

**Tárgytematika / Course Description****Rekreációs terápiák****ESLB\_STTM100****Tárgyfelelős neve /****Teacher's name:** Kovácsné dr. Tóth Ágnes**Félév / Semester:** 2023/24/1**Beszámolási forma /****Assesment:** Folyamatos számonkérés**Tárgy heti óraszám /****Teaching hours(week):** 0/0/0**Tárgy féléves óraszám /****Teaching hours(sem.):** 0/9/0**OKTATÁS CÉLJA / AIM OF THE COURSE**

A tantárgy oktatásának célja hogy a hallgatók megismerjék a terápiás rekreáció alapfogalmait, formát. A terápiás módszerek alapjainak ismerete nélkülözhetetlen a betegséggel élők képességeinek, testi és lelki állapotának, életminőségének javításához, rehabilitációs, prevenció programok kidolgozásához. A rekreációs terápiás módszerek jól használhatók szabadidős programok kidolgozásában is. A rekreációs terápiák elsajátításához segítséget jelenthet az alapvető pszicho-, szocio- és művészetterápiák megismerése.

**TANTÁRGY TARTALMA / DESCRIPTION**

1.hét	A rekreáció terápiák eredete, fogalma, alapformái.
2.hét	Érzékszervekre ható terápiák I. Szaglásra ható illatterápia, aromaterápia. Hallásra ható hangterápia, zeneterápia .
3.hét	Érzékszervekre ható terápiák II.Ízlelésre ható ízterápia, étkezési terápiák. Hőérzékelésre ható hőterápia.
4.hét	Izomműködésre ható mozgásterápia, sportterápia. Természetben üzhető sportok, vízisportok, szárazföldi sportok (Barlangászat, hegyi kerékpározás, túrakerékpározás, lovaglás, terápiás lovaglás)

5.hét	Kognitív képességekre ható pszichoterápiák . Wii. Neurofeedback stb. Művészetterápia.
6.hét	Manuálterápia, Fizioterápia, masszázs, robotika. .
7.hét	Szimbólumok, kabalák, mint a tudatalatti rekreációs terápia kellékei
8.hét	Stimulánsok, kábítószeres, tudatmódosító szerek, mint a rekreáció negatív externáliája.
9.hét	Munkahelyi rekreáció kiemelt szerepe a XXI. században. .
10.hét	Speciális célcsoportok (gyermekek, krónikusan betegek, idősek, fogyatékkal élők) kezelése terápiás módszerekkel. I.
11.hét	Speciális célcsoportok (gyermekek, krónikusan betegek, idősek, fogyatékkal élők) kezelése terápiás módszerekkel. I.
12.hét	Terápiás rekreációs. Élménypedagógia a rekreáció területén. (Bátor tábor, stb.)
13.hét	Rekreációs terápia, mint szolgáltatás. programok tervezése, lebonyolítása. Rekreáció és a piac kapcsolata
14.hét	Rendszerező óra

---

## SZÁMONKÉRÉSI ÉS ÉRTÉKELÉSI RENDSZERE / ASSESSMENT'S METHOD

Tanulmány leadás és a tanulmányból készült előadás megtartása konzultáció keretében. Értékelése: 50% tanulmány, 50 % prezentáció

---

## KÖTELEZŐ IRODALOM / OBLIGATORY MATERIAL

Kötelező irodalom:

**Fritz Péter: Mozgásos rekreáció. Rekreáció mindenkinek I. Bába kiadó, 2011.**

**Fritz Péter: Szellemi rekreáció. Rekreáció mindenkinek II. Dialóg Campus Kiadó, 2015**