|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Tantárgy neve: SPORTEGÉSZSÉGTAN** | **Kódja: LBT\_TE860K2** | **Kreditszáma: 2** |
| A tanóra típusa[[1]](#footnote-1): előadás és száma: **2** |
| A számonkérés módja (koll./gyj./egyéb[[2]](#footnote-2)): kollokvium |
| A tantárgy tantervi helye (hányadik félév): **5**. |
| Előtanulmányi feltételek *(ha vannak)*:**LBT\_TE754K2** |
| **Tantárgyleírás**: az elsajátítandó ismeretanyag és a kialakítandó kompetenciák tömör, ugyanakkor informáló leírása |
| Ismerjék meg a hallgatók a sport szerepét az egészséges életmódra nevelésben. A sportártalmak élettani alapjai, megelőzésük lehetőségei, konzervatív és rehabilitációs kezelés főbb formái. Egészséges körülmények biztosítása a testnevelés órán. Környezeti hatások szerepe a sportfoglalkozásokon. Az elsősegélynyújtás alapjai.Témakörök: A keringés szerveinek egészségtana. A légzőrendszer egészségtana. A táplálkozás egészségtana. A női nemi működés egészségtani kérdései. A mozgató szervrendszer egészségtana. Csont-, ízületi sérülések a sportban. Izomsérülések a sportban. A környezeti ártalmak egészségtani kérdései. A tömegsport egészségtana. Újraélesztés, elsősegélynyújtás. |
| A **3-5** legfontosabb *kötelező,* illetve *ajánlott* **irodalom** (jegyzet, tankönyv) felsorolása biblio­gráfiai adatokkal (szerző, cím, kiadás adatai, oldalak, ISBN) |
| 1. Dr. Botár Zoltán - Dr. Frenkl Róbert - Dr. Kereszti Alfonz - Dr. Mohácsi János: Egészségtan-Sportegészségtan I.; Magyar Testnevelési Egyetem, Bp. 1992.
2. Dr. Botár Zoltán – Dr. Frenkl Róbert – Dr. Kereszti Alfonz – Dr. Mohácsi János: Egészségtan-Sportegészségtan II.; Magyar Testnevelési Egyetem, Bp. 1994.
3. Dr. Frenkl Róbert: Sportélettan; Magyar Testnevelési Egyetem, Bp. 1995.
4. Élettan - Sportélettan – középfokú tanfolyami jegyzet; Magyar Testnevelési Egyetem Továbbképző Intézet,, Bp. 1985.
 |
| **Tantárgy felelőse** (*név, beosztás, tud. fokozat*)**:** **Dr. Tóth Csaba PhD - orvos**  |
| **Tantárgy oktatásába bevont oktató(k),** ha vannak(*név, beosztás, tud. fokozat*)**:**Dr. Lente István – orvos, Hidvégi Péter - adjunktus |

1. **Ftv. 147. §** tanóra*:* a tantervben meghatározott tanulmányi követelmények teljesítéséhez oktató személyes közreműködését igénylő foglalkozás (előadás, szeminárium, gyakorlat, konzultáció) [↑](#footnote-ref-1)
2. pl. évközi beszámoló [↑](#footnote-ref-2)