|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Tantárgy neve: ÉLETTAN** | **Kódja: LMT\_TN126K2** | **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):. | | |
| Előtanulmányi feltételek *(ha vannak)*: | | |
| **Tantárgyleírás**: az elsajátítandó ismeretanyag és a kialakítandó kompetenciák tömör, ugyanakkor informáló leírása | | |
| * *A tantárgy tanításának alapelvei és céljai:*   Az élettani funkciók és a sportmozgások kapcsolatrendszerének, összefüggésük mechanizmusának megismerése. A hallgató legyen tudatában az élettan és a sportmozgások kapcsolatrendszerével, és összefüggésük mechanizmusával, és ezen ismereteket tudja hasznosítani az oktatás során. Ismereteire támaszkodva képes legyen az egészségtudatos magatartás kialakítása. Tudjon szakszerűen kommunikálni, részt venni szakmai megbeszélésekben.   * *Fejlesztendő kompetenciaterületek:*   *Szakmai tudás*:   * Tudja az egyes szervrendszerek élettanát. * Ismeri a már megszerzett anatómiai ismeretek felhasználásával a struktúrát és az ehhez kapcsolódó funkció összefüggéseit. * Tudja a testszerveződés, valamint a különböző szervrendszerek működésének összehangolását biztosító rendszereket. * Ismeri az emberrel kapcsolatos meghatározó tudományos eredményeket és a teljesítményekre ható biológiai tényezőket. * Ismeri a gyermeki, serdülőkori és ifjúkori fejlődésre, az egész életen át tartó emberi fejlődésre vonatkozó sajátosságokat.   *Szakmai képességek:*   * A sportmozgások biológiai hátterének ismeretében a hallgató képes egészségtudatosan, és hatékonyan a testnevelés és sportfoglalkozásokat, órákat megszervezni és megtartani. * Képes az oktatási folyamat egészének áttekintésére és az ehhez igazodó tananyag-kiválasztásra. Tud olyan hatékony eszközt és módszert választani és alkalmazni, amelyekkel az adott oktatási feladat – a különböző életkori csoportokban – sikerrel oldható meg. * Képes, az eltérő képességekhez és igényekhez igazodva, modern, motiváló erejű tananyagokkal és módszerekkel elérni a mindenki számára sikeres tanulást és élvezetes sportolást.   *Szakmai szerepvállalás és elkötelezettség:*   * Rendelkezik a szaknyelvi szövegek olvasásának, interpretációjának, reflexiójának képességeivel, képes alkalmazni az információs-kommunikációs eszközöket. * Képes a tanulók egyéni sajátosságait figyelembe venni, képes a felzárkóztatásra és a tehetséggondozásra egyaránt. * *A tantárgy főbb tematikai csomópontjai:*   Az idegrendszer alapvető és magasabb működése (az idegrendszer felosztása, gerincvelői működések, a nagyagy pályái, az agykéreg működése, mozgás és szabályozása). A vegetatív idegrendszer felépítése. Vegetatív működések szabályozása.  A neuroendokrin rendszer hormonforgalma, a hormonhatások jellemzői, belső elválasztású mirigyek működésének szabályozása, az anyagcsere, a növekedés és fejlődés hormonális háttere, stressz reakciók, mellékvesekéreg jelentősége, a nemi működések endokrin háttere. Hyper- és hypofunkciók. Dopping.  Az egyes szervrendszerek (a szív és keringési-, a légző-, az emésztő-, a vizeletkiválasztó rendszer) élettana. Az ivarszervek élettana. Az egyes biológiai rendszerek sportélettani vonatkozásai.   * *Követelmények, a tanegység teljesítésének feltételei:*   rendszeres és aktív órai részvétel az órákon, egy dolgozat sikeres megírása.   * *Munkaformák:* előadás, a kiadott írásbeli feladatok értékelhető színvonalú teljesítése. | | |
| A **3-5** legfontosabb *kötelező,* illetve *ajánlott* **irodalom** (jegyzet, tankönyv) felsorolása biblio­gráfiai adatokkal (szerző, cím, kiadás adatai, oldalak, ISBN) | | |
| * *Kötelező irodalom:*   Coknya Mária – Wilhelm Márta: A sportmozgások biológiai alapjai I. Anatómia, élettan, egészségtan. Dialóg Campus Kiadó, Budapest-Pécs, 2006.  Hans-Hermann Dickhuth: Sportélettan, sportorvostan. Dialóg Campus Kiadó, 2006.   * *Ajánlott irodalom:*   Frenkl Róbert: Sportélettan. 2004.  Ángyán Lajos (1993): Sportélettani alapismeret  Fonyó Attila (1999): Orvosi élettan tankönyve | | |
| **Tantárgy felelőse** (*név, beosztás, tud. fokozat*)**:** **Dr. Tóth Csaba PhD – orvos, főiskolai docens** | | |
| **Tantárgy oktatásába bevont oktató(k),** ha vannak(*név, beosztás, tud. fokozat*)**:** | | |

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)