



2022/23. tanév

Intézet neve: DE Sporttudományi Koordinációs Intézet

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

Specializáció megnevezése: nincs

Félév: 4.

Tantárgy neve, Neptun-kódja: Mozgásterápia I., GYTMT_0001

Tantárgy óraszám: 30

Kreditértéke: 2

A tantárgy előkövetelménye: -

1. A KURZUS OKTATÓI: Bíró Eszter

2. A KURZUS CÉLJA:

A kurzus célja, hogy betekintést nyújtson a mozgásterápiába. A hallgatók megismerjék a mozgásterápián belül leggyakrabban alkalmazott terápiás metódusokat, azok technikai kivitelezését, személyi illetve infrastrukturális feltételeit. Tisztában legyenek az egyes terápiás módok emberi szervezetre gyakorolt hatásával, a szervrendszerek működésében bekövetkező változásokkal, továbbá az indikációkkal és kontraindikációkkal.

3. A KURZUS ÜTEMEZÉSE, TANANYAGA

időpont	téma	megjegyzés
1.	A kurzus tantárgyi követelményeinek ismertetése. A félév menetrendjének megvitatása. A mozgásterápia története, alapjai.	
2.	A hazánkban leggyakrabban használt mozgásterápiás/mozgásfejlesztő eljárások bemutatása I.	
3.	A hazánkban leggyakrabban használt mozgásterápiás/mozgásfejlesztő eljárások bemutatása II.	



4.	Képességfejlesztési lehetőségek a gyógytestnevelésben. A légzés fejlesztése a gyógytestnevelésben.	
5.	Zárthelyi dolgozat I.	
6.	A szívbeteg, légzőszervi-, anyagcsere - megbetegedéssel	
7.	rendelkezők gyógytestnevelése.	
8.	A gyógytestnevelés gyakran használt módszerei: relaxáció, köredzés, HIIT.	
9.	Tavaszi szünet	
10.	A tornatermi eszközök használata. A gyógytorna során alkalmazott eszközök használatának elsajátítása.	
11.	Különböző sporteszközök alkalmazása a testtartás javításának céljából.	
12.	II. Zárthelyi dolgozat	
13.	Pót zárthelyi dolgozat.	
14.	Légzőgyakorlatok, relaxációs gyakorlatok megismerése.	

4. FÉLÉVKÖZI ÉS VIZSGAKÖVETELMÉNYEK

Az órán való aktív részvétel mellett, a zárthelyi dolgozatok legalább elégséges szintű teljesítése (60%). Amennyiben az első zárthelyi dolgozat sikertelen, pót zh-ra van lehetőség egyszeri alkalommal a szorgalmi időszakban.

5. ÉRTÉKELÉS MÓDJA

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

6. KÖTELEZŐ IRODALOM

1. Az órán elhangzottak és a ppt-k.
2. Dr. Bosnyák Edit (2018): Mozgásterápia. Oktatási segédanyag.



7. AJÁNLOTT IRODALOM

1. Járomi M. (2015): Mozgásterápia elméleti és gyakorlati alapjai. Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar. Pécs. (ISBN: 978-963-642-883-9)
2. Diricziné B. Gy. (2013): Elméleti és gyakorlati fizioterápia. Kádix, Budapest. 313p. (ISBN: ISBN: 9789638901545)

8. EGYÉB INFORMÁCIÓK

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

Debrecen, 2023. január 26.

Bíró Eszter

.....

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