

Tárgytematika / Course Description

Wellness programok

NGB_EG090_1

Tárgyfelelős neve /

Teacher's name: Rigó Attiláné

Félév / Semester: 2015/16/1

Beszámolási forma /

Assesment: Folyamatos számonkérés

Tárgy heti óraszám /

Teaching hours(week): 2/2/0

Tárgy féléves óraszám /

Teaching hours(sem.): 0/0/0

OKTATÁS CÉLJA / AIM OF THE COURSE

Wellness, medical wellness, egészséges életmóddal kapcsolatos fogalmak elsajátítása, ismeretek alkalmazása a gyakorlatban. Wellness hotelek, központok, fitnesz klubok , SPA szolgáltatásainak megismerése, wellness trendek bemutatása.

TANTÁRGY TARTALMA / DESCRIPTION

1. Bevezetés, a tantárgy bemutatása, tematikája. Wellness fogalma, kialakulása. Wellness és egészség, wellness és az egészségügy kapcsolódási pontjai.
2. Egészség , egészségfejlesztés, wellness életmód
3. Korcsoportok , életkorokra jellemző egészségi állapotok.
4. Wellness szállodák működését szabályozó törvény , uszodák világa, gyógyvizek, SPA
5. Szaunák és gőzfürdők
6. Szépségkezelések, masszázs a wellnessben, egyéb kezelések
7. Sport, aktivitás, wellnessben alkalmazott mozgásformák, relaxációs és közérzetjavító szolgáltatások, stressz oldása
8. Fitnesz, fogalmak, követelmények
9. Gasztronómia és egyéb szolgáltatások a wellnessben
10. Medical wellness, szolgáltatásai, népbetegségek, rehabilitáció és prevenció
11. Wellness életmód-wellness üzletág, egészségturizmus és wellness kapcsolata
12. Wellness , egészségturizmus adottságai Magyarországon és Európában, idősödő lakosság szerepe
13. Írásbeli feladatlap kitöltése

SZÁMONKÉRÉSI ÉS ÉRTÉKELÉSI RENDSZERE / ASSESSMENT'S METHOD

Félévközi követelmények:

otthoni munka keretében 1 db házidolgozat megírása előre megadott tartalmi és formai követelmények alapján. Beadási határidő az írásbeli feladatlap kitöltése előtt 2 héttel, pontos időpont az első előadáson megadva.

Foglalkozásokon való részvétel:

az előadásokon a részvétel kötelező. Összesen 4 óra hiányzás fogadható el.

Értékelés:

A félév során elérhető maximális pontszám 100, amelyből max. 20 pontot a házidolgozat elkészítésével lehet elérni, az írásbeli feladatlap kitöltésével max. 80 pontot lehet elérni. Összpontszám átszámítása osztályzatokra: 0.50 pont elégtelen (1), 51-60 pont elégséges(2), 61-70 pont közepes (3), 71-85 pont jó(4), 86-100 pont jeles(5).

Elégtelen (1) esetén szóbeli javításra van lehetőség.

KÖTELEZŐ IRODALOM / OBLIGATORY MATERIAL

1. Előadásokon elhangzott tananyag
2. Egészségturizmus: gyógyászat, wellness, holisztika-Melanie Smith, Puczkó László Akadémiai Kiadó
3. Fizioerápia- dr Csermely Miklós Medicina Könyvkiadó