

Tárgytematika

Félév:	2013/14/1
Tárgynév:	Gyógytestnevelés
Tárgykód:	ANSZPB2041
Felelős szervezet neve:	Szociálpedagógia Intézeti Tanszék
Felelős szervezet kódja:	AA16
Tárgyfelelős neve:	Dr. PhD Simon István Ágoston
Tárgy követelménye:	Évközi jegy
Tárgy heti óraszám:	1/1/0
Tárgy féléves óraszám:	0/0/0

Oktatás célja:

A tantárgy oktatásának célja

Olyan speciális ismeretek megszerzése, amelyek birtokában a pedagógusok legyenek képesek felismerni az egyes gyakori belgyógyászati és mozgásszervi rendellenességeket – azok kialakulását elősegítő feltételeket – melyek gátló tényezői lehetnek az ember teljesítőképességének, ezen keresztül munkavégző képességének.

Megismertetni a hallgatókkal a belgyógyászati és orthopédiai elváltozások megelőzését és korrekcióját szolgáló mozgásos gyakorlatokat. Kialakítani a hallgatókban a preventív, rehabilitációs szemléletet. Ismerjék meg a prevenció és a rehabilitáció színtereit, lehetőségeit.

Követelmények, kompetenciák

A hallgatók legyenek képesek felismerni a leggyakoribb mozgásszervi és belgyógyászati betegségeket, ismerjék azok megelőzését szolgáló gyakorlatokat. Alakuljon ki bennük a preventív, egészségmegőrző szemlélet.

Tantárgy tartalma:

A tárgy tartalma

1.Elmélet : A gyógytestnevelés munka kialakulása, a tantárgy történeti előzményei. Gyógytestnevelés az oktatási intézményekben. A gyógytestnevelés fogalma, célja, feladata, törvényi háttere, gyógytorna – gyógytestnevelés kapcsolata

Gyakorlat: A játékok szerepe a gyógytestnevelésben. Minden betegségtípussal játszható játékok.

2.Elmélet : Helyes, helytelen testtartás. A tartó- és mozgatórendszer zavarai. A gerinc izom és szalag eredetű elváltozásai: helytelen testtartások: hanyagtartás, tartásgyengeség, tartáshibák (kyphosis, lordosis, laposhát, kypholordosis) Korszerű edzésmódszerek a gyógytestnevelésben.

Gyakorlat : Tartásjavító mozgások. A hanyagtartás, kyphosis, lordosis, laposhát megelőző és korrekciós gimnasztikai gyakorlatai.

3.Elmélet : Gerincdeformitások : scoliosis fogalma, felosztása. Scheuermann- féle megbetegedés

Gyakorlat : A scoliosis megelőző és korrekciós gimnasztikai gyakorlatai

4.Elmélet : A mellkas deformitások. Gyógytestnevelés foglalkozások megszervezése, tervezése, levezetése. Gyógytestnevelés foglalkozás vázlat készítése az összeállítás szempontjai.

Tárgytematika

Félév:	2013/14/1
Tárgynév:	Gyógytestnevelés
Tárgykód:	ANSZPB2041
Felelős szervezet neve:	Szociálpedagógia Intézeti Tanszék
Felelős szervezet kódja:	AA16
Tárgyfelelős neve:	Dr. PhD Simon István Ágoston
Tárgy követelménye:	Évközi jegy
Tárgy heti óraszám:	1/1/0
Tárgy féléves óraszám:	0/0/0

Tantárgy tartalma:

Gyakorlat : A gerincdeformitások megelőzésére, korrekciójára szolgáló kéziszergyakorlatok. A mellkas deformitások korrekciójára szolgáló gimnasztikai gyakorlatok. Tiltott gyakorlatok a gimnasztikában.

5.Elmélet : Sportágak gyógyító adaptációja a gerincdeformitásokos betegeknél. A játékok szerepe a gerincdeformitások prevenciójában és korrekciójában.

Gyakorlat : Az ismert sportágak és játékok alkalmazási lehetőségei a gerincdeformitásokos betegek gyógytestnevelésében.

6.Elmélet : A csípő betegségei, megelőző és rehabilitáló feladatok. Az egyes mozgásszervi elváltozások megelőzését szolgáló gyakorlatok alkalmazásának módszerei. A foglalkozás időkerete, tartalma.

Gyakorlat : A csípőbetegség megelőző és korrigáló gimnasztikai gyakorlatai.

7.Elmélet : A térd és a láb betegségei. Megelőző és korrigáló feladatok.

Gyakorlat : A térd és a láb betegségeinek megelőző és korrigáló gimnasztikai gyakorlatai. 8.Elmélet : ZH írása a mozgásszervi elváltozások elméleti anyaga alapján.

Gyakorlat : A foglalkozási vázlat alapján egy foglalkozás levezetése a csoporttársak körében

9.Elmélet : A szív betegségei . Preventív és rehabilitációs tevékenység a szívbetegségeknél.

Gyakorlat : A szívbetegségek gyógytestnevelése. Tiltott gyakorlatok.

10.Elmélet : Az anyagcsere betegségei (obesitas, cukorbetegség, fehérje anyagcsere betegség). Megelőzés, rehabilitáció. Az asztmás és aszténiás típusú gyermekek.

Gyakorlat : Az anyagcsere betegségben szenvedő gyermekek gyógytestnevelése.

Az asztmás és aszténiás gyermekek gyógytestnevelése.

11.Elmélet : Az úszás jelentősége és szerepe a gyógytestnevelésben. Az úszó foglalkozás felépítése és levezetése.

Gyakorlat : Uszodai foglalkozás. Vízi gyakorlatok.

12.Elmélet : Masszázs, hidro-, kemo- és elektroterápiák, mint a gyógytestneveléshez kapcsolódó eljárások.

Gyakorlat: Az Állami Szanatórium fizioterápiás osztályának megtekintése. Az elmélet gyakorlatban való megtekintése.

13.Elmélet : Zárthelyi dolgozat a belgyógyászati betegségekről és a kiegészítő eljárásokról (gyógyúszás, terápiák) témaköréből.

Gyakorlat : Az éves anyag rendszerezése, ismétlése. A kollokvium tételsorának megbeszélése.

14. Elmélet és gyakorlat: Javító ZH megírása

Tárgytematika

Félév:	2013/14/1
Tárgynév:	Gyógytestnevelés
Tárgykód:	ANSZPB2041
Felelős szervezet neve:	Szociálpedagógia Intézeti Tanszék
Felelős szervezet kódja:	AA16
Tárgyfelelős neve:	Dr. PhD Simon István Ágoston
Tárgy követelménye:	Évközi jegy
Tárgy heti óraszám:	1/1/0
Tárgy féléves óraszám:	0/0/0

Számonkérési és értékelési rendszere:

Számonkérési és értékelési rendszer

Hospitálási jegyzőkönyv készítése megadott szempontok alapján egy gyógyúszó foglalkozásról
8 – 8 gyakorlatból álló gyakorlatgyűjtemény készítése és leadása egy választott mozgásszervi és egy választott belgyógyászati betegségre
Két zárthelyi dolgozat sikeres megírása.

Kötelező irodalom:

Irodalom

Érdi-Krausz, Zs. (2005): Mindenki gyógytestnevelése Bp., Okker
Csider, T, (1991).Az iskolai gyógytestnevelés gyakorlatai és mozgáselemzése, Bp. , TF
Gárdos M. –Mónus, A. (1991): Gyógytestnevelés Bp. , TF.
Gedő, D. – Rigler , E. (1998).: Labdás gyakorlatok a mozgásterápiában, Kecskemét,
Magyar, I. (1985): Rövid belgyógyászatBp. , Medicina
Perjés,K.(2004) : Ortopédia Bp., SE-TST Kar
Somogyiné K.I (1998).: Gyógyúszás, Flaccus,