutató, prezentáció)
- Prezentációk előadása, értékelése, számonkérés
- A hatásos meggyőzés és véleménynyilvánítás nyelvi eszközeinek alkalmazása
- A hatásos meggyőzés és véleménynyilvánítás nem nyelvi eszközeinek alkalmazása különféle szövegműfajokban
- Az audiovizuális és multimédiás közlés különböző formáiban

II. A szakmaspecifikus interakciók hatékony kezelése

- A szakmaspecifikus interakciók során megjelenő szituációk
- Szituációk edző-sportoló, oktató-ügyfél között, szituációs játékok
- Szituációs játékok edző-sportszervezet, edző-nyilvánosság között és edző-tanintézmény között
- Színterek (edzés, versenyhelyzet, egyesület, média, iskola ismerete)
- Az alkalmazható kommunikációs formák, műfajok (személyes/csoportos beszélgetés, megbeszélés, terv,
- A beszámoló, értekezlet, utasítás ismerete
- A sportolók motiválása, véleményformálás, reflektálás a fennálló kommunikációs tényezők figyelembevételével
- A gyakorlati szituációk, a megjelenő kommunikációs elemek felismerése, értelmezése
- Szituációs gyakorlatok, feladatok pl. filmbejátszás alapján

Sportszervezési ismeretek

- A magyar testnevelés és sport területei és szervezetei
- A sport szerkezete és felépítése nemzetközi viszonylatban.
- Az intézményes testnevelés rendszere
- Óvodai testnevelés.
- Iskolai testnevelés , mindennapos testnevelés
- A felsőoktatási intézmények testnevelése
- Az iskolai testnevelés irányítása és felügyelete
- Állami és önkormányzati szerepvállalás a sportban
- A magyar sport irányítási, igazgatási rendszere.
- Sportesemények szervezése
- A sportesemények, sportrendezvények típusai és módszertana.
- A sportprogramok szerkezete
- A sportprogramok létrehozásának és szervezésének szempontjai és módszertani kérdései.
- Az eseményszervezés folyamata, dokumentumai.

Sportági alapok

- Kondicionális képességfejlesztés és az életkor kapcsolata
- Erőfejlesztés az óvodás és kisiskolás korban.
- Erőfejlesztés a serdülőkorban.
- Erőfejlesztés ifjú- és felnőttkorban.
- Állóképesség-fejlesztés az óvodás és kisiskolás korban.
- Állóképesség-fejlesztés a serdülőkorban.
- Állóképesség-fejlesztés ifjú- és felnőttkorban.
- Gyorsaság-fejlesztés az óvodás és kisiskolás korban.
- Gyorsaság-fejlesztés a serdülőkorban.
- Gyorsaság-fejlesztés ifjú- és felnőttkorban.

12. évfolyam

Funkcionális anatómia

Szöveti struktúrák élettani vetületei

- A szerkezeti struktúrák szerepe a következő szövetekben: harántcsíkolt izom, simaizom, szívizom, csontszövet, emberi vér.
- A csontszövet részletes felépítése, csontanyag (sejtközötti állomány) kémiai összetétele (szerves és szervetlen alkotók), ezek szerepe a szövet élettani feladataiban.
- Az egyes csontsejt-típusok szerepe a csontosodás folyamatában.
- A három izomszövet-típus felépítés és működés szempontú összehasonlítása.

A vázrendszer felépítése és működése

- A csontok szerkezetének vázfunkciókhoz köthető tulajdonságait. (fizikai tartó, vérképzés helyszíne, ásványianyag raktár).
- A hosszirányú csontnövekedés és a csont vastagodásának folyamata.
- Részlete csonttan – koponya csontjai
- Részletes csonttan – törzs, gerincoszlop
- Részletes csonttan – felső- és alsó végtag és függesztőövei
- Tájékozódás a csontvázon - gyakorlás
- Az ízületek típusainak csoportosítása azok alakja és tengelyszáma szerint, az egyes ízületi típusok mozgásai.
- A vázrendszer fontosabb ízületeinek (váll-, könyök-, csuklóízület) jellemzése, az ízületi tengelyek száma, és az azt megalkotó csontok szerint.
- A vázrendszer fontosabb ízületeinek (csípő-, térdízület) jellemzése, az ízületi tengelyek száma, és az azt megalkotó csontok szerint.
- A vázrendszer fontosabb ízületeinek (alsó és felső ugróízület) jellemzése, az ízületi tengelyek száma, és az azt megalkotó csontok szerint.
- A férfi- és a női vázrendszer, különösen a medence-típusok közti különbség oka és mozgásminőségi következményei.

Izomrendszer felépítése és működése

- A következő izmok funkcióinak ismerete: végtagok hajlító- és feszítő, közelítő és távolító izmai közül: két- és háromfejű felkarizom, deltaizom, hollócsőrkarizom.
- A következő izmok funkcióinak ismerete: csípőizmok, kis- középső- és nagy farizom, két- és négyfejű combizom.
- A következő izmok funkcióinak ismerete: fésűs és karcsúizom, hosszú- a rövid- és nagy közelítőizom, az elülső sípcsonti izom, háromfejű lábszárizom.
- A következő izmok funkcióinak ismerete: nyak- és hátizmok közül: fejbiccentő izom, csuklyásizom.
- A következő izmok funkcióinak ismerete: lapockaalatti izom, nagy rombuszizom, széles- és hosszú hátizom.

- A következő izmok funkcióinak ismerete: Mellkas izmai közül: rekeszizom bordaközi izmok, kis és nagy mellizom.
- A következő izmok funkcióinak ismerete: egyenes-, külső ferde-,belső ferde és haránt hasizom,
- A következő izmok funkcióinak ismerete: csípőhorpaszizom elülső fűrészizom.
- Izmok elhelyezkedése a csontokon, ábrán való felismerésük.
- Izmok elhelyezkedése a csontokon, ábrán való felismerésük.
- A szarkomer részei, molekuláris struktúrája és funkciója közti összefüggés, az izom-összehúzódás kémiai feltételrendszere, az izom energetikai folyamatai.

Keringési rendszer részeinek szerepe az életműködések fenntartásában

- A vérről alkotott szövettani ismeretek bővítése: a hemoglobin molekula vörösvértestek jellemzőit meghatározó tulajdonságai.
- A sérült érfal, a vérlemezkek, a trombin, a fibrin, a kalciumion, K-vitamin szerepe a véralvadás folyamatában.
- A vérszegénység lehetséges okai.
- A véralvadási folyamat rendellenességeinek szerepe a vérzékenység, illetve trombózis kialakulásában.
- Az artériás erek szerepe a szabályzási folyamatokban. A hajszálerek keringési jellemzői, funkciója az anyagcserében.
- A vérnyomás változásának elemzése, a véráramlás sebessége, az erek keresztmetszetének alakulása a keringési rendszerben.
- A szív teljes ingerületkeltő és vezető rendszerének részei.

Légzőrendszer részeinek szerepe az életműködések fenntartásában

- A légzés szervezet- és sejtszintű folyamatainak összefüggésbe hozása. A légcsere, a gázcsere és a sejtlégzés összefüggései.
- A sejtlégzés fő lépései (aerob és anaerob út) a kétféle metabolizmus szerepe az izomműködésben.
- A tüdőben és a szövetekben folyó gázcsere diffúziós elve, a légzőmozgások következtében kialakuló nyomásváltozások szerepe a légzési gázok transzportjában.
- A légcsere biomechanikai értelmezése a Donders modell alapján.
- A vér szén-dioxid koncentrációjának szerepe a légzés szabályozásában.
- A kemoreceptorok és a mechanoreceptorok helye és szerepe a légzésszabályozásban. A légzésvezérlés idegi szabályozása.

Szabályzórendszer egyes elemeinek szerepe az érző és mozgató területek működésének összehangolásában

- A motivációs állapotok szerepe magatartásunk irányításában.
- Az agykéreg szerepe az akaratlagos mozgások kialakításában. A mozgatópályák kereszteződéseinek funkcionális következményei.
- A kéreg alatti magvak, a kisagy és az átkapcsolódások szerepe az automatizált mozgások szabályozásában. A kisagy funkciói (mozgáskoordináció, finomhangolás, szűrés).

- A szimpatikus és a paraszimpatikus idegrendszer anatómiai vetületének és működésének összehasonlítása.
- A vegetatív szabályozás hatása az életfolyamatokra. (a szembogár (pupilla), a vázizom, a bél szimpatikus és paraszimpatikus befolyásolása).
- A vegetatív szabályozás hatása az életfolyamatokra. (a szív és a vérerek szimpatikus és paraszimpatikus befolyásolása).
- A keringés és a testhőmérséklet szabályozása.
- Az öröklött emberi magatartásformák.
- A feltételes reflexek szerepe az ember tanulási folyamataiban, komplex viselkedésében.

Edzésmélet II.

- A kondicionális képesség fogalma, fajtái, fejlesztési rendszere a saját sportágban
- Az erő és fajtái (maximális erő, gyorselő, erőállóképesség), fejlesztési módszerei a saját sportágban
- Gyorsaság fajtái, fejlesztési módszerei a saját sportágban
- Állóképesség fogalma, fajtái, fejlesztési módszerei a saját sportágban
- Kondicionális képesség összefüggése
- Ízületi mozgékonyaság fogalmuk, megjelenési formái, fejlesztési lehetőségei a saját sportágban
- Koordinációs képességek (mozgáskoordináció, mozgáskészség és mozgás tanulás
- fázisai)
- Ismeret, jártasság készség
- Stratégia és taktika fogalmuk, jellemzőik.
- A motoros képességek életkori sajátosságai
- Az edzés és a versenyzés összefüggése a sportverseny meghatározása
- Versenyhelyzet elemzés szempontjai, motívumok, konfliktusok
 - Az edző szerepe, személyisége
 - Edzői kommunikáció, és konfliktusok.
- Rajtállapot (rajtkészség, rajtláz, rajtapátia.)

Sporttörténet

- Testnevelés a görög városállamokban, az ókori olimpiai játékok.
- A német torna, a svéd torna és a dán gimnasztika értékelése.
- Az iskolai testnevelés tanítását meghatározó törekvések és rendeletek: 1777. Ratio Educationis, 1850. Entworf, 1920.

Sportági alapok

- Kondicionális képességfejlesztés és az életkor kapcsolata
- Erőfejlesztés az óvodás és kisiskolás korban.

- Erőfejlesztés a serdülőkorban.
- Erőfejlesztés ifjú- és felnőttkorban.
- Állóképesség-fejlesztés az óvodás és kisiskolás korban.
- Állóképesség-fejlesztés a serdülőkorban.
- Állóképesség-fejlesztés ifjú- és felnőttkorban.
- Gyorsaság-fejlesztés az óvodás és kisiskolás korban.
- Gyorsaság-fejlesztés a serdülőkorban.
- Gyorsaság-fejlesztés ifjú- és felnőttkorban.

Pedagógia

- A pedagógia fogalma, tárgy, tudományai
- A nevelés fogalma, nevelési módszerek
- A sportpedagógia fogalma, területei
- A sportpedagógia kulcsfogalmai
- Érték, életmód, életszínvonal
- A nevelő (pedagógus, edző) személyisége

Pszichológia

- Ismertesse és definiálja, hogy mit értünk a személyiség szó alatt a pszichológiában.
- Ismertesse az 5 faktoros személyiség modellt.
- Milyen személyiség jegyeket értünk a fekete triád kifejezés alatt valamint ismertesse ennek főbb kutatási eredményeit a sportban.
- Kutatás Módszertan a személyiség pszichológiában.
- Mivel foglalkozik a sportpszichológia, valamint ismertesse a sport pszichológiában használt intervenciókat.

Sportmenedzsment és marketing

- A vezetélmélet fejlődése
- Főbb vezetés- és szervezélméleti irányzatok (klasszikus, Weber, Taylor, Fayol, napjaink vezetési elméletei)
- A sportvezető feladatai, funkciói, módszerei
- A sportvezető gazdasági tevékenysége, beszámolási kötelezettsége.
- A sportvezető tekintélye, leggyakoribb hibái. A sportvezető gyakorlati tevékenysége
- A marketing alapfogalmai. A marketingmix elemei.
- A sportmarketing elméleti alapjai.
- A sportmarketing feladata, célja, eszközrendszere
- A szponzorálás és a sportmarketing összefüggése
- Imázs, PR
- Sportszervezetek, sportvállalkozások szervezése, vezetése

- Szponzoráció és támogatás különbsége, sportesemények és sportszervezetek szponzorálása
- A sport és az EU. Pályázatírás alapvető szabályai
- A TAO rendszere

13. évfolyam

Munkavállalói angol nyelv

- Álláskeresés: Szakmák, végzettségek, munkakörök megnevezés, beszámoló a szakmai gyakorlatról
- Önéletrajz, motivációs levél: rövid motivációs levél és önéletrajz megírása
- Small Talk: társalgás általános témakörökről, kérdés felvetés és válaszadás, pl. időjárás, szabadidő, család, hobbik, közlekedés, utazás
- Állásinterjú: bemutatkozás, erősségek, gyengeségek, online video helyzet vagy rögtönzött interjú szituáció

Munkavállalói német nyelv

- Álláskeresés: Szakmák, végzettségek, munkakörök megnevezés, beszámoló a szakmai gyakorlatról
- Önéletrajz, motivációs levél: rövid motivációs levél és önéletrajz megírása
- Small Talk: társalgás általános témakörökről, kérdés felvetés és válaszadás, pl. időjárás, szabadidő, család, hobbik, közlekedés, utazás
- Állásinterjú: bemutatkozás, erősségek, gyengeségek, online video helyzet vagy rögtönzött interjú szituáció

Funkcionális anatómia

- A szerkezeti struktúrák szerepe a következő szövetekben: harántcsíkolt izom, simaizom, szívizom, csontszövet, emberi vér.
- A csontszövet részletes felépítése, csontanyag (sejtközötti állomány) kémiai összetétele (szerves és szervetlen alkotók), ezek szerepe a szövet élettani feladataiban.
- Az egyes csontsejt-típusok szerepe a csontosodás folyamatában.
- A három izomszövet-típus felépítés és működés szempontú összehasonlítása.
- A csontok szerkezetének vázfunkciókhoz köthető tulajdonságait. (fizikai tartó, vérvézés helyszíne, ásványianyag raktár).
- A hosszirányú csontnövekedés és a csont vastagodásának folyamata.
- Részletes csonttan – koponya csontjai
- Részletes csonttan – törzs, gerincoszlop
- Részletes csonttan – felső- és alsó végtag és függesztőövei
- Az ízületek típusainak csoportosítása azok alakja és tengelyszáma szerint, az egyes ízületi típusok mozgásai.

- A vázrendszer fontosabb ízületeinek jellemzése, az ízületi tengelyek száma, és az azt megalkotó csontok szerint.
- A következő izmok funkcióinak ismerete: végtagok hajlító- és feszítő, közelítő és távolító izmai közül: két- és háromfejű felkarizom, deltaizom, hollócsőrkarizom.
- A következő izmok funkcióinak ismerete: csípőizmok, kis- középső- és nagy farizom, két- és négyfejű combizom.
- A következő izmok funkcióinak ismerete: fésűs és karcsúizom, hosszú- a rövid- és nagy közelítőizom, az elülső sípcsonti izom, háromfejű lábszárizom.
- A következő izmok funkcióinak ismerete: nyak- és hátizmok közül: fejbiccentő izom, csuklyásizom.
- A következő izmok funkcióinak ismerete: lapockaalatti izom, nagy rombuszizom, széles- és hosszú hátizom.
- A következő izmok funkcióinak ismerete: Mellkas izmai közül: rekeszizom bordaközi izmok, kis és nagy mellizom.
- A következő izmok funkcióinak ismerete: egyenes-, külső ferde-,belső ferde és haránt hasizom,
- A vérről alkotott szövettani ismeretek bővítése: a hemoglobin molekula vörösvértestek jellemzőit meghatározó tulajdonságai.
- A sérült érfal, a vérlemezkék, a trombin, a fibrin, a kalciumion, K-vitamin szerepe a véralvadás folyamatában.
- A vérszegénység lehetséges okai.
- A véralvadási folyamat rendellenességeinek szerepe a vérzékenység, illetve trombózis kialakulásában.
- Az artériás erek szerepe a szabályzási folyamatokban. A hajszalerek keringési jellemzői, funkciója az anyagcserében.
- A vérnyomás változásának elemzése, a véráramlás sebessége, az erek keresztmetszetének alakulása a keringési rendszerben.
- A szív teljes ingerületkeltő és vezető rendszerének részei.
- A szívritmus idegi szabályzásának módja.

Edzélmélet II.

- Az edzés fogalma, területei, szerkezeti elemei, azok funkcionális céljai.

- Edzésrendszer, edzéscél fogalma, edzéscélok csoportosítása, negatív és pozitív edzéscélok. Dopping fogalma.
- A homeosztázis, edzésalkalmazkodás, terhelés, túlkompensáció összefüggései.
- A külső terhelés fogalma, szabályozásának lehetőségei.
- Az edzettség fogalma, általános és speciális edzettség.
- A teljesítmény összetevői, a teljesítőképesség és a teljesítőkészség jellemzése.
- Az elfáradás sajátosságai: típusai, szakaszai, az egyes szakaszok jellemzői.
- A túledzettség állapotának kifejlődése (fogalma, típusai, jellemzői).
- A kondicionális képesség fogalma, fajtái, fejlesztési rendszere a saját sportágban

- Az erő és fajtái (maximális erő, gyors erő, erőállóképesség), fejlesztési módszerei a saját sportágban
- Gyorsaság fajtái, fejlesztési módszerei a saját sportágban
- Állóképesség fogalma, fajtái, fejlesztési módszerei a saját sportágban
- Kondicionális képesség összefüggése
- Ízületi mozgékonyaság fogalmuk, megjelenési formái, fejlesztési lehetőségei a saját sportágban
- Koordinációs képességek (mozgáskoordináció, mozgáskészség és mozgás tanulás - fázisai)
- Ismeret, jártasság készség
- Stratégia és taktika fogalmuk, jellemzőik.
- A motoros képességek életkori sajátosságai
- Az edzés és a versenyzés összefüggése a sportverseny meghatározása
- Versenyhelyzet elemzés szempontjai, motívumok, konfliktusok
- Az edző szerepe, személyisége
- Edzői kommunikáció, és konfliktusok.
 - Rajtállapot (rajtkészség, rajtláz, rajtapátia.)
- Biológiai edzéselvek.
 - Pszichológiai edzéselvek.
 - A formaidőzítés lehetőségei és tényezői.
 - A sportforma fogalma, befolyásoló tényezők

Edzésprogramok II.

- Állóképesség fejlesztése, és fejlesztő feladatok a saját sportágban (rövid, közép, hosszú módszerekkel)
- Állóképesség fejlesztése, és fejlesztő feladatok a saját sportágban (tartós, intervall, ellenőrző módszerekkel)
- Ízületi mozgékonyaság fejlesztése, és fejlesztő gyakorlatok a saját sportágban aktív és passzív izommozgással.
- Koordinációs képességek közül a mozgásérzékelés (kinesztézis) és ritmusérzék, és a differenciáló képesség fejlesztése, és fejlesztő gyakorlatok a saját sportágban.
- A koordinációs képességek közül az egyensúlyozási és reagáló képesség fejlesztése, és fejlesztő gyakorlatok a saját sportágban.
- A koordinációs képességek közül a téri tájékozódási és összekapcsolási képesség fejlesztése, és fejlesztő gyakorlatok a saját sportágban.
- Az ügyesség fejlesztése, és fejlesztő gyakorlatok a saját sportágban.

Gimnasztika II.

- Erősítő hatású kézisúlyozós gyakorlatok megismerése, tervezése, rajzírása (kar-, váll-, hát-, mell-, törzs-, lábizom erősítő gyakorlatok)

- Erősítő hatású gimnasztikai labdás gyakorlatok megismerése, tervezése, rajzírása (kar-, váll-, hát-, mell-, törzs-, lábizom erősítő gyakorlatok)
- Erősítő hatású rugalmas ellenállással, gumikötéssel végzett gyakorlatok megismerése, tervezése, rajzírása (kar-, váll-, hát-, mell-, törzs-, lábizom erősítő gyakorlatok)
- Felfüggesztéses eszközzel, TRX-szel végzett erősítő hatású gyakorlatok megismerése, tervezése, rajzírása (kar-, váll-, hát-, mell-, törzs-, lábizom erősítő gyakorlatok)
- Páros és társas gyakorlatok megismerése, tervezése, rajzírása (kar-, váll-, hát-, mell-, törzs-, lábizom erősítő hatású gyakorlatok)
- Zsámoly és padgyakorlatok megismerése, tervezése, rajzírása (kar-, váll-, hát-, mell-, törzs-, lábizom erősítő hatású gyakorlatok)
- Bordásfal gyakorlatok megismerése, tervezése, rajzírása (kar-, váll-, hát-, mell-, törzs-, lábizom erősítő gyakorlatok)
- Ugró kötél gyakorlatok megismerése, tervezése, rajzírása (kar-, váll-, hát-, mell-, törzs-, lábizom erősítő gyakorlatok)
- Medicin labda gyakorlatok megismerése, tervezése, rajzírása (kar-, váll-, hát-, mell-, törzs-, láb-izom erősítő gyakorlatok)
- Erőfejlesztő gépekkel, csigás szerkezetekkel végzett erősítő hatású gyakorlatok (kar-, váll-, hát-, mell-, törzs-, lábizom erősítő gyakorlatok)
- Bot gyakorlatok megismerése, tervezése, rajzírása.
- Egyéb eszközzel (pl. bosu, "hajókötél") végzett gyakorlatok megismerése, tervezése, rajzírása.

Sportági alapok

- Kondicionális képességfejlesztés és az életkor kapcsolata, kiemelt tekintettel a saját sportágra
- Erőfejlesztés az óvodás és kisiskolás korban, kiemelt tekintettel a saját sportágra
- Erőfejlesztés a serdülőkorban, kiemelt tekintettel a saját sportágra
- Erőfejlesztés ifjú- és felnőttkorban, kiemelt tekintettel a saját sportágra
- Állóképesség-fejlesztés az óvodás és kisiskolás korban, kiemelt tekintettel a saját sportágra
- Állóképesség-fejlesztés a serdülőkorban, kiemelt tekintettel a saját sportágra
- Állóképesség-fejlesztés ifjú- és felnőttkorban, kiemelt tekintettel a saját sportágra
- Gyorsaság-fejlesztés az óvodás és kisiskolás korban, kiemelt tekintettel a saját sportágra
- Gyorsaság-fejlesztés a serdülőkorban, kiemelt tekintettel a saját sportágra
- Gyorsaság-fejlesztés ifjú- és felnőttkorban, kiemelt tekintettel a saját sportágra
 - Módszertani ajánlások a koordináció fejlesztésére, kiemelt tekintettel a saját sportágra
 - Módszertani ajánlások az ízületi mozgékonyág fejlesztésére, kiemelt tekintettel a saját sportágra

Sportági szakismeretek

- Az edzés tervezése, adminisztrációja, az edzés tervezésének módszertana.
- Edzésrészek tervezése, edzésdokumentáció, edzésnapló, edzés szervezési feladatai
- Edzésidőszakok tervezése.
- Feladatok az edzés előtt (létszám, sporteszközök, pálya összeállítása).
- Az edző helyezkedése, alakzat kialakítása, Feladatok az edzés végén.
- Csapatok, csoportok kialakításának lehetőségei, elvei.
- Az edző elemző munkája, az ellenfél feltérképezése
- Az edzői kommunikáció, viselkedés
- Az edzői szerep jellemzői, viselkedés az edzésen, hibajavítás, értékelés.
- Kommunikáció a versenyzővel.
- Kommunikáció a szülőkkal.
- Kommunikáció a sportvezetőkkel, szponzorokkal.

Sportjog

I. félév

A jogszabály fogalma, hierarchiája, hatálya

A megbízási szerződés

A sportoló fogalma, jogállása

Az amatőr sportoló, a hivatásos sportoló

II. félév

Sportszervezet fogalma, típusai

A sportegyesület (Ptk. szerint, speciális szabályok)

A sportszövetség, a sportszövetségek fajtái, működésük

Pénzügyi, számviteli és vállalkozói ismeretek

- Pénzügyi bizonylatok kezelése
- Házipénztár működése
- Kötelezettségek elszámolása és teljesítése
- Áfa
- Könyvvitel alkalmazásának kötelezettségei
- Bevételek-kiadások
- Sportszervezetekre vonatkozó pénzügyi szabályok
- Vállalkozás pénzforgalma
- Finanszírozási, befektetési és beruházási döntések
- A vállalkozás vagyona
- A vállalkozás eredménye