|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **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 alapismeretFonyó 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)