

Tárgytematika

| | |
|---------------------------------|------------------------------|
| Félév: | 2012/13/2 |
| Tárgynév: | Élettan II. |
| Tárgykód: | ALTSRA1022 |
| Felelős szervezet neve: | Rekreológia Intézeti Tanszék |
| Felelős szervezet kódja: | AA25 |
| Tárgyfelelős neve: | Dr. Mészáros Zsófia |
| Tárgy követelménye: | Gyakorlati jegy |
| Tárgy heti óraszám: | 0/0/0 |
| Tárgy féléves óraszám: | 8/0/0 |

Oktatás célja:

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.

A gimnáziumok biológia tudásanyagát tekintjük előképzettségnek. Tudjuk azt, hogy hallgatóink a biológiát nem felvételi szándékkal tanulták, ezért közepes gimnáziumi szintet tudunk reálisan elvárni. A szakközépiskolából jövők döntő része nem tanult középiskolában biológiát. Év elején felhívjuk figyelmüket a pótlás módjára, a segédletekre. Egyéni konzultációkkal, a szemináriumokon differenciált foglalkoztatással segítjük a felzárkózást.

Tantárgy tartalma:

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.

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

Sporttartalmak, sportsérülések, elsősegélynyújtás

Számonkérési és értékelési rendszere:

Ismerjék a gyermeki szervezet általános felépítését, fejlődési, működési törvényszerűségeit! Ismerjék az általános csont, ízület és izomtant! Tudják megállapítani az egyszerűbb rendelle-nességeket! Ismerjék a korosztályról beszerezhető sportantropológiai adatok jelentését, azok szerepét munkájukban! Ismerjék a

Tárgytematika

| | |
|---------------------------------|------------------------------|
| Félév: | 2012/13/2 |
| Tárgynév: | Élettan II. |
| Tárgykód: | ALTSRA1022 |
| Felelős szervezet neve: | Rekreológia Intézeti Tanszék |
| Felelős szervezet kódja: | AA25 |
| Tárgyfelelős neve: | Dr. Mészáros Zsófia |
| Tárgy követelménye: | Gyakorlati jegy |
| Tárgy heti óraszám: | 0/0/0 |
| Tárgy féléves óraszám: | 8/0/0 |

Számonkérési és értékelési rendszere:

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!

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.