



2022/23. tanév

Intézet neve: DE Sporttudományi Koordinációs Intézet

Szak megnevezése: Osztatlan Testnevelő tanárszak

Tagozat: nappali

Specializáció megnevezése: nincs

Félév: 6.

Tantárgy neve, Neptun-kódja: GYÓGYTESTNEVELÉS TSTGY_0001

Tantárgy óraszám: 2 gyakorlat

Kreditértéke: 2

A tantárgy előkövetelménye: nincs

1. A KURZUS OKTATÓI: DR. HIDVÉGI PÉTER

2. A KURZUS CÉLJA:

A hallgató ismerje meg és értse a biomechanikailag helyes testtartás kialakulását és fenntartásának mechanizmusát. Tudjon különbséget tenni a hanyag tartás és tartásgyengeség között. Ismerje meg a tartó mozgatórendszerbeli elváltozásokat és az elváltozásoknak megfelelő gyakorlati anyagukat. Ismerje meg a felbomlott izomegyensúly visszaállításának alapvető elveit és módszereit. Felkészültek és képesek a gyógytestnevelési kategóriákba sorolt gyermekek rehabilitációjára, szakszerű foglalkozások megszervezésére, irányítására, lebonyolítására.

3. A KURZUS ÜTEMEZÉSE, TANANYAGA

időpont	téma	megjegyzés
1.	A gyógytestnevelés fogalma, feladata, tárgya célja, eszközei. A gyógytestnevelés részterületei.	
2.	A gyógytorna és gyógytestnevelés különbségei. Helytelen tartás csoportosítása. Lapos hát és mozgásanyaga. Kifózis és mozgásanyaga	
3.	Mellkasi deformitások: pectus excavatum, pectus carinatum Lordózis és mozgásanyaga. Skoliózis és mozgásanyaga. Torticollis. Scheuermann-féle kifózis.Fokozott kifolordotikus hát és	



4.	mozgásanyaga A gyógyúszás alkalmazásának lehetőségei és módszertani szempontjai a gyógytestnevelésben. Kifózis és mozgásanyaga.	
5.		
6.	Lordózis és mozgásanyaga. Skoliózis és mozgásanyaga. Torticollis, Scheuermann-féle kifózis.	
7.	Számonkérés : Csontan, izomtan és izom működés.	
8.	Csípőficam és mozgásanyaga. Sprengel-féle deformitás és mozgásanyaga.	
9.	Tavaszi szünet	
10.	Kontraktúrák, mobilizáló gyakorlatok. Discus hernia (porckorong sérv)	
11.	Asthma bronchiale és mozgásanyaga. Pes planus (lúdtalp) és mozgásanyaga	
12.	Obesitas és mozgásanyaga. Schlatter-Osgood féle betegség.	
13.	Vegetatív disztónia és mozgásanyaga. Számonkérés. Hipertóniás tanulók gyógytestnevelése, mozgásanyaga. Genu valgum, Genu Varum	
14.		

4. FÉLÉVKÖZI ÉS VIZSGAKÖVETELMÉNYEK

Zárthelyi dolgozat a 7. hét és a 13. héten, melyben az előadás anyaga lesz a számonkérés tárgya. A dolgozatok elégséges szintű megírása szükséges a gyakorlati jegy megszerzéséhez.

5. ÉRTÉKELÉS MÓDJA : KOLLOKVIUM

Gyakorlati jegy. A zárthelyi dolgozatok részjegyeiből képzett osztályzat.

6. KÖTELEZŐ IRODALOM

1. Érdi-Krausz Zsuzsa: Mindenki gyógytestnevelése Budapest 1995. ISBN 963 501 1407
2. Gárdos M.-Mónus A. (1991): Gyógytestnevelés. SE Testnevelési és Sporttudományi Kar, Budapest
3. Hidvégi P. Müller A. (2015): Gyógytestnevelés. EKF, Líceum Kiadó.



Vass L., Bohner, B.A. (2015): Kézikönyv a gyógytestnevelés mozgásanyagához. Pécsi Tudományegyetem, Természettudományi Kar, Sporttudományi és Testnevelési Intézet

7. AJÁNLOTT IRODALOM

1. Csíder, T. (2002): Az iskolai gyógytestnevelés gyakorlati és mozgás elemzése. SE Testnevelési és Sporttudományi Kar, Budapest.
2. Szendrői, M (2006): Ortopédia, Semmelweis Kiadó, Budapest.

8. EGYÉB INFORMÁCIÓK

Az oktató elérhetősége: Dr. Hidvégi Péter Debreceni Egyetem,
hidvegi.peter@sport.unideb.hu

Debrecen, 2023. január 26.

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.