

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: VMTANB8010, VMTALB8010

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 gyak. 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**: vizsga

Feladatok:

- 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:

1. *Általános testtartásjavító gyakorlatok gyűjteménye*, Flaccus kiadó Bp. 2005. ISBN 963 9412 28 7
2. *Érdi-Krausz Zsuzsa: Mindenki gyógytestnevelése* Budapest 1995. ISBN 963 501 140 7

3. Dr. Tóth János: *A mozgásszervek védelme gyermekkorban* Golden Book Kiadó Bp., ISBN 963 9275 04 2
4. Vass Zoltán-Simonné Goschi Gabriella-Pignitzkyné Lugos Ilona-Boronyai Zoltán-Révész László-Rétsági Erzsébet-Csányi Tamás: *Egészség-és személyiségfejlesztő kézikönyv*, MDSZ-Testnevelés Módszertani Könyvek, Bp. 2015. ISBN 978-615-80090-7-2

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.
- Tisztában van az egészségfejlesztés, a fenntartható fejlődés elveivel és gyakorlati vonatkozásaival, környezet,- baleset,- munka,- és fogyasztóvédelmi vetületeivel.

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 kapcsolatrendszer alakít ki, szakmai szituációkban szakszerűen, közérthetően és hitelesen kommunikál, a gyermeket érintő problémák esetén segítséget nyújt, a megoldási lehetőségek kidolgozásában közreműködik.
- Elméleti ismereteit alkalmazni képes az egészségfejlesztés, a fenntartható fejlődés, a környezet,- baleset,- munka,- és fogyasztóvédelem területén.

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.
- A szakterületén belül az egészségfejlesztés, a fenntartható fejlődés elveinek megalapozó nézeteit felelősséggel vállalja, a környezet,- baleset,- munka,- és fogyasztóvédelem ismereteit szakszerűen és felelősséggel alkalmazza.

Tantárgy felelőse: Kovács Noémi szakmódszertant oktató tanár

Tantárgy oktatásába bevont oktató: