

Önéletrajz

Név: Csirkés Zsolt

Születési hely, idő: Békés, 1975. 06. 04.

Állandó lakcím: 5630 Békés, Hózsó u. 20.

Levelezési cím: 1104 Budapest, Harmat u. 75/A. III/3.

Nemzetiség: magyar

Családi állapot: nős (1 gyermek)

Telefon: +3670/310-39-88

E-mail: csirkesz@tf.hu

Munkahely:

2014. 09.01-től	Testnevelési Egyetem (TF)	Egyetemi tanársegéd
2010 – 2014	Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF), Budapest Torna, RG, Tánc és Aerobik Tanszék	Egyetemi tanársegéd
2004 – 2010	Budapesti Egyetemi Katolikus Gimnázium, Budapest	Testnevelő tanár

Iskolák:

2014. 09.01-től	Testnevelési Egyetem (TF), Budapest	TF Doktori Iskola
2013. 09.01-től	Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF), Budapest	Semmelweis Egyetem Doktori Iskola
2010 - 2013	Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF), Budapest	Torna szakedző (egyetemi oklevél)
2001 - 2004	Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF), Budapest	Torna szakedző (főiskolai oklevél)
1999 - 2004	Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF), Budapest	Testnevelő tanár- egészségtan- tanár (egyetemi oklevél)
1995 - 1999	Körös Főiskola, Békéscsaba angol - testnevelés műveltségi terület	Általános iskolai tanító (főiskolai oklevél)
1989 - 1993	Rózsa Ferenc Gimnázium, Békéscsaba	Speciális angol tagozat

Képzések:

2013	Magyar Torna Szövetség, Budapest	Torna versenybíró (országos „D”)
2009	Magyar Torna Szövetség, Budapest	Torna versenybíró (országos „E”)
2001	Magyar Torna Szövetség, Budapest	Torna versenybíró (II. oszt.)
1999	Körös Főiskola Testnevelés és Sport Intézet	Síoktató
1998	Békés Megyei Testnevelési és Sporttudományi Intézet	Rekreáció sportoktató

Nyelvtudás:

Angol	Felsőfok „C” típus
Angol	Középfok „C” típus
Angol	Sportszaknyelvi középfok „C” típus
Orosz	Középfok „C” típus

Edzői munkák:

2010-től	A Budai Tornász Műhely vezetője (Kisipipi Gyermektorna óvodásoknak és Játékos Szertorna iskolásoknak) Budapesti Egyetemi Katolikus Gimnázium és Kollégium, Budapest
2010-2011	TFSE Női Torna Szakág - férfi edző Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF), Budapest

Műsorközlői munkák:

2013	KSI KUPA Nemzetközi Tornász Bajnokság	angol nyelvű műsorközlő
2013	11. Tánc Világbajnokság , Nagykanizsa	magyar-angol nyelvű műsorközlő
2012	10. Kanyó Éva Tornász Emlékverseny , Budapest	angol nyelvű műsorközlő
2011	9. Kanyó Éva Tornász Emlékverseny , Budapest	angol nyelvű műsorközlő
2011	Kötélugró Csapat Európa-bajnokság , Nagykanizsa	magyar-angol nyelvű műsorközlő
2010	8. Kanyó Éva Tornász Emlékverseny , Budapest	angol nyelvű műsorközlő
2010	8. Diego IDF Tánc Világbajnokság , Nagykanizsa	magyar-angol nyelvű műsorközlő
2008	Kötélugró Egyéni Európa-bajnokság , Nagykanizsa	magyar-angol nyelvű műsorközlő
2007	Aerobik Európa-bajnokság , Szombathely	angol nyelvű műsorközlő
2005	Női és Férfi Egyéni Tornász Európa-bajnokság , Debrecen	angol nyelvű műsorközlő
2003	Aerobik Európa-bajnokság , Debrecen	angol nyelvű műsorközlő
2002	Szerenkénti Tornász Világbajnokság , Debrecen	angol nyelvű műsorközlő
2002	Magyar Nemzetközi Tornász Bajnokság , Debrecen	angol nyelvű műsorközlő

Versenyszervezés:

2010-től	KIDS KUPA Leány és Fiú Országos Csapatbajnokság I-VI. kcs. Torna sportágban
2004-2010	I. Kerületi Fiú és Lány Tornász Csapatbajnokság III-VI. kcs. Budapesti Egyetemi Katolikus Gimnázium, Budapest

Tudományos munkák:

Mozgásbiológiai Konferenciák:

2015	45. Mozgásbiológiai Konferencia Debreceni Egyetem Gazdaságtudományi Kar, Debrecen „Az Ayres-féle terápián alapuló mozgásfejlesztés a biológiai rizikófaktorral született óvodások körében”
2014	44. Mozgásbiológiai Konferencia Testnevelési Egyetem (TF), Budapest „A nyújtótornában szereplő vas-közeli elemek (Stalder, Endo) előkészítő és rávezető gyakorlatait bemutató oktatás-módszertani gyakorlatgyűjtemény”
2013	43. Mozgásbiológiai Konferencia Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF), Budapest „A nyújtótornában szereplő vas-közeli elemek (Stalder, Endo) jelentősége öt világvverseny és három kontinensviadal gyakorlatainak tükrében”
2010	40. Mozgásbiológiai Konferencia Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF), Budapest „A tornászok sportági kiválasztását befolyásoló tényezők óvodás- és kisiskoláskorban”

Kecskeméti Gábor Emlékkonferenciák:

2015	4. Kecskeméti Gábor Emlékkonferencia Kecskeméti Gábor Kulturális Központ, Békés „Ne félj szekrényugrást tanítani! A segítségnyújtás szerepe a szekrényugrás tanításában”
2014	3. Kecskeméti Gábor Emlékkonferencia Kecskeméti Gábor Kulturális Központ, Békés „A bemelegítés jelentősége az iskolai testnevelésben”

Országos Sporttudományi Kongresszus:

2014	XI. Országos Sporttudományi Kongresszus (E-poszter szekció) Debreceni Egyetem Agrár- és
-------------	--

	<p>Gazdálkodástudományok Centruma, Debrecen</p> <p>„Magyar és külföldi tornaedzők véleménye a nyújtón végrehajtott Stalder és Endo elemek technikai és oktatás-módszertani jelenéről, jövőjéről”</p>
--	--

Tudományos Diákköri Konferenciák:

2000	<p>Nemzetközi Tudományos Diákköri Konferencia (angol nyelven) Magyar Testnevelési Egyetem (TF), Budapest</p> <p>„Az egészséges életmód, mint érték a Magyar Testnevelési Egyetem (TF) első éves hallgatói körében”</p> <p>Magyar Testnevelési Egyetem Különdíja</p>
1999	<p>Országos Tudományos Diákköri Konferencia Magyar Testnevelési Egyetem (TF), Budapest</p> <p>„Kinek a feladata az egészséges életmódra nevelés az általános iskolában?”</p> <p>Környezetvédelmi Minisztérium Különdíja</p>

Témavezetői, konzulensi munkák:

2014	<p>BSc Szakdolgozat Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF), Budapest</p> <p>Kisszékelyi Zsolt: A karate technikáinak fejlesztése a torna mozgásanyagának segítségével</p>
2014	<p>Nemzetközi Tudományos Diákköri Konferencia (angol nyelven) Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF), Budapest</p> <p>Zsolt Kisszékelyi: Developing karate techniques through gymnastics skills 2. helyezés</p>
2014	<p>Házi Tudományos Diákköri Konferencia Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF), Budapest</p> <p>Kisszékelyi Zsolt: A karate technikáinak fejlesztése a torna mozgásanyagának segítségével 1. helyezés</p>
2012	<p>2. TSM Konferencia, Debrecen</p> <p>Ádám Schneider: Speed Stacks the new</p>

	opportunity of the intellectual and physical activity
2012	Házi Tudományos Diákköri Konferencia Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF), Budapest Schneider Ádám: A reakciógyorsaság és a szem-kéz koordináció fejlesztése a speed stacks (Sport poharak) felhasználásával. 2. helyezés

Egyéb:

2014-től	Okj Fitness Instruktor képzés – előadó gimnasztika tárgyból E-Stúdió Oktatási és Marketing Kft.
2015	TV2 Baba-Mama Magazinban médiaszereplés: Mit sportoljon a gyerek?
2015	MTVA Család-barát Magazinban médiaszereplés: Az óvodások egyensúlyának javítása
2015	MTVA Család-barát Magazinban médiaszereplés: Egyensúlyfejlesztés színes eszközökkel

Publikációk, könyvek:

1.	Csirkés Zsolt, Ramocsa Gábor, Fodorné Földi Rita, Bretz Károly, Hamar Pál (2015): Az Ayres-féle terápián alapuló mozgásfejlesztés a biológiai rizikófaktorral született óvodások körében. In: Borbély Attila, Hamar Pál, Kotányi Magdolna (2015, szerk.): <i>Színes sporttudomány - Tanulmányok a 45. Mozsásbiológiai Konferencia Előadásaiból.</i> Debreceni Campus Nonprofit Közhasznú Kft., Debrecen.
2.	Csirkés Zsolt és Hamar Pál (2015): Az óvodapedagógusok mozgásfejlesztéssel kapcsolatos szemléletének összehasonlító vizsgálata. <i>Fejlesztő Pedagógia.</i> 26. évf., 4-6. sz. 37-45.
3.	Gyulai Gergely és Csirkés Zsolt (2015): A gimnasztikai gyakorlatok hatásjellemzői. In: Hamar Pál (2015, szerk.): <i>Gimnasztika Kisokos.</i> Testnevelési Egyetem, Budapest.
4.	Gyulai Gergely és Csirkés Zsolt (2015): A gyakorlatok variálása és kombinálása. In: Hamar Pál (2015, szerk.): <i>Gimnasztika Kisokos.</i> Testnevelési Egyetem, Budapest.
5.	Csirkés Zsolt (2015): <i>Úszás Szakszótár.</i> Magánkiadás, Budapest.
6.	Csirkés Zsolt (2009): <i>Tenisz Szakszótár.</i> Magánkiadás, Budapest.
7.	Nemerkényiné Hidegkuti Krisztina és Csirkés Zsolt (2006): <i>Torna Szakszótár.</i> Magánkiadás, Budapest.

Egyéb képességek:

- „B” Kategóriás Jogosítvány
- Felhasználói szintű számítógépes ismeretek (Word, Excel, Power Point)

Hobbik:

Mindenféle sporttevékenység, olvasás, utazás, nyelvtanulás és sportszótárak szerkesztése.

Csirkés Zsolt

Budapest, 2016. április 21.