



**2025/26. tanév  
II. félév**

**Intézet neve:** DE Sporttudományi Koordinációs Intézet

**Szak megnevezése:** Gyógytestnevelő-Egészségfejlesztő osztatlan tanárszak **Tagozat:** nappali

**Specializáció megnevezése:** -

**Félév:** 2.

**Tantárgy neve, Neptun-kódja:** A gyógytestnevelés tanításának módszertana II.  
GYTMO\_0002

**Tantárgy óraszám:** 2

**Kreditértéke:** 2K

**A tantárgy előkövetelménye:** A gyógytestnevelés tanításának módszertana I.

- 1. A KURZUS OKTATÓI:** DR. HIDVÉGI PÉTER
- 2. A KURZUS CÉLJA:**

A Hallgató ismerje meg a gyógytestnevelés oktatásnak főbb pedagógiai és módszertani aspektusait, valamint legyen képes gyógytestnevelésben alapvető elméleti és gyakorlati módszertani ismeretek alkalmazására. Legyen képes a gyógytestnevelési foglalkozások gyakorlatanyagának adekvát megválasztására, gyakorlatvezetésére. Ismerje és tudja alkalmazni a gyógytestnevelés hatékony eszközrendszerét, azok módszertani sajátosságait. Az órák szervezése, levezetése során tartsa szem előtt az adott egyén, egyének krónikus betegségének, vagy egyéb, helyzetének másságából fakadó problémájának típusát és mértékét, valamint korosztályának sajátosságait.

**3. A KURZUS ÜTEMEZÉSE, TANANYAGA**

időpont	téma	megjegyzés
1.	A NAT és kerettanterv és felépítése. Az iskola dokumentumai.	
2.	A gyógytestnevelés dokumentumai kerettanterv, helyi tanterv.	
3.	A gyógytestnevelés dokumentumai: tanmenet, tematikus terv, óraterv. Gyakorlati óra. Tartó-és mozgatórendszerbeli elváltozások.	
4.	Helyi tanterv. Egyéni, illetve kooperatív munka 2-4 fős csoportokban a témához kapcsolódó előzetes ismeretek és tapasztalatok alkotó	



	módon történő felhasználása az új ismeretek megértéséhez és gyakorlati alkalmazása.	
5.	Tanmenet készítés. Kooperatív munka. 2-4 fős csoportokban. Gyakorlati óra. Tartó-és mozgatórendszerbeli elváltozások.	
6.	Gyógytestnevelési csoportok kialakítása. Kooperatív munka. 2-4 fős csoportokban.	
7.	Tanmenet írása a gyógytestnevelési csoportokra. Kooperatív munka. 2-4 fős csoportokban. Gyakorlati óra. Tartó-és mozgatórendszerbeli elváltozások.	
8.	Tavaszi szünet	
9.	A gyógytestnevelési foglalkozás/óra. A gyógytestnevelés foglalkozás/óra feladata, jellege, órátípusok. A gyógytestnevelési órák tartalma és szerkezete.	
10.	A gyógytestnevelés foglalkozás/ óra felépítése I. Kooperatív munka. A gyógytestnevelés foglalkozás/ óra felépítése II. Kooperatív munka.	
11.	Diagnózis alapján óraterv készítése. Kooperatív munka 2-4 fős csoportokban. Gyakorlati óra. Belgyógyászati elváltozások.	
12.	Diagnózis alapján óraterv készítése. Kooperatív munka 2-4 fős csoportokban.	
13.	Diagnózis alapján óraterv készítése. Kooperatív munka 2-4 fős csoportokban.	
14.	Az elhangzott előadás anyagából zárthelyi dolgozat megírása.	

#### 4. FÉLÉVKÖZI ÉS VIZSGAKÖVETELMÉNYEK

Előadáson való részvétel, elméleti ismeretből egy zárthelyi dolgozat megírása, és a gyakorlati jegy osztályzatába a zárthelyi dolgozat megírásán kívül, a házi feladatok, órai munka részjegyei is számítanak. Elégtelen dolgozat egyszer javítható.

#### 5. ÉRTÉKELÉS MÓDJA :

Az értékelés előfeltétele a munkakövetelmények hiánytalan teljesítése:

- aktív részvétel az órákon
- A tantárgyat gyakorlati jegy zárja (zárthelyi dolgozat megírása és az egyéni illetve a kooperatív munka 2-4 fős csoportokban).



- Sikertelen teljesítés esetén a javítás módja a TVSZ-ben meghatározottak szerint.

## 6. KÖTELEZŐ IRODALOM

1. GÁRDOS M.-MÓNUS A.(1995): Gyógytestnevelés. MTE, Budapest.
2. CSIDER T. (1987): Az iskolai gyógytestnevelés mozgásanyag mozgáselemzése I-II. Testnevelési Főiskola Továbbképző Intézet, Budapest.
3. GAÁL S.-né – BENCZE S.-né (szerk.) (2000): Prevenció és korrekció a 3 -10 éves korú gyermekek testnevelésében. TSF KFK, Szarvas.
4. HIDVÉGI PÉTER, MÜLLER ANETTA (2015): Gyógytestnevelés. Az Eszterházy Károly Főiskola tankönyve.  
[https://sporttudomany.unieszterhazy.hu/public/uploads/gyogytestneveles-konyv\\_570f7e3e24efc.pdf](https://sporttudomany.unieszterhazy.hu/public/uploads/gyogytestneveles-konyv_570f7e3e24efc.pdf)

## 7. AJÁNLOTT IRODALOM

1. MÉSZÁROS J. (1990): A gyermeksport biológiai alapjai. Sport. Budapest.
2. MILTÉNYI M. (1987): A sportmozgások anatómia alapjai I., II. Sport, Budapest.
3. PAPPNÉ G. ZS. (2001, 2004): Tartásjavító gyakorlatok óvodások és általános iskolások számára, Flaccus, Budapest.
4. PAPPNÉ G. Zs. (2005): Játshunk gyógyító tornát! Flaccus Kiadó, Budapest
5. PERJÉS K. (2004): Orthopédia. SE-TSK (jegyzet) Budapest.

## 8. EGYÉB INFORMÁCIÓK

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

**Debrecen, 2026. február 01.**

Dr.Hidvégi Péter

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