



2025/26. tanév

I. félév

Intézet neve: DE Sporttudományi Koordinációs Intézet

Szak megnevezése: Gyógytestnevelő osztatlan tanárszak

Tagozat: nappali

Specializáció megnevezése: nincs

Félév: 5.

Tantárgy neve, Neptun-kódja: Rehabilitáció II., GYTRE_0002

Tantárgy óraszám: 2

Kreditértéke: 2

A tantárgy előkövetelménye: Rehabilitáció I.

1. A KURZUS OKTATÓI: BÍRÓ ESZTER

2. A KURZUS CÉLJA:

A képzés célja a hallgatók testi, lelki egészséggel kapcsolatos ismereteinek megalapozása. A hallgató ismerje meg a prevenció adta lehetőségeket. Szerezzen gyakorlati ismereteket és tapasztalatot a primer prevenció szintjén alkalmazható mozgásanyag kivitelezéséhez. A rehabilitáció fogalmának és színtereinek, cél és eszközrendszerének ismerete és alkalmazása a gyógytestnevelésben.

3. A KURZUS ÜTEMEZÉSE, TANANYAGA

időpont	téma	megjegyzés
1.	A kurzus tantárgyi követelményeinek ismertetése. A félév menetrendjének megvitatása. A rehabilitációs alapfogalmak: egészség, betegség, fájdalom, fogyatékoság.	
2.	A fájdalom mérésére szolgáló skálák. A prevenció fogalma. Primer, secunder és terciér prevenció jellemzői és színterei.	
3.	A rehabilitáció fogalma, típusai, szerepe a gyógytestnevelésben. Az önellátás és a metabolikus ekvivalencia fogalma	
4.	A mozgásszervi rehabilitációban alkalmazott tesztek, funkcionális skálák típusai, jellemzői, velük szembeni elvárások.	



5.	A betegvizsgálat menete a rehabilitációt megelőzően. A kezelési terv kidolgozása, kezelési célok meghatározása.	
6.	A kardiológiai rehabilitáció: fázisai, helyszíne, személyi és tárgyi feltételek. A keringési rendszer funkcionális állapotának mérésére szolgáló vizsgálatok. Az EKG.	
7.	Őszi szünet.	
8.	A geriátriai rehabilitáció fogalma, sajátosságai, nehezítő tényezői. Immobilizációs szindróma. Funkcionális tesztek.	
9.	Zárthelyi dolgozat. A mozgásterjedelem definíciója és mértékét befolyásoló tényezők.	
10.	Pót zárthelyi dolgozat. A rehabilitáció során jelentős edzéselméleti szempontok összefoglalása.	
11.	A bokasérülések rehabilitációjának elmélete és gyakorlata. Statikus-dinamikus feladatok végrehajtása.	
12.	Térdsérülések rehabilitációjának menete. A térd operációjának fajtái. Térdműtét előtti prevenció-s-rehabilitációs lehetőségek. Statikus és dinamikus feladatok a gyakorlatban.	
13.	A gerincoszlopot érintő sérülések prevenciója és rehabilitációja. A gerincoszlop környéki és a core izmok erősítésére szolgáló eszköz nélkül és eszközzel végrehajtható feladatok a gyakorlatban.	
14.	A váll-, és könyökízületi sérülések komplexitása. Modern műtéti eljárások. Lehetőségek a rehabilitációban.	

4. FÉLÉVKÖZI ÉS VIZSGAKÖVETELMÉNYEK



Az órán való aktív részvétel mellett, 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 :

Az órán elhangzottak és a ppt.

7. AJÁNLOTT IRODALOM

1. Vekerdy-Nagy Zs. (2019): A gyermekrehabilitáció sajátosságai. (ISBN 978-963-226-692-3)
2. Fiszter I. (2009): Mozgásszervi rehabilitáció
3. Huszár I., Kullmann L., Tringer L. (2006): A rehabilitáció gyakorlata (ISBN 963 226 031 7)

8. EGYÉB INFORMÁCIÓK

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

Debrecen, 2025. szeptember 1.

Bíró Eszter

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