|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Tantárgy neve: ANATÓMIA** | **Kódja: NMT\_TN125K2** | **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:*

A hallgató ismerje meg az egyes szervrendszerek anatómiáját. Legyen tudatában az anatómia és a sportmozgások kapcsolatrendszerével, és összefüggésük mechanizmusával, és ezen ismereteket tudja hasznosítani az oktatás során. Ismereteire támaszkodva képes legyen az egészségtudatos magatartás kialakítása. Tudjon szaknyelven kommunikálni, részt venni szakmai megbeszélésekben.* *Fejlesztendő kompetenciaterületek:*

*Szakmai tudás*:* Ismeri az emberrel kapcsolatos meghatározó tudományos eredményeket és a teljesítményekre ható biológiai tényezőket.
* Tudja a sportmozgások anatómia alapjait, és felismeri a megszerzett információk tudatos felhasználásával a sportmozgások anatómiai összefüggéseit.
* Ismeri az emberrel kapcsolatos meghatározó tudományos eredményeket.

Alkalmazható tudással bír a tanulói teljesítményekre ható biológiai tényezőkről.* Ismeri a serdülőkori és ifjúkori fejlődésre, az egész életen át tartó emberi fejlődésre

vonatkozó sajátosságokat.  *Szakmai képességek:** Képes az emberi szervrendszerre vonatkozó ismereteinek birtokában a hatékony óratartásra, a testnevelés és sport foglalkozások szervezésére, lebonyolítására.
* 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 az anatómiai szaknyelvi szövegek olvasásának, interpretációjának, reflexiójának képességeivel, tudja alkalmazni az információs-kommunikációs eszközöket.
* A tanulók egyéni sajátosságait figyelembe veszi, felzárkóztatásra és a tehetséggondozásra egyaránt lehetőséget teremt.
* *A tantárgy főbb tematikai csomópontjai:*

Az emberi szervezet megismerése. A funkció és a szerkezet egységének felismerése. A szervezet morfológiai felépítésének elsajátítása. Az élő szervezetek szerveződésének megismerése. Az emberi test felépítése. Szövetek, szervek, szervrendszerek. A sejt felépítése és életjelenségeinek fiziológiai alapjai. A sejtalkotók és funkcióik. Transzportfolyamatok (az aktív és passzív transzportok). A szövetek felépítése és működése. Hámszövetek. Kötőszövetek. Idegszövet.Síkok, irányok, tengelyek. Az általános és a részletes csonttan elsajátítása. A csont felépítése, szerkezete, típusai. A koponya csontjai. Gerinc, vállöv, medence, felső végtag, alsó végtag csontjai. Általános ízülettan. Részletes ízülettan. Fej, gerincoszlop, váll, könyök, csukló, kézízületek. Medence, csípő, térd, boka, lábízületek. Az adott ízületek mozgás lehetőségei és korlátai. A mozgások iránya. Sérülések, különös tekintettel a sportsérülésekre.Általános izomtan. Izomszövetek. Az izom működése, ingerlékenységgel kapcsolatos alapjelenségek, a vázizom szerkezete, a kontrakció folyamata. Az izomrostok típusai, izomplaszticitás, az izomműködés energetikája. A rendszeres edzés hatása az izomszövetekre. Részletes izomtan. A nyak izmai. Törzsizmok: mellizmok, hasizmok, hátizmok. Vállizmok. Medence izmok. A felső végtag izmai, az alsó végtag izmai. Az izmok részletes leírása mellett a különböző izmok, izomcsoportok funkciója. Hajlítás (flexió, anteflexió), feszítés (extensio), hátrahajlitás (retroflexio), közelítés, távolítás (adductio, abductio), forgatás (rotatio), körzés (circumductio). Jellemző sportsérülések. Az erő és fajtái. A gyorsaság és az állóképesség biológiai háttere.A szív és keringés anatómiája. A légző rendszer anatómiája. Az emésztő rendszer anatómiája. A vizeletkiválasztó rendszer anatómiája. Az ivarszervek anatómiája. Az idegrendszer anatómiája. A hormonálisrendszer. Az érzékszervek anatómiája. * *Követelmények, a tanegység teljesítésének feltételei:*

rendszeres és aktív óralátogatás, egy dolgozat sikeres megírása.* *Munkaformák:* előadás, csoportmunka, rendszeres egyéni felkészülés.
 |
| 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.Lázár Gyula: Anatómia I.-II. Pécs, 1994. Lázár Gyula: Anatómia I.-II. Pécs, 1994.* *Ajánlott irodalom:*

Miltényi Márta: A sportmozgások anatómiai alapjai I-II. Sport Kiadó, Budapest, 1980. Kiss Ferenc – Szentágothai János: Az ember anatómiájának atlasza I-III. Budapest, 1980.Donáth Tibor: Anatómia. Élettan Medicina Könyvkiadó, 2004. |
| **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)