

Az **ismeretkör**: A testnevelés és sport alapismeretei

**Kredittartománya**: 11 kredit

Tantárgyai:

1)Anatómia

2)Torna

**3)Gyógytestnevelés**

4)Testnevelés-elmélet 2.

5)Atlétika

**Tantárgy neve: Gyógytestnevelés**

**TAN VMT**

**Neptunkód: VMTANB8003, VMTALB8003**

**Kreditértéke: 2**

A tantárgy **besorolása**: kötelezően választható

A tantárgy **elméleti vagy gyakorlati jellegének mértéke**, „képzési karaktere”: 40% elmélet-60% gyakorlat

A **tanóra típusa**: gyak. és **óraszám**a: 2 gy az adott félévben,

Az adott ismeret átadásában alkalmazandó **további módok, jellemzők**:

- a szorgalmi időszak heteire lebontott és minden órára részletesen kidolgozott tematika közös elektronikus felületen elérhető
- az előadások témaköreinek **ppt**-i elérhetőek közös elektronikus felületen
- digitális tananyag (elméleti jegyzet, tervezetgyűjtemény) biztosítása az elektronikus tanulmányi rendszeren keresztül

A **számonkérés** módja: gyakorlati jegy

Feladatok:

- **Zárthelyi dolgozat** elméleti anyagból;
- Gyógytestnevelés **óratervezet/óravázlat készítése** megadott téma alapján;
- **Gyakorlat gyűjtemény** készítése gyógytestnevelési játékokból.

A tantárgy **tantervi helye**: IV. félév

Előtanulmányi feltételek: nincsenek

**Tantárgyleírás:**

- Az iskolai könnyített-és gyógytestnevelés szervezeti kérdései.
- A gyógytestnevelés célja, feladatai, jelentősége.
- Anatómiai ismeretek, tartáshibák, ortopédiai betegségek.
- Anatómiai,- élettani alapfogalmak
- Kyphosis, Lordosis, Scoliosis, mellkasi deformitások, alsó végtag elváltozásai
- Mobilizáló gyakorlatok, izomcsoportok nyújtása-erősítése
- Belgyógyászati csoport gyógytestnevelése: obesitas, hipertónia, asthma, szívbeteg gyermekek
- Gyógytestnevelési óra felépítése, módszerei. Gyógytestnevelési óravázlat készítése, a házi feladat gyakorlatok szerepe a deformitások javításában.
- Gyakorlatok az egyes deformitások javítására – gerinctorna, lúdtalptorna...

**kötelező és ajánlott irodalom:**

- Érdi-Krausz Zsuzsa: *Mindenki gyógytestnevelése* Budapest 1995. ISBN 963 501 140 7
- Gárdos – Dr.Mónus András: *Gyógytestnevelés*, Budapest, 1991.

- Dr.Bacsó Lajos–Dr.Bencze Sándorné–Szászné Sziklai Ilona: *Új lehetőségek a gyógytestnevelésben* 1995.
- Általános testtartásjavító gyakorlatok gyűjteménye Flaccus kiadó Bp. 2005. ISBN 963 9412 28 7
- Dr. Tóth János: *A mozgásszervek védelme gyermekkorban* Golden Book Kiadó Bp., ISBN 963 9275 04 2

**Előírt szakmai kompetenciák, kompetenciaelemek, amelyek kialakításához a tantárgy jellemzően, érdemben hozzájárul**

**a) tudása**

- Rendelkezik a 6-10 éves gyermek harmonikus és komplex személyiség-kibontakoztatását megalapozó és elősegítő szaktudományos és módszertani ismeretekkel.
- Tervezi, szervezi a testnevelés-gyógytestnevelés tevékenységformáit, az ismeretek átadásában, a gyermeki kompetenciák alakításában pszichológiailag, pedagógiailag, módszertanilag megfelelő módszereket alkalmaz a gyermeki fejlődés és érés függvényében.

**b) képességei**

- Komplex ismereteit a gyógytestnevelés gyakorlatában adaptív módon, a gyermek és a gyermekcsoport életkori jellemzőit, valamint a gyermekek egyéni sajátosságait figyelembe véve alkalmazza.
- A gyermekcsoport életkori jellemzőinek és egyéni sajátosságainak ismeretében meghatározza és kiválasztja a megfelelő nevelési, fejlesztési célokat, feladatokat és tartalmakat, képes a pedagógiai folyamat differenciált irányítására-facilitálására, elemzésére és értékelésére.
- A gyermekintézmény partnereivel (család, szakszolgálatok, szakmai szolgáltatók, más köznevelési –és egészségügyi intézmények, fenntartó, stb.) előítélet-mentes, kölcsönös tiszteletre és bizalomra épülő kapcsolatrendszert alakít ki, szakmai szituációkban szakszerűen, közérthetően és hitelesen kommunikál, a gyermeket érintő problémák esetén segítséget nyújt, a megoldási lehetőségek kidolgozásában közreműködik.

**c) attitűdje**

- Elkötelezett a 6-10 éves gyermek és a gyermekcsoport tapasztalatainak, ismereteinek rendszerezését és bővítését elősegítő stratégiák, módszerek, tevékenységek megválasztása iránt.
- Személyiségét előítélet-mentesség, tolerancia, szociális érzékenység, segítő attitűd jellemzi, inkluzív és multikulturális szemlélettel rendelkezik, törekszik a kulturális önazonosság megőrzésének, ápolásának elősegítésére és a gyermekközösségbe történő beilleszkedés támogatására.
- Elfogadja, hogy az iskolai nevelés gyermekközpontú, befogadó, az iskolai nevelésben alkalmazott pedagógiai hatásoknak a gyermek személyiségéhez kell igazodniuk.

**d) autonómiája és felelőssége**

- Felelősséget vállal a rábízott 6-10 éves gyermekekért, a gyermekcsoportért, a nevelési intézményben végzett tevékenységéért, a nevelési folyamat tervezése során hozott döntéseiért és pedagógiai tevékenységének következményeiért.
- Reflektív pedagógusként, autonóm személyiségként szakmai fejlődésének tudatos irányítója.

**Tantárgy felelőse: Kovács Noémi szakmódszertant oktató tanár**

**Tantárgy oktatásába bevont oktató:**