



**2024/2025. tanév I. félév**

**Intézet neve:** DE Sporttudományi Koordinációs Intézet

**Szak megnevezése:** Gyógytestnevelő osztatlan tanárszak

**Tagozat:** nappali

**Specializáció megnevezése:** nincs

**Félév:** 1.

**Tantárgy neve, Neptun-kódja(i):** Egészségtudomány elmélete, GYTEE\_0001

**Tantárgy óraszám:** 2 GY

**Kreditértéke:** 3

**A tantárgy előkövetelménye(i):** nincs

**1. A KURZUS OKTATÓ(I):** Dr. Hidvégi Péter; Dr. Csatári Tímea

**2. A KURZUS CÉLJA:**

A tárgy célja, hogy a hallgatók bepillantást nyerjenek az egészségtudományok rendszerébe, kialakulásába, fejlődésébe. Cél, hogy megismerjék meg az egészségtudomány legújabb eredményeit, kudarcait és kihívásait a XXI. században. A kurzus során a hallgatók megismerik az egészségtudomány és az egészségfilozófia alapvető területeit és problémáit, bepillantást nyernek a test és a lélek értelmezésébe, ennek szemléletébe. Közvetlen cél, hogy a hallgató megismerje és gyakorlatba tudja ültetni az egészség alapelveit és normáit, ezentúl azt holisztikus szemlélettel tudja vizsgálni. Ezen túl olyan módszerek megismertetése, mellyel ismereteiket képesek lesznek játékos-kreatív formában továbbadni leendő tanítványaiknak, ezzel is elősegítve és népszerűsítve az egészségkulturális ismereteket.

**3. A KURZUS ÜTEMEZÉSE, TANANYAGA**

| időpont | téma  | megjegyzés |
|---------|---|------------|
| 1.      | A kurzus tantárgyi követelményeinek ismertetése. A félév menetrendjének megvitatása. Holisztikus egészségfogalom. |            |
| 2.      | Egészség és fejlődés.   |            |
| 3.      | A társadalom és az egészség kapcsolata.   |            |
| 4.      | Az egészségtudomány története.  |            |
| 5.      |   |            |



|     |  |  |
|-----|--|--|
| 6.  | A legjelentősebb filozófiai diszciplínák. Egészségfilozófiák.<br>Egészségkultusz. A boldogság és a lét. Egészségkultúra napjainkban. |  |
| 7.  |  |  |
| 8.  | Medikalizáció. Alternatív gyógymódok megismerése.  |  |
| 9.  | Stressz és stresszkezelés.   |  |
| 10. | Életmód, szabadidő, mozgás, rekreáció  |  |
| 11. | Egészség és egészséges életmód az iskolában.   |  |
| 12. | Az egészségi állapot szubjektív értékelése és az életkor összefüggései.  |  |
| 13. | Zárthelyi dolgozat megírása.   |  |
|     | Zárthelyi dolgozat (javító) megírása.  |  |

#### 4. FÉLÉVKÖZI ÉS VIZSGAKÖVETELMÉNYEK:

Az órákon való aktív részvétel (maximum 3 hiányzás), a zárthelyi dolgozat legalább elégséges szintű megírása (60%-tól elégséges), melynek témája az előadás anyaga.

**ÉRTÉKELÉS MÓDJA:** Gyakorlati jegy

- Zárthelyi dolgozat érdemjegye.

#### 5. KÖTELEZŐ IRODALOM

1. Dr. Lippai L. (2017): Holisztikus egészség, egészségmagatartás és egészségfejlesztés. Szeged. (ISBN 978-615-5455-85-8)
2. Hársing L. (1998): Nyitott gondolkodás- Filozófiai problémák – alternatív válaszok. Budapest, Eötvös J. Kvk. Bp. (ISBN: 978-615-5509-26-11)
3. Meleg Cs. (2005): Egészségtámogató iskolai környezet. Új Pedagógiai Szemle: (11.) 58-70.
4. Az órán elhangzottak és a ppt-k.

#### 6. AJÁNLOTT IRODALOM

1. Buda B. (2003): A lélek egészsége- a mentálhigiéné alapkérdései. Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest, 342 p. ( ISBN: 9789631932768)
2. Simon T. (2004): Az egészségoktatás stratégiája a 21. században. Egészségfejlesztés XLV. évf. 5-6.

#### 3. EGYÉB INFORMÁCIÓK

Tantárgyfelelős: Dr. Hidvégi Péter

[hidvegi.peter@sport.unideb.hu](mailto:hidvegi.peter@sport.unideb.hu)

Oktató: Dr. Csatári Tímea

[csatari.timea@unideb.hu](mailto:csatari.timea@unideb.hu)



**DEBRECENI  
EGYETEM**

**SPORTTUDOMÁNYI KOORDINÁCIÓS INTÉZET**

H-4002 Debrecen, Egyetem tér 1, Pf.: 400

Tel.: 52/512-900

<http://sportsci.unideb.hu/>

---

**Debrecen, 2024. szeptember 1.**

.....

*A kurzussal és a követelmények teljesítésével kapcsolatos kérdésekben a Debreceni Egyetem  
Tanulmányi és Vizsgaszabályzata, valamint a Debreceni Egyetem Etikai Kódexe az irányadók.*