



GYÓGYÚSZÁS FOGLALKOZTATÓ

SZAKMAISMERTETŐ INFORMÁCIÓS MAPPA

Humán erőforrás-fejlesztési Operatív Program
(HEFOP) 1.2 intézkedés

„Az Állami Foglalkoztatási Szolgálat fejlesztése”



GYÓGYÚSZÁS FOGLALKOZTATÓ

Feladatok és tevékenységek

A napjainkban oly elterjedt ülő életmód okozta problémák kompenzálására legalkalmasabb a jól végrehajtott gyógyúszás.

Sokak számára az úszás a kitett fejjel történő mellúszást jelenti, pedig a nyakbántalmakban, gerincbántalmakban szenvedők többsége számára ez a kényszeredett fejtartás fokozza az izmok merevségét, görcsössé teszi őket, nem elhanyagolható fájdalmakat okozva.

A különböző betegségek kialakulásának megelőzéséhez, a deformitások korrigálásához a gyógyúszás speciális gyakorlatai elengedhetetlenül fontosak, amelyeket tornatermi foglalkozások egészítenek ki. A gyógyúszás eredményességét az igazolja, hogy azokat a mozgásokat, amelyek a gerincoszlop mobilizálására, a kontraktúrák feloldására és csavaró mozgások végrehajtására szolgálnak, vízben – a felhajtó erő miatt – sokkal könnyebb végrehajtani. Elsősorban tágabb, nagy mozgáshatások érhetők el a vízben végzett gyógyító munka során. Másodsorban az úszás kedvezően befolyásolja a keringés- és légző rendszert, valamint jó hatással van az idegrendszerre is.

Azokat a szakembereket, akik a tartásjavító, mozgáskoordináló uszodai foglalkozásokat vezetik, gyógyúszás foglalkoztatónak nevezzük.

Melyek a jellemző feladatok, tevékenységek ebben a szakmában?

Az uszodai foglalkozásoknak két területe van:

- helyben végzett speciális gyakorlatokkal korrekciós célokat valósítanak meg, lassú tempójú gyakorlatsorokkal,
- úszástanítás, melynek során figyelembe kell venni a rendellenesség milyenségét és a gyermek aktuális állapotát.

Az úszásnem kiválasztását meghatározza, hogy milyen hatást vált ki a mozgatórendszerre.

A gyógyúszás foglalkoztató feladata gyermek és felnőtt betegek részére egyéni és csoportos fejlesztési programok készítése és megvalósítása. Az alábbi betegségek esetén

van szükség a gyógyúszás foglalkoztató szakértelmére: gerinc deformitások, asztma, mellkasi deformitások, csípőficam, központi és perifériális idegrendszeri sérülés, veleszületett és súlyos végtaghiányok, értelmi fogyatékosok.

A gyógyúszás foglalkoztató tevékenységi körei:

- felméri a szakorvos által rehabilitációs- rehabilitációs rendszeres gyógyúszás foglalkozásra küldött beteg állapotát, mozgáskészségét, terhelhetőségét,
- beilleszti a beteget az állapotának megfelelő homogén és kis létszámú csoportban,
- megtervezi az úszásprogramot, edzéstervet készít,
- vezeti foglalkozásokat, bemutatja a gyakorlatokat,
- folyamatosan megfigyeli az egyén fejlődését,
- gondoskodik a rendszeres kontrollvizsgálatok időpontjának betartásáról,
- biztosítja a sokoldalú fejlesztéshez szükséges uszodai segédeszközöket,
- folyamatosan dokumentálja a foglalkozások tapasztalatait, eredményeit,
- szükség esetén tud vízből menteni és elsősegélyt nyújtani,
- foglalkozások alatt gondoskodik a munkavédelmi, balesetvédelmi és higiéniai előírásoknak megfelelő környezetről.

A gyógyúszás foglalkoztató munkájában nagyon lényeges tényező a biztonság elve. Fontos a víz megszerettetése, hiszen ez a gyógyúszás közvetlen közege. Lényeges a játékosan alapuló motiválás, mert ez vonzza leginkább a gyerekeket az uszodai órákra. Az irányított játékok mindig határozott követelményeket tartalmaznak és mindig szem előtt tartják a korrekció megvalósulását. A helyes légzéstechnika oktatására nagy figyelmet kell fordítani.

A gyógyúszás foglalkoztató egyénileg vagy csoportban foglalkozik a betegekkel. A csoportos oktatás előnyei, hogy a gyerekek nagyobb kedvvel vesznek részt a foglalkozásokon. A foglalkozások légköre befolyásolja a gyerekek önbizalmának növelését, az önfegyelem kialakulását, a közösségi aktivitás fokozódását. Kedvező, ha a csoportlétszám 8-10 fő.

Milyen anyagokkal, eszközökkel kell dolgoznia?

A gyógyúszás foglalkoztató munkája egy részét vízben végzi. Az uszodai jelenléthez úszóruha, úszósapka, strandpapucs, fürdőköpeny, törölköző szükséges. A gyakorlatok fokozatos nehezedeése szükségessé teszi néhány segédeszköz használatát, mint pl. a deszkalap, puha gumilabda, rúd, kötél, karika, békatalp, békakéz.

Hol végzi a munkáját?

A gyógyúszás foglalkoztató dolgozhat uszodában, tanuszodában, fürdőben, gyógyfürdőben, valamint egészségügyi és oktatási, állami és magánintézmények egyéb, szabályozott területén.

A szakember a munkáját tiszta környezetben, zárt térben végzi, vízben, párában, különböző hőmérsékleten.

Munkája során kikkel kerül kapcsolatba, kikkel van dolga?

A gyógyúszás foglalkoztató munkája során köteles rendszeres orvosi konzultációt igénybe venni, tájékozódni az egyes betegségekkel kapcsolatos orvos és gyógytornász által végzett kezelésekről.

Szükség esetén, szakmai kérdésekben egyeztet az úszó-szakedzővel, szakápolóval, csecsemő-gondozóval, fizioterápiás asszisztenssel, gyógymasszőrrel, tanítóval, konduktorral, óvodapedagógussal, gyógypedagógussal.

A gyógyúszás foglalkoztató rendszeres kapcsolatot tart a beteg hozzátartozóival.

Követelmények

Milyen fizikai igénybevétellel, megterheléssel jár a munkavégzés?

Lényeges a jó teherbíró- és megfelelő állóképesség, hiszen vannak olyan foglalkozások, amikor a gyógyúszás foglalkoztató a medence szélén áll és írja a táblára a feladatokat, de olyan is előfordul, hogy a vízben mutatja és végzi ő is a gyakorlatokat.

A hangos beszéd – az uszodai alapzaj miatt - a figyelemmegosztás és a koncentráció elfárasztja a munkát végzőt.

Milyen környezeti ártalmakkal, hátrányokkal járhat a szakma gyakorlása?

A gyógyúszás foglalkoztatónak figyelmet kell fordítania a gyógyúszással kapcsolatos alapvető higiénés követelmények betartására.

Az állandó vízzel történő érintkezés károsan hathat a bőrre, a fülre, a szemre. A hallás szempontjából káros lehet az uszodai zaj, ami miatt szükségessé válik a hangos beszéd, a hangszálak megterhelése is.

Ha a víz nem éri el a szükséges 20 fokot vagy a foglalkozás után megfelelő szárítkozás nélkül a szabadba megy, könnyen meg lehet fázni.

Milyen egészségügyi követelményeket támaszt ez a szakma?

Fontos tudni, hogy minden foglalkozásnak szigorú egészségügyi alkalmassági feltételei vannak.

A fontosabb szempontok közül néhányat kiemelünk, tájékoztató jelleggel:

- jó látás,
- ép hallás,
- jó egyensúlyérzés,
- karok, kezek, ujjak használata,
- fokozott figyelem,
- együttműködés,
- jó beszélőképesség.

A foglalkozás gyakorlása során felmerülő kockázati tényezők:

- közepesen nehéz fizikai igénybevétel,
- tartós kényszer-testhelyzet (görnyedés, térdelés, guggolás).

Milyen egyéb tulajdonságok megléte kedvező ebben a szakmában?

A jó szakember szereti a gyerekeket és a vizet. Szükséges, hogy felismerje és kezelje a betegekben és a gyerekek szüleiben mutatkozó – a betegség következtében kialakuló – „másságot” és az együttműködést hátráltató rögződéseket.

Lényeges tulajdonsága a gyógyúszás foglalkoztatónak a segítőkészség, hiszen a gyógyúszásban résztvevő betegeket a foglalkozás ideje alatt mozgásban segíteni kell, a helyváltoztatáshoz időnként segédeszközt kell igénybe venni.

A gyógyúszás foglalkoztatónak jó nevelőnek is kell lennie, aki pozitív, segítőkész magatartásával ki kell, hogy alakítson egy oldottabb légkört, jó oktató-gyermek viszonyt. A gyerekek szeretete fontos, ezt nem lehet később elsajátítani. A gyerekekkel történő munka sok türelmet és empátiát igényel. Tudnia kell fegyelmezni és tudását megfelelően átadni.

A munkavégző legyen határozott, céltudatos vagyis ő irányítsa a munkát az uszodában. A munka nagy türelmet igényel, minden alkalommal el kell mondani ugyanazt többször, van, hogy a gyerek több hét gyakorlás után sem tudja megtanulni a mozdulatsort.

A munka összetettsége miatt – egyszerre kell foglalkoznia több gyerekkel és felnőttel – nagy szerepe van a memóriának, hiszen sok mindent észben kell tartani. A jó látás, a figyelem és a jó kondíció elengedhetetlen ehhez a munkához.

A jó gyógyúszás foglalkoztató jó kommunikációs képességgel rendelkezzen, hiszen a betegeket minden foglalkozás alatt és után biztatni kell. Ez szükséges ahhoz, hogy megfelelően motiváltak legyenek és ezáltal születnek meg az eredmények, ami az oktató számára sikerélményt jelent.

Milyen tantárgyakban kell jó eredményt elérni ehhez a szakmához?

A gyógyúszás foglalkoztató szakképesítés megszerzéséhez, előnyös, ha a jelölt rendelkezik valamilyen szakmai képesítéssel a felsoroltak közül: úszó-szakedző, szakápoló, csecsemőgondozó, fizioterápiás asszisztens, gyógymasszőr, tanító, konduktor, óvodapedagógus, gyógypedagógus, testnevelő tanár. Szükséges, hogy érdeklődési köre az emberek irányába orientálódjon.

Előnyös, ha a jövőendő gyógyúszás foglalkoztató érdeklődik a testnevelés, a sport, valamint a biológia, ezen belül is különösen az anatómia iránt. Mivel munkája során emberekkel

kerül kapcsolatba, szüksége van pszichológiai ismeretekre is. Ugyanakkor előnyös, ha érdeklődik a jogi és vállalkozási ismeretek iránt.

Milyen érdeklődési kör a legelőnyösebb ebben a szakmában?

A gyógyúszás foglalkoztató munkája során emberekkel, főleg gyerekekkel dolgozik. Lényeges, hogy érdeklődési köre erre irányuljon, szeressen embereken segíteni, emberek között dolgozni, valamint tiszta környezetben dolgozni.

A szakma szépségei és nehézségei

A gyógyúszás foglalkoztató segítő tevékenységet végez és mint ilyen, sok sikerélményben és kudarcban lehet része.

A szakma szépsége, hogy sok elismerést kap gyerekektől, szülőktől, orvosoktól azért, hogy sikerült javítani egy beteg állapotán. Jól eső érzés évekkel később viszontlátni egy-egy tanítványt egészségesen. A gyerekeknek is és a felnőtteknek is látszik az arcán az öröm, ha egy-egy nehezebb feladatot sikeresen elvégeztek. Ugyanakkor vannak olyan betegek, kiket nehéz rábírní arra, hogy rendesen elvégezzék a feladatot. Egyikükkel-másikkal nehezen lehet kommunikálni, fegyelmezetlenek és nem mérik fel, hogy a saját érdekük, hogy dolgozzanak, nehezen fogadják el az instrukciókat.

Megfelelő időre van szükség ahhoz, hogy elsajátítsa a szakember az emberekkel történő nem egyszerű bánásmódot. Nehéz hozzászokni ahhoz, hogy ennek a munkának az eredményei nem látszanak meg rögtön, hanem csak hetek, hónapok múlva.

Szakképzés

A **képzés célja** olyan szakemberek képzése, akik képesek veleszületett mozgásrendszeri-, fejlődési- és különböző szerzett betegségekben szenvedő gyermek, serdülő és felnőtt betegek részére egyéni és csoportos fejlesztési programot készíteni és a programot megvalósítani, orvosok és gyógytornászok javaslatára.

Előképzettség

A képzésben való részvétel előfeltétele a középiskolai végzettség. A középfokú képzés iskolarendszerű és iskolarendszeren kívüli képzésen is megszerezhető. A beiskolázáshoz szakmai előképzettség szükséges.

Képzési idő

A képzés ideje 1400 óra. A képzés 70 százalékában gyakorlati oktatás folyik.

A szakképzés során oktatott elméleti és gyakorlati tárgyak

Edzéselmélet, Élettan, Fejlesztésmódszertan, nevelépszichológia, Testvázlat, Mozgásszervezés, Pszichoszomatika, Habilitáció és rehabilitáció, Balneológia, Úszás, Jogi és vállalkozási ismeretek, Elsősegélynyújtás és vízből mentés. Szaktantárgyak: Belgyógyászati ismeretek, Pulmonológiai ismeretek, Orthopédiai ismeretek, Reumatológiai ismeretek, Gyógypedagógiai ismeretek, Neurológiai ismeretek.

A szakképzés vizsgakövetelménye

A szakmai vizsgán való részvétel előfeltétele az alábbi szakmai képzések valamelyikének megléte: úszó-szakedző, középfokú úszóedző, egészségügyi szakképzés (általános ápoló és általános asszisztens, ápoló, szakápoló, gyermekápoló, csecsemő- és kisgyermek-gondozó, szülésznő, fizioterápiás asszisztens, gyögmasszőr, gyógyfoglalkoztató szakasszisztens), tanító, gyógytornász, konduktor, óvodapedagógus, gyógypedagógusi végzettség.

A szakmai vizsgán való részvétel további előfeltétele a tanítási gyakorlat és hospitálások hiánytalan letöltése, a tanítási és a hospitálási napló leadása a szakmai vizsgát szervező intézmény részére.

Kötelező tanítási gyakorlatok:

- végtaghiányos gyermek vízhez szoktatása és úszásoktatása,
- végtaghiányos gyermekcsoport gyógy-úszásfoglalkozásának irányítása,
- asthmás csoport gyógy-úszásfoglalkozásának irányítása,

- értelmi sérült gyermekcsoportban együttműködés beosztott segítőként a gyermekekkel; majd egy következő alkalommal ugyanebben a csoportban 30 percig saját, oktatóval egyeztetett edzésterv alapján foglalkozás tartása,
- saját hallgatótársaknak 20 perces tanítási gyakorlaton Hydroterápiás Rehabilitációs Gimnasztika (továbbiakban HRG)- tréningeket tartása,
- beosztott segítőként részvétel a kezdő, középhaladó és a haladó HRG-csoportok munkájában,
- szívbeteg, magas vérnyomásos, illetve kövér gyermekek foglalkozásának megtartása,
- Zárótanítás tartása egy erre a célra kijelölt HRG-csoportban.

Kötelező hospitálási gyakorlatok:

- scoliosisos, gerincdeformitások beteg egyéni gyógytorna foglalkozása,
- hydrobic-foglalkozás megfigyelése majd aktív részvétel,
- uszodai foglalkozás gyógytestnevelés órán,
- végtaghiányos gyerekek gyógyúszás foglalkozásán az úszásoktatás menetének rögzítése,
- vízi bordásfalon végezhető feladatok megfigyelése; majd aktív kipróbálása gyógytornász irányításával,
- egészséges gyermekcsoport vízhez szoktatását megfigyelni,
- asthmás csoport oktatását megfigyelni, edzéstervét tanulmányozni,
- kezdő értelmi fogyatékos csoport fejlesztését megfigyelni,
- ICP-sek kezdő, középhaladó illetve haladó HRG-csoportjának foglalkozását megfigyelni.

A szakmai vizsga szakmai elmélet (írásbeli és szóbeli) és szakmai gyakorlat vizsgarészekből áll.

A szakmai gyakorlati vizsga folyamán meghatározott feladatokat oldanak meg a vizsgázók a vizsgabizottság előtt gyógyúszás foglalkozás témakörben: 60 perces foglalkozás megtervezése, edzésterv készítése és a foglalkozás vezetése, folyamatos mozgáskorrigálás, egyénre szabott részfeladatok kiosztása.

A szakképesítés OKJ azonosító száma: 53 5008 01

Kapcsolódó foglalkozások

Gyógytornász,

Gyógypedagógus,

Gyógymasszőr,
Egyéb rehabilitációs tevékenységek.

Konduktor,

A szakképesítéssel betölthető munkakörök

Úszómester,
Kabinos,
Úszásoktató (gyermek).

Strandfelügyelő,
Szállodai alkalmazott,

A szakmával kapcsolatos további információk részletesen a Nemzeti Szakképzési és Felnőttképzési Intézet: www.nive.hu honlapján található, Szakképzési dokumentumok címszó alatt.

Kereseti lehetőségek:

Az egyes foglalkozások átlagkereseti statisztikáját – több évre visszamenőleg – az Állami Foglalkoztatási Szolgálat honlapján teszi közzé, a Statisztika menüpontban (egyéni bérek és keresetek statisztikája).

Elérhetőség: www.afsz.hu

Elhelyezkedési lehetőségekről tájékozódhat az Állami Foglalkoztatási Szolgálat kirendeltségein, a www.afsz.hu internetes elérhetőségen, vagy mobiltelefonon a <http://wap.afsz.hu> linken.

Kiadja: Foglalkoztatási és Szociális Hivatal
Felelős kiadó: Pirisi Károly főigazgató

Ez a kiadvány az Európai Unió és a Magyar Állam társfinanszírozásával 2005-ben készült. Aktualizálva 2008-ban.
A jelen dokumentum tartalma nem feltétlenül tükrözi az Európai Bizottság a tárgyra vonatkozó hivatalos véleményét.