

Tárgytematika

Félév:	2012/13/1
Tárgynév:	Élettan II.
Tárgykód:	ALSZRA1022
Felelős szervezet neve:	Rekreológia Intézeti Tanszék
Felelős szervezet kódja:	AA25
Tárgyfelelős neve:	Dr. Mészáros Zsófia
Tárgy követelménye:	Évközi jegy
Tárgy heti óraszám:	0/0/0
Tárgy féléves óraszám:	8/0/0

Oktatás célja:

A tantárgy általános célja, specifikus célkitűzései

A hallgatók felkészítése a 6-12 éves korú tanulók élettani fejlődési folyamatainak megismerésére. A mozgásfolyamatok anatómiai és élettani hátterének ismeretével az életkornak, a fejlettségnek megfelelő olyan tevékenységi formák, terhelés (minőség és mennyiség) megválasztása, amelyek élményt, egészséget, örömforrás, esélyt jelentik a tanulóknak, hozzájárulnak a rendszeres mozgás szükségletének kialakításához.

Cél

A hallgatók felkészítése a 6–12 éves korú tanuló biológiai és élettani fejlődési folyamatainak megismerésére. Az élettani ismeretek birtokában, megismertetni a hallgatókat az egészséges életmód és táplálkozás alapjaival, az elsősegély nyújtás alapjainak elsajátítása, ápolási ismeretek megszerzése.

Feladat

A mozgásfolyamatok élettani hátterének ismeretével az életkornak, a fejlettségnek megfelelő olyan tevékenységi formák, terhelés (minőség és mennyiség) megválasztása, amelyek egészséget, élményt, örömforrást, esélyt jelentenek a tanulóknak, hozzájárulnak a rendszeres mozgás szükségletének kialakításához. Egészségügyi ismeretek elsajátítása, házi és otthoni ápolási ismeretek megszerzése.

Tantárgy tartalma:

Ismerjék a gyermeki szervezet általános felépítését, fejlődési, működési törvényszerűségeit! Ismerjék az általános csont, ízület és izomtant! Tudják megállapítani az egyszerűbb rendellenességeket! Ismerjék a korosztályról beszerezhető sportantropológiai adatok jelentését, azok szerepét munkájukban! Ismerjék a szabályzó szervrendszer, a légzés és keringés működését, annak alapvető összefüggéseit, a rendellenes működés alapvető tüneteit, a táplálkozás és az emésztés alapvető működését, szerepét! Legyenek tisztában a doping káros élettani hatásai-val, sportszerűtlen szerepével! Tudjanak tudományos érveket felhozni az egészséges életmód, a sport fontossága mellett! Ismerjék fel a korosztály sportsérüléseit! Tudják az elsősegélynyújtás szabályait, azokat felelősséggel tudják alkalmazni!

A gimnáziumok biológia tudásanyagát tekintjük előképzettségnek. Tudjuk azt, hogy hallgatóink a biológiát

Tárgytematika

Félév:	2012/13/1
Tárgynév:	Élettan II.
Tárgykód:	ALSZRA1022
Felelős szervezet neve:	Rekreológia Intézeti Tanszék
Felelős szervezet kódja:	AA25
Tárgyfelelős neve:	Dr. Mészáros Zsófia
Tárgy követelménye:	Évközi jegy
Tárgy heti óraszám:	0/0/0
Tárgy féléves óraszám:	8/0/0

Tantárgy tartalma:

nem felvételi szándékkal tanulták, ezért közepes gimnáziumi szintet tudunk reálisan elvárni. A szakközépiskolából jövők döntő része nem tanult középiskolában biológiai-át. Év elején felhívjuk figyelmüket a pótlás módjára, a segédletekre. Egyéni konzultációkkal, a szemináriumokon differenciált foglalkoztatással segítjük a felzárkózást.

Az érzékszervek és a bőr élettana, egészségtana

Neuro-endocrin szabályozás

A szervrendszerek működésének sajátosságai gyermek és serdülő korban

Egészséges életmód és táplálkozás, táplálék kiegészítők

Ápolási rendszerek Magyarországon

Gondozói hálózatok

Sportártalmak, sportsérülések, elsősegélynyújtás

Számonkérési és értékelési rendszere:

Kötelező irodalom:

Frenkl : Sportélettan Medicina 2005.

Barton J.: Testnevelés, anatómia, élettan és egészségtan Tankönyvkiadó, Bp. 1977. Jegyzet.

Király T.: A testnevelés tanítás módszertana tanítók részére. Dialóg Campus Kiadó. 2001.

Borvendég M. - Jámbor B.- Szabó P.: Egészségtan 1995.