



2022/23. tanév

Intézet neve: DE Sporttudományi Koordinációs Intézet

Szak megnevezése: Osztatlan testnevelő tanári szak

Tagozat: nappali

Specializáció megnevezése: nincs

Félév: 3. félév

Tantárgy neve, Neptun-kódja(i): Élettan I., TSAEL_0001

Tantárgy óraszám: 2 elmélet

Kreditértéke: 2

A tantárgy előkövetelménye(i): ANATÓMIA I - II kurzus teljesítése

1. A KURZUS OKTATÓI: DR. PAPP GÁBOR EGYETEMI ADJUNKTUS

2. A KURZUS CÉLJA:

A kurzus célja, hogy alapvető élettani, fiziológiai ismereteket nyújtson az általános sejtműködésről, izomműködésről, a szív-érrendszeri, a légzési, a kiválasztás és az idegrendszeri és endokrinológiai szabályozó szervrendszerek működéséről.

Kialakítandó kompetenciák:

A kurzus teljesítésével, nevezetesen az izomzat, szív-érrendszer, a légzés, a kiválasztás valamint a szabályozó szervrendszerek élettanának elsajátításával a hallgatók képesek lesznek, hogy a gyakorlatban kulcsfontosságú fiziológiai ismereteket alkalmazzanak. A kurzus jó alapot nyújt a későbbiekben tanult tantárgyak megértéséhez, különös tekintettel a terhelésélettani ismeretekre. Segítségével megértik az edzéselmélet, testkultúra, egészségtan, terhelés és sportélettan, gyógytestnevelés, mozgásfejlődés és rehabilitáció tárgykörébe tartozó ismeretanyagot. A kurzuson szerzett tudás szerves részét képezi a testnevelő tanár képzésének. Továbbá lehetővé teszi, hogy az élettanra ráépülő biomedicinális tantárgyak jobb megértését.

3. A KURZUS ÜTEMEZÉSE, TANANYAGA

időpont	téma	megjegyzés
1. hét	Az élettan, illetve sportélettan jelentősége és története	
2. hét	A sejtek belső környezete, a homeosztázis jelentősége	
3. hét	A sejtélettan alapjai, a sejtmembrán szerkezete és funkciói	
4. hét	Sejtműködések szabályozása, az idegi szabályozás sejt szintű alapjai	



5. hét	A sejtek közötti hírközlés, a humorális szabályozás sejtszintű alapjai	
6. hét	A vér-/sima-/szívizomsejtek élettani sajátosságai	
7. hét	A keringési szervrendszer működése – a szív működés	
8. hét	A keringés élettana nyugalomban	
9. hét	Őszi szünet	
10. hét	A légzési szervrendszer működése - a légzés élettana nyugalomban, légzésszabályozás	
11. hét	Szabályozó rendszerek I. – hormonrendszer / a szabályozás alapvető sajátosságai	
12. hét	Szabályozó rendszerek II. – idegrendszer / működési alapelvek, az idegsejt működése, a szinapszis (ideg-ideg és ideg-izom kapcsolat), a központi és perifériás idegrendszer működése	
13. hét	Kiválasztás - a vese működésének alapvető sajátosságai, a húgyutak működése	
14. hét	Zárthelyi dolgozat	

4. FÉLÉVKÖZI ÉS VIZSGAKÖVETELMÉNYEK

- A vizsgára bocsátás feltétele az előadások minimum 70%-án való részvétel.
- A vizsgakövetelmények az előadáson elhangzottak és a kötelező tankönyvben foglaltak ismerete.
- Zárthelyi dolgozat – 14. hét

5. ÉRTÉKELÉS MÓDJA: GYAKORLATI JEGY

- Az érdemjegy a szemeszter végi zárthelyi dolgozat eredménye alapján kerül meghatározásra.
- az osztályzat alapjául az alábbi értékek szolgálnak: 90-100%: jeles; 80-89%: jó; 70-79%: közepes; 60-69%: elégséges; 60% alatt elégtelen.

6. KÖTELEZŐ IRODALOM

Cseri Julianna (2011): Élettani alapismeretek. Debreceni Egyetem

Jenei Zoltán (2015): Sportmedicina. TÁMOP-4.1.2.E-15/1/Konv-2015-0001 program keretében készült Sporttudományi Tananyag, Campus Kiadó, Debrecen. ISBN 978-963-9822-44-3



7. AJÁNLOTT IRODALOM

Csoknya – Wilhelm (2011): Sportmozgások biológiai alapjai I. Pécsi Tudományegyetem, Szegedi Tudományegyetem, Nyugat-Magyarországi Egyetem, Eszterházy Károly Főiskola, Dialóg Campus Kiadó-Nordex Kft. ISBN 978-963-642-416-9

8. EGYÉB INFORMÁCIÓK

Az oktató elérhetősége: papp.gabor@sport.unideb.hu

Debrecen, 2022. augusztus 23.

Dr. Papp Gábor
egyetemi adjunktus

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