



## **KINEZIOLÓGIA**

### **Szóbeli tételsor**

#### **I.**

#### **ÁLTALÁNOS KINEZIOLÓGIAI ISMERETEK**

- I./1. A kineziológia fogalma, kialakulásának története, kineziológiai ágak
- I./2. A kineziológia fiziológiai és energetikai háttere
- I./3. A meridiánok rendszere, (fogalma, szerepe, jelentősége) kapcsolata az 5 elemmel
- I./4. A 12+2 fő meridián (lefutása, szerepe, jellemzése)
- I./5. Az egészség háromszöge a kineziológiában
- I./6. Energetikai kiegyensúlyozás a kineziológiában
- I./7. A m.Deltoideus anterior , a Pectoralis major clavicularis (PMC), a m.Latissimus dorsi, a m.Supraspinatus és a m.Quadriceps femoris elhelyezkedése, eredése és tapadása!
- I./8. A kineziológiai rendszerek, ágak általános jellemzése, sajátosságai
- I./9. A TOUCH FOR HEALTH, a THREE IN ONE (ONE BRAIN) és az EDU-K ( BRAIN GYM) kineziológiai rendszerek jellemzése
- I./10. A stressz hatása az emberi szervezetre

## II. ELMÉLETI KINEZIOLÓGIA

- II./1. Az integrált agyműködés
- II./2. A jobb és bal agyfélteke feladatai
- II./3. A keresztmozgás és a homolaterális mozgás hatása és jelentősége
- II./4. Stresszoldó kineziológiai technikák és hatásuk, a kineziológiai kezeléson kívül alkalmazható egyszerű stresszoldási technikák
- II./5. Önkezelő kineziológiai gyakorlatok és hatásuk
- II./6. Képességfejlesztő kineziológiai gyakorlatok, tanulási nehézségek korrigálása kineziológiai módszerekkel
- II./7. A mozgásrendszeri deformitások okai a kineziológia szemszögéből
- II./8. A környezeti stresszek (táplálkozás, földsugárzás, légszennyezés, stb.)
- II./9. Az érzelmi stresszek; kommunikációs zavarok
- II./10. Milyen tipikus életkori krízisek esetén tartaná megfelelőnek vagy ajánlottnak a kineziológiai módszerek alkalmazását?

### **III. SZABÁLYRENDSZEREK A KINEZIOLÓGIÁBAN**

- III./1. A kineziológiai munka legfontosabb etikai alapelvei; a kineziológus etikai felelőssége
- III./2. A titoktartási kötelezettség kérdése a kineziológus munkájában, adatvédelem
- III./3. A kliens és a kineziológus kapcsolata; a "szolgáltatás" etikája
- III./4. Anamnézis a kineziológiában (első találkozás a klienssel); dokumentációs kötelezettség
- III./5. A helyes izomtesztelés feltételei; a segítő magatartás jellemzői (ráhangolódás, magabiztosság, érdeklődés )
- III./6. A lehetséges tesztelési hibák
- III./7. A környezet szerepe a kineziológiai kezelés során; higiénés előírások
- III./8. Kompetenciahatárok a kineziológiában
- III./9. A gyermekkorú kliens kezelésének sajátosságai
- III./10. A kineziológus személyiségének szerepe a kezelés során; a hiteles kommunikáció

## A KINEZIOLÓGIA SZAKMAI VIZSGA GYAKORLATI TÉMAKÖREI

### BRAIN GYM

#### 1.

a./ 5 izomteszt

/m.Deltoideus anterior, m.Deltoideus medius, m.Pectoralis major clavicularis, m.Supraspinatus, m.Latissimus dorsi/

b./ Miért kapcsolnak le a gyerekek? Mi a teljes aggyal való tanulás lényege?

- gyors fokozat
- lassú fokozat
- balans bemutatása izomteszt nélkül

(elmélet és gyakorlati bemutatás)

#### 2.

a./ 5 izomteszt

/m.Deltoideus anterior, m.Deltoideus medius, m.Pectoralis major clavicularis, m.Supraspinatus, m.Latissimus dorsi/

b./ Pace

- test pace izomteszttel és korrekciói
- cél pace és korrekciója

(elmélet és gyakorlati bemutatás)

#### 3.

a./ 5 izomteszt

/m.Deltoideus anterior, m.Deltoideus medius, m.Pectoralis major clavicularis, m.Supraspinatus, m.Latissimus dorsi/

b./ Akcióbalansz lépései

(elmélet és gyakorlati bemutatás)

#### 4.

a./ 5 izomteszt

/m.Deltoideus anterior, m.Deltoideus medius, m.Pectoralis major clavicularis, m.Supraspinatus, m.Latissimus dorsi/

b./Látás-balansz

(elmélet és gyakorlati bemutatás)

#### 5.

a./ 5 izomteszt

/m.Deltoideus anterior, m.Deltoideus medius, m.Pectoralis major clavicularis, m.Supraspinatus, m.Latissimus dorsi/

b./Hallás-balansz

(elmélet és gyakorlati bemutatás)

#### 6.

a./ 5 izomteszt

/m.Deltoideus anterior, m.Deltoideus medius, m.Pectoralis major clavicularis, m.Supraspinatus, m.Latissimus dorsi/

b./ Írás-balansz

(elmélet és gyakorlati bemutatás)

**7.**

a./ 5 izomteszt

/m.Deltoideus anterior, m.Deltoideus medius, m.Pectoralis major clavicularis, m.Supraspinatus, m.Latissimus dorsi/

b./ Dennison-féle laterális behangolás

(elmélet és gyakorlati bemutatás)

**8.**

a./ 5 izomteszt

/m.Deltoideus anterior, m.Deltoideus medius, m.Pectoralis major clavicularis, m.Supraspinatus, m.Latissimus dorsi/

b./ Csoda-balansz

(elmélet és gyakorlati bemutatás)

**9.**

a./ 5 izomteszt

/m.Deltoideus anterior, m.Deltoideus medius, m.Pectoralis major clavicularis, m.Supraspinatus, m.Latissimus dorsi/

b./ Lateralitás dimenzió, kommunikáció-balansz

(elmélet és gyakorlati bemutatás)

**10.**

a./ 5 izomteszt

/m.Deltoideus anterior, m.Deltoideus medius, m.Pectoralis major clavicularis, m.Supraspinatus, m.Latissimus dorsi/

b./ Központosítás dimenzió, szervezés-balansz (elmélet és gyakorlati bemutatás)

**11.**

a./ 5 izomteszt

/m.Deltoideus anterior, m.Deltoideus medius, m.Pectoralis major clavicularis, m.Supraspinatus, m.Latissimus dorsi/

b./ Fókusz dimenzió, fókusz-balansz

(elmélet és gyakorlati bemutatás)

**12.**

a./ 5 izomteszt

/m.Deltoideus anterior, m.Deltoideus medius, m.Pectoralis major clavicularis, m.Supraspinatus, m.Latissimus dorsi/

b./ Dennison-féle háromdimenziós behangolás

(elmélet és gyakorlati bemutatás)

**13.**

a./ 5 izomteszt

/m.Deltoideus anterior, m.Deltoideus medius, m.Pectoralis major clavicularis, m.Supraspinatus, m.Latissimus dorsi/

b./ Képesség-kiterjesztési balansz

(elmélet és gyakorlati bemutatás)

**14.**

a./ 5 izomteszt

/m.Deltoideus anterior, m.Deltoideus medius, m.Pectoralis major clavicularis, m.Supraspinatus, m.Latissimus dorsi/

b./ Középvonal keresztező mozgások

(elmélet és gyakorlati bemutatás)

**15.**

a./ 5 izomteszt

/m.Deltoideus anterior, m.Deltoideus medius, m.Pectoralis major clavicularis, m.Supraspinatus, m.Latissimus dorsi/

b./ Nyújtó- és energia-gyakorlatok

(elmélet és gyakorlati bemutatás)

**A KINEZIOLÓGIA SZAKMAI VIZSGA GYAKORLATI TÉMAKÖREI  
ONE BRAIN**

- 1.**
  - a./ Előtesztek az 5 alapizmon  
(m. Deltoideus anterior, m. Pectoralis major clavicularis, m. Supraspinatus,  
m. Latissimus dorsi, m. Quadriceps femoris)
  - b./ Az Elektromos terület alapszintű korrekciói (elmélet és gyakorlati bemutatás)
  
- 2.**
  - a./ Előtesztek az 5 alapizmon  
(m. Deltoideus anterior, m. Pectoralis major clavicularis, m. Supraspinatus,  
m. Latissimus dorsi, m. Quadriceps femoris)
  - b./ Az Érzelmi terület alapszintű korrekciói (elmélet és gyakorlati bemutatás)
  
- 3.**
  - a./ Előtesztek az 5 alapizmon  
(m. Deltoideus anterior, m. Pectoralis major clavicularis, m. Supraspinatus,  
m. Latissimus dorsi, m. Quadriceps femoris)
  - b./ A Genetikai - táplálkozási terület alapszintű korrekciói (elmélet és gyakorlati bemutatás)
  
- 4.**
  - a./ Előtesztek az 5 alapizmon  
(m. Deltoideus anterior, m. Pectoralis major clavicularis, m. Supraspinatus,  
m. Latissimus dorsi, m. Quadriceps femoris)
  - b./ A Szerkezeti - strukturális terület alapszintű korrekciói (elmélet és gyakorlati bemutatás)
  
- 5.**
  - a./ Előtesztek az 5 alapizmon  
(m. Deltoideus anterior, m. Pectoralis major clavicularis, m. Supraspinatus,  
m. Latissimus dorsi, m. Quadriceps femoris)
  - b./ A Reaktív terület alapszintű korrekciói (elmélet és gyakorlati bemutatás)

**6.**

a./ Előtesztek az 5 alapizmon

(m. Deltoideus anterior, m. Pectoralis major clavicularis, m. Supraspinatus,  
m. Latissimus dorsi, m. Quadriceps femoris)

b./ Stresszfokozatok. Az időnyomozást igénylő korrekciók (elmélet és gyakorlati bemutatás)

**7.**

a./ Előtesztek az 5 alapizmon

(m. Deltoideus anterior, m. Pectoralis major clavicularis, m. Supraspinatus,  
m. Latissimus dorsi, m. Quadriceps femoris)

b./ A dyslexia a kineziológia fogalomrendszerében. Keresztprogramozás korrekció  
(elmélet és gyakorlati bemutatás)

**8.**

a./ Előtesztek az 5 alapizmon

(m. Deltoideus anterior, m. Pectoralis major clavicularis, m. Supraspinatus,  
m. Latissimus dorsi, m. Quadriceps femoris)

b./ Jellegzetes tanulási nehézségeket korrigáló alapszintű technikák;  
(elmélet és gyakorlati bemutatás)

**9.**

a./ Előtesztek az 5 alapizmon

(m. Deltoideus anterior, m. Pectoralis major clavicularis, m. Supraspinatus,  
m. Latissimus dorsi, m. Quadriceps femoris)

b./ A Viselkedési Barométer. Fixáció korrekció (elmélet és gyakorlati bemutatás)

**10.**

a./ Előtesztek az 5 alapizmon

(m. Deltoideus anterior, m. Pectoralis major clavicularis, m. Supraspinatus,  
m. Latissimus dorsi, m. Quadriceps femoris)

b./ Az oldás folyamatának felépítése és menete. Az olvasási korrekció (elmélet és gyakorlati bemutatás)

**11.**

a./ Előtesztek az 5 alapizmon

(m. Deltoideus anterior, m. Pectoralis major clavicularis, m. Supraspinatus,  
m. Latissimus dorsi, m. Quadriceps femoris)

b./ Korregresszió a kineziológia fogalomrendszerében. Középvonalkeresztezés korrekció  
(elmélet és gyakorlati bemutatás)



**12.**

a./ Előtesztek az 5 alapizmon

(m. Deltoideus anterior, m. Pectoralis major clavicularis, m. Supraspinatus, m. Latissimus dorsi, m. Quadriceps femoris)

b./ Alapszintű érzékszervi korrekciók (elmélet és gyakorlati bemutatás)

**13.**

a./ Előtesztek az 5 alapizmon

(m. Deltoideus anterior, m. Pectoralis major clavicularis, m. Supraspinatus, m. Latissimus dorsi, m. Quadriceps femoris)

b./ Alkat/funkciós jellegzetességi területek általános jellemzése. ABC/számolás korrekció (elmélet és gyakorlati bemutatás)

**14.**

a./ Előtesztek az 5 alapizmon

(m. Deltoideus anterior, m. Pectoralis major clavicularis, m. Supraspinatus, m. Latissimus dorsi, m. Quadriceps femoris)

b./ Ismertesse az arc aszimmetriájának és szimmetriájának hátterét és jelentőségét a kapott fénykép alapján ! KIT korrekció (elmélet és gyakorlati bemutatás)

**15.**

a./ Előtesztek az 5 alapizmon

(m. Deltoideus anterior, m. Pectoralis major clavicularis, m. Supraspinatus, m. Latissimus dorsi, m. Quadriceps femoris)

b./ Alkat/funkciós elemzés a kapott fénykép (fényképek) alapján. Nyelvcsont-korrekció (elmélet és gyakorlati bemutatás)

## A KINEZIOLÓGIA SZAKMAI VIZSGA GYAKORLATI TÉMAKÖREI

### TOUCH FOR HEALTH

**1.**

a./ A 14 izomteszt bemutatása

b./ Világos izomteszt és korrekciói

- Az izom működésének ellenőrzése
- Túlterhelés teszt
- Felhúzás-lehúzás-felhúzás
- Víz
- Szem-energia
- Fül-energia

(elmélet és gyakorlati bemutatás)

**2.**

a./ A 14 izomteszt bemutatása

b./ Neurolymphatikus masszázspontok és neurovascularis kontaktpontok

- 14 fő izom erősítése

(elmélet és gyakorlati bemutatás)

**3.**

a./ A 14 izomteszt bemutatása

b./ Meridiánok sorrendje, a meridiánóra

- 14 meridián bemutatása

(elmélet és gyakorlati bemutatás)

**4.**

a./ A 14 izomteszt bemutatása

b./ Egyszerű fájdalom-lebontás

- NL pontok masszírozásával
- Meridián masszírozásával

(elmélet és gyakorlati bemutatás)

**5.**

a./ A 14 izomteszt bemutatása

b./ Célbalansz

- 14 izomteszt segítségével

(elmélet és gyakorlati bemutatás)

**6.**

a./ A 14 izomteszt bemutatása

b./ Spindel-sejt-mechanizmus és Golgi-ín-apparátus

- bemutatása a 14 izmon

(elmélet és gyakorlati bemutatás)

**7.**

a./ A 14 izomteszt bemutatása

b./ Az öt elem tana, a meridiánok hozzárendelése az öt elemhez

- Szín- balansz
- Hang – balansz
- Érzelmi balansz

(elmélet és gyakorlati bemutatás)

**8.**

a./ A 14 izomteszt bemutatása

b./ Öt elem balansz, erősítés akupresszúrás pontokkal

- Sheng-ciklus
- Ko-ciklus

(elmélet és gyakorlati bemutatás)

**9.**

a./ A 14 izomteszt bemutatása

b./ Túlergia pontok /alarmpontok, vészhelyzet pontok/

(elmélet és gyakorlati bemutatás)

**10.**

a./ A 14 izomteszt bemutatása

b./ Meridiánóra használata a gyakorlatban

- Sorrendiség elve
- Nap-éjszaka elv
- Háromszög
- Négyzet (elmélet és gyakorlati bemutatás)

**11.**

a./ A 14 izomteszt bemutatása

b./ Pulzus teszt

(elmélet és gyakorlati bemutatás)

**12.**

a./ A 14 izomteszt bemutatása

b./ Tibeti energia-nyolcas

(elmélet és gyakorlati bemutatás)

**13.**

a./ A 14 izomteszt bemutatása

b./ Egyéb energia-kiegyenlítő technikák

- Luo-pontok
- Fájdalom kopogtató pontok
- Nyugtatás akupresszúrás pontokon keresztül
- Gerincreflex pontok

(elmélet és gyakorlati bemutatás)

**14.**

a./ A 14 izomteszt bemutatása

b./ Stresszleépítés a jövőben

(elmélet és gyakorlati bemutatás)

**15.**

a./ A 14 izomteszt bemutatása

b./ Reaktív izmok

(elmélet és gyakorlati bemutatás)

## AJÁNLOTT IRODALOM

kineziológus szak

2004.

- |   |  |
|---|--|
| Carol A. Hontz                                | Végtelen lehetőség<br>Carol Kft., 1994.                                    |
| Carol A. Hontz                                | Rejtett kincsünk, a gyermek<br>Carol Kft., 1996.                           |
| Kim da Silva / Do - Ri Rydl                   | Kineziológia<br>Dunakönyv Kiadó, 1994.                                     |
| John F. Thie                                  | Gyógyító érintés<br>Polgár Kiadó, 1996.                                    |
| Kim da Silva / Do - Ri Rydl                   | Mozgással az energiáért<br>Grizli Kiadó, 1995.                             |
| Dr. Dennison                                  | Észkerékkapcsoló<br>Agykontroll Gmk., 1993.                                |
| Dr. Dennison                                  | Észkapcsoló agytorna<br>Agykontroll Gmk. 1993.                             |
| Közösségi mentálhigiéné                       | Szerk.: Gerevich József<br>Animula Bp., 1997.                              |
| Virginia Satir                                | A család együttélésének művészete<br>BFI-Bp.                               |
| Ruth Bang                                     | A segítő kapcsolat<br>Tankönyvkiadó Bp., 1980.                             |
| Selye János                                   | Életünk és a stressz<br>Akadémia Kiadó Bp., 1973.                          |
| A szakterületeknek megfelelő jegyzetek anyaga |  |
| Dr. Buda Béla                                 | A közvetlen emberi kommunikáció<br>szabályszerűségei<br>Animula Bp., 1994. |
| Kineziológia magazin                          | NFS. Kft. Kiadó  |