



**2025/26. tanév
II. félév**

Intézet neve: DE Sporttudományi Koordinációs Intézet

Szak megnevezése: Gyógytestnevelő osztatlan tanárszak

Tagozat: nappali

Specializáció megnevezése: nincs

Félév: 6.

Tantárgy neve, Neptun-kódja: Mozgásterápia II., GYTMT_0002

Tantárgy óraszám: 2 GY

Kreditértéke: 2

A tantárgy előkövetelménye: Mozgásterápia I.

- 1. A KURZUS OKTATÓI:** Bíró Eszter
- 2. A KURZUS CÉLJA:**

A kurzus célja, hogy a hallgató elsajátítsa a mozgásterápián belül, a fizioterápiás munka végzéséhez szükséges elméleti tudást. A fizioterápia alapfogalmaival, a fizioterápiás eszközökkel, illetve terápiás lehetőségekkel és módszerekkel tisztában legyen. Továbbá megismerje az egészség komplex fogalmát, az egészségfejlesztés módszereit és eszközeit a metódusok szervezetre gyakorolt hatásaival, indikációival illetőleg kontraindikációival. Továbbá alkalmas legyen a preventív szemlélet, a mozgásterápia, az aktív életmód képviselésére a tanórán és a tanórán kívül.

3. A KURZUS ÜTEMEZÉSE, TANANYAGA

időpont	téma	megjegyzés
1.	A kurzus tantárgyi követelményeinek ismertetése. A félév menetrendjének megvitatása. A mozgásterápia története, alapjai.	
2.	A fizioterápia fogalma, részei: az elektroterápiás kezelések típusai, alkalmazási területei, hatásai, ellenjavallatok.	
3.	A fototerápiás kezelések fajtái, alkalmazási területei, szervezetet érintő hatásai, ellenjavallatok.	
4.	Hidroterápiás kezelések jellemzői, típusai, alkalmazási területük, ellenjavallatok.	



5.	Termoterápiás lehetőségek (aktualitása) a mozgásterápiában.	
6.	A biomechanikailag helyes testtartás kialakítását elősegítő gyakorlatok.	
7.	Mechanoterápiás eljárások fajtái, szervezetre gyakorolt hatásuk.	
8.	Tavaszi szünet.	
9.	A masszázs szerepe a rehabilitációban, fajtái. Speciális módszerek. Nyirokkeringést befolyásoló fizioterápiás eljárások.	
10.	A klímaterápia típusai, elméleti alapja, alkalmazási területei.	
11.	A relaxáció szerepe a rehabilitációban, relaxációs technikák gyakorlati alkalmazása. Az egyszerűbb relaxációs technikák elsajátítása és alkalmazása az iskolában.	
12.	Zárthelyi dolgozat. Balneoterápia alapjai, kezelési típusok, alkalmazási területek a mozgásterápiában.	
13.	Pót zárthelyi dolgozat. Az egyszerűbb relaxációs technikák elsajátítása és alkalmazása az iskolában.	
14.	A tartó- és mozgatószervrendszer izomzatának, mozgékonyságának (hajlékonyságának) fejlesztését szolgáló különböző testgyakorlatok a testnevelés óra keretei között.	

4. FÉLÉVKÖZI ÉS VIZSGAKÖVETELMÉNYEK

Az aláírás feltétele a TVSZ-ben meghatározott órán való aktív részvétel mellett, a csoportos feladatok elkészítése és előadása, továbbá a zárthelyi dolgozat legalább elégséges szintű teljesítése (60%). Amennyiben az első zárthelyi dolgozat sikertelen, pót zh-ra van lehetőség egyszeri alkalommal a szorgalmi időszakban.

5. ÉRTÉKELÉS MÓDJA: gyakorlati jegy

A szorgalmi időszakban történő zárthelyi dolgozat során a hallgatók írásban adnak számot tudásukról. A gyakorlati jegy a zárthelyi dolgozat érdemjegyéből képzett osztályzat.



6. KÖTELEZŐ IRODALOM

1. Az órán elhangzottak és a ppt-k.
2. Csermely M. (2009): Fizioerápia. Medicina Könyvkiadó Zrt. Budapest. (ISBN: 9789632262420)

7. AJÁNLOTT IRODALOM

1. Bender T. (2013): Balneoterápia és hidroterápia. Medicina Könyvkiadó. Budapest. (ISBN: 9789632264738)
2. Diricziné B. Gy. (2013): Elméleti és gyakorlati fizioerápia. Kádix, Budapest. 313p. (ISBN: ISBN: 9789638901545)

8. EGYÉB INFORMÁCIÓK

Az oktató elérhetősége: biro.eszter@sport.unideb.hu

Debrecen, 2026. február 01.

Bíró Eszter

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