

# Tárgytematika

Félév:	2013/14/2
Tárgynév:	Mérés és elemzés I.
Tárgykód:	ALSRMA3011
Felelős szervezet neve:	Rekreológia Intézeti Tanszék
Felelős szervezet kódja:	AA25
Tárgyfelelős neve:	Ihász Ferenc Dr.
Tárgy követelménye:	Évközi jegy
Tárgy heti óraszám:	0/0/0
Tárgy féléves óraszám:	5/5/0

---

## Oktatás célja:

Általános célja a test dimenzióinak mérése és összetételének becslése, a keringési rendszer teljesítményének becslése és mérése nyugalomban és a terhelés különböző szakaszaiban, illetve a mérési folyamatok megismertetése, a kapott eredmények alapján személyre tervezhető fejlesztő program ajánlása. Speciális célja a mérés jelentősége és annak alkalmazása az fizikai aktivitás bármely szegmensében. A tantárgy célja megismertetni a hallgatókat azokkal az eszközökkel, módszerekkel és lehetőségekkel, melyek felhasználásával tudományos szempontok szerint is elfogadható és kiértékelhető vizsgálatokat tudnak végezni.

## Tantárgy tartalma:

A szív-keringési rendszer felépítése, működése a légzés anyagcseréje terhelésélettani megközelítésben.  
A neuro-endokrin rendszer válasza terhelés hatására.  
Az emberi mozgások biomechanikája.  
A mérés technika különböző eszközei, a mérések módjai, az információk archiválásának, megjelenítésének, adatfeldolgozásának, kiértékelésének, interpretálásának módjai.  
A biomechanika története, vizsgálati területei, vizsgálati módszerei és vizsgálati eszközei.  
A mozgáselemzés alapelvei. Az eszközök, sporteszközök és az ember kölcsönhatásai mozgás közben.

## Számonkérési és értékelési rendszere:

Előadások látogatása, az önálló és a csoportos feladatok eredményes teljesítése, dokumentálása.  
Zárthelyi dolgozat, esettanulmány készítése

### Munkaformák:

Előadások, önálló témafeldolgozások, ill a gyakorlatokon különböző mérőeszközökkel, mérési módszerekkel, számításokkal csoportos munkavégzés.

Laboratóriumi vizsgálatok és pályatesztek elvégzése, elemzése, értelmezése.

## Kötelező irodalom:

### Kötelező és ajánlott irodalom:

#### Kötelező irodalom:

Frenkl R. (1985): Élettan, sportélettan. Sport, Budapest

Mészáros J. (Szerk.) (1990): A gyermeksport biológiai alapjai. Sport, Budapest

# Tárgytematika

<b>Félév:</b>	2013/14/2
<b>Tárgynév:</b>	Mérés és elemzés I.
<b>Tárgykód:</b>	ALSRMA3011
<b>Felelős szervezet neve:</b>	Rekreológia Intézeti Tanszék
<b>Felelős szervezet kódja:</b>	AA25
<b>Tárgyfelelős neve:</b>	Ihász Ferenc Dr.
<b>Tárgy követelménye:</b>	Évközi jegy
<b>Tárgy heti óraszám:</b>	0/0/0
<b>Tárgy féléves óraszám:</b>	5/5/0

---

## Kötelező irodalom:

Ihász-Király-Mészáros (1999): Testnevelési órák szívfrekvencia értékeinek elemzése. Apáczai Csere János Tanítóképző Főiskola. Győr  
Barabás A.(1987): Mechanikai alapfogalmak TF. jegyzetkivonat

## Ajánlott irodalom:

Robert, A. Scott, O. (1997): Exercise Physiology. Exercise, Performance and Clinical Application. Mosby-Year –Book, St. Louis, Missouri.  
Linda, M. Philip, H. Randy, P. (1992): Comprehensive School Health Education. Totally Awesome Strategies for Teaching Health. Glencoe/McGraw-Hill USA.  
Budo Á (1991): Kísérleti fizika, Tankönyvkiadó, Budapest.  
Tasnádi P., Juhász A., Horváth G. (1994): Fizika körülöttünk Reál kiadó.  
Zsidegh M. - Fábíán Gy.(1998): A testnevelési és sporttudományos kutatások módszertana, Magyar Testnevelési Egyetem, Budapest