

SZEMÉLYI ADATOK

Török Zsolt Antal



✉ torok@sport.unideb.hu

POZÍCIÓ / BEOSZTÁS

Testnevelő tanár

SZAKMAI TAPASZTALAT

2003. szept. 1.–jelenleg

Testnevelő tanár

Debreceni Egyetem, Debrecen (Magyarország)

1998. okt. 1.–jelenleg

Vezető edző

Arnold Gym. Fitness, Hajdúböszörmény (Magyarország)

1994. szept. 1.–1998. aug. 31.

Testnevelő tanár

Református Általános Iskola, Debrecen (Magyarország)

TANULMÁNYOK

2014. –2014.

TRX edző

R-med Kft., Debrecen (Magyarország)

2012. –2012.

Fitt-ball edző

R-med Kft., Debrecen (Magyarország)

2003. szept. 1.–2005. jún. 15.

Gyógytestnevelő tanár

Magyar Testnevelési Egyetem, Budapest (Magyarország)

1996. szept. 1.–1999. febr. 1.

Testnevelő tanár

Janus Pannonius Tudományi Egyetem, Pécs (Magyarország)

1992. –1994.

Úszás, atlétika, torna edző

Bessenyei György Tanárképző Főiskola, Nyíregyháza (Magyarország)

1990. szept. 1.–1994. jún. 15.

Biológia-testnevelő tanár

Bessenyei György Tanárképző Főiskola, Nyíregyháza (Magyarország)

SZEMÉLYES KÉSZSÉGEK

Anyanyelve

magyar

| Egyéb nyelvek | SZÖVEGÉRTÉS | | BESZÉD | | ÍRÁS |
|---------------|--------------------|---------|-----------|-------------------|------|
| | Hallás utáni értés | Olvasás | Társalgás | Folyamatos beszéd | |
| angol | A2 | B1 | A2 | A2 | B1 |

Szintek: A1 és A2: Alapszintű felhasználó - B1 és B2: Önálló felhasználó - C1 és C2: Mesterfokú felhasználó
Közös Európai Nyelvi Referenciakeret

Kommunikációs készségek - jó kommunikációs készség, amelyet a munkám során szereztem meg
 - a hallgatókkal való kitűnő kapcsolatteremtő és probléma megoldó készség

Szervezési/vezetői készségek - jó szervezői készség amely szükséges nagy létszámú órák megfelelő lebonyolításához
 - jó csapat-vezetői készség, amit edzőként szereztem meg

Munkával kapcsolatos készségek - a tanári és edzői pályán az elmúlt években rengeteg szakmai, pedagógiai és pszichológiai tapasztalatot szereztem.
 - rugalmasság és segítő készség a hallgatók felé
 - törekvés a problémák gyors megoldására

Digitális készségek

| ÖNÉRTÉKELÉS | | | | |
|-------------------------|--------------------|----------------------|------------------------|------------------------|
| Információ-feldolgozása | Kommunikáció | Tartalom létrehozása | Biztonság | Problémamegoldás |
| önálló felhasználó | önálló felhasználó | önálló felhasználó | alapszintű felhasználó | alapszintű felhasználó |

Digitális készségek - Önértékelő táblázat

Járművezetői engedély(ek) B