

# **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, föld sugárzás, 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
- balansz 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./ Előtesztetek 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./ Előtesztetek 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./ Előtesztetek 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./ Előtesztetek 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./ Előtesztetek 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 akupresszúra 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**

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