

Tantárgy neve: AZ EMBERI TEST MEGISMERÉSE ÉS EGÉSZSÉGTANA I.	Kódja: NBP_TA209K2-CC_2NT és LBP_TA209K2-CC_2LT	Kreditszáma: 2
A tanóra típusa (ea./szem./gyak./konz.) és száma: előadás (heti óraszám: 2)		
Az értékelés módja (kollokvium/gyakorlati jegy/egyéb): kollokvium		
A tantárgy tantervi helye (hányadik félév): 3. (Tanító szak, II. évfolyam)		
Meghirdetés gyakorisága: őszi félév		
Oktatás nyelv (ha nem magyar): magyar		
Előtanulmányi feltételek (ha vannak): -		
Tantárgyleírás		
<u>A tantárgy célja</u>		
<p>A tárgy egyik kiemelt célja, hogy olyan szakmai ismereteket adjon át a hallgatóságnak, amelyek az általános iskolában, az 5 és 6 osztályos tanulók részére a természetismeret tantárgy tanításának fontos pillérét jelenthetik. Egyébiránt ez a tantárgy olyan műveltségképet közvetít, amely egységben jeleníti meg az élő és élettelen természet jelenségeit, folyamatait, kölcsönhatásait. Ennek egyik kiemelt eleme az emberi testhez és az emberi egészséghez kapcsolódó információk. Az emberi test működésével kapcsolatban a leíró megfigyelésen túllépve egyre fontosabbá válik az ok-okozati összefüggések feltárása.</p>		
<u>Az oktatás tartalma és tervezett ütemezése (nappali tagozaton is tömbösítve kerül megtartásra!)</u>		
<ol style="list-style-type: none"> 1. hét A félév tematikájának, munkarendjének részletes áttekintése. 2. hét Az emberi test változásai és arányai az életkor és a nem függvényében. Az emberi test felosztása és jellemző síkjai. 3. hét Az emberi test – a legfontosabb csontok és jellemzőik. Az ízületek anatómiája röviden. Speciális csontok a fülben. 4. hét A törzs: csigolyák típusai és számuk. A csigolya részei. A gerinc hajlatai, gerinc normális hajlataihoz kapcsolódó néhány eltérés. A mellkas: bordák és a szegycsont. 5. hét Az agy- és az arckoponya néhány fontosabb csontja. Az izmok anatómiája és működési sajátosságai. 6. hét A mozgatórendszer kórtana. Fejlődési és veleszületett rendellenességek. A mozgásrendszer degeneratív elváltozásai. 7. hét A Mosolyország Alapítvány és a Kapcsolda program bemutatása. Diszkrimináció Magyarországon egy kutatás eredményeinek a tükrében. 8. hét A külvilági ingerek érzékelésének szervei (érzékszervek): a bőr, a szem, a száj, a fül és az orr anatómiája és működése. 9. hét Az érzékelés és az észlelés folyamata, eltérő vonásaik. A receptorok osztályozása, az észlelés folyamata és az azt befolyásoló tényezők. 10. hét Aktív, egészséges életmód alsó tagozatos diákok részére. 11. hét Őszi szünet 12. hét Egészséges életmódra nevelés, egészséges táplálkozás. A közétkeztetés étlapjának átalakítása, étlapjavaslatok 13. hét Aktív, egészséges életmód 5–8. osztályos diákoknak. A kiegyensúlyozott étrend „kellékei”. 14. hét Egészséges táplálkozás középiskolásoknak. Összefoglalás, a félév lezárása. 15. hét Vizsgaidőszak 		

Oktatásszervezés: az órák Sárospatakon, a Comenius Karon mind a nappali, mind pedig a levelező tagozaton tömbösítve, a központi épülettömbben, a CK 14. előadótermében kerülnek megtartásra

- 1. október 11. pénteken 08:55 és 18:05 közötti időpontban nappali és levelező tagozatnak**
- 2. november 29. pénteken 09:00 és 16:15 közötti időpontban nappali tagozatnak**
- 3. december 06. péntek 09:00 és 16:15 közötti időpontban nappali tagozatnak**

A kurzus teljesítésének a feltételei

Teljesítés módja: zárthelyi feladatsor (zh) sikeres megírása (kiadott témakörök mentén)

Megszerzett ismeretek értékelési módja: írásbeli vizsgán

Évközi tanulmányi követelmények: -

A kurzus által megerősített kompetenciák:

A folyamatok és jelenségek egymásra hatásának megértését segítő szakspecifikus ismeretek elsajátítása. Új jelenségek, új problémák feldolgozása. Az önálló információszerezés a természettudományos műveltség alapozásának egyik kulcseleme, de jelentős szerepe van a szociális és állampolgári kompetencia fejlesztésében.

A **3-5** legfontosabb *kötelező*, illetve *ajánlott irodalom* (jegyzet, tankönyv) felsorolása bibliográfiai adatokkal (szerző, cím, kiadás adatai, oldalak, ISBN)

Kötelező irodalom:

1. Kurt, T. 2008. Nagy egészségkönyv testnek és léleknek. Édesvíz Kiadó, 1-550 pp. ISBN: 9789635289257
2. Ruediger, D. 2010. Az egészség három alappillére – Mozgás – táplálkozás – lazítás. Bioenergetic Kft., 1-192 pp. ISBN: 9789632910673
3. Sokszerzős, szerkesztett könyv. 2005. Az emberi test - Teljes áttekintés szervezetünk felépítéséről - Teljes áttekintés szervezetünk felépítéséről és működéséről. Medicina Könyvkiadó Zrt., 1-342 pp. ISBN: 9789632429540

Ajánlott irodalom:

1. DONÁTH, T. 1990. Az emberi test felépítése. Tankönyvkiadó Budapest, 1-248 pp. ISBN: 9631830071
2. Sokszerzős, szerkesztett könyv. 2012. Az emberi test kézikönyve. Szalay Könyvkiadó, 1-176 pp.
3. Szendi, G. 2009. Paleolit táplálkozás - A nyugati életmód és a civilizációs betegségek. Jaffa Kiadó, 1-320 pp. ISBN: 9789639971011

Tantárgy felelőse: Dr. Nagy György egyetemi docens

Tantárgy oktatásába bevont oktató: Dr. Misik Tamás, adjunktus

Az oktató fogadóórájának időpontja, helye és a bejelentkezés módja: szerda és csütörtök egyaránt 09:15 -10:00 óra, D-ép. 223. sz. iroda, személyesen.

e-mail: misik.tamas@uni-eszterhazy.hu

A csoportos online kommunikáció módja és helye: email és facebook;
https://www.facebook.com/kornyezettan/?eid=ARC4qxEvOGP9BEMp0xTSrxrVNzs19szX_01a5pIDdrSQqS199B3AqAUswSVH_4yBBZly0ppq_VDHrJZR