

Félév	Sorszám	Rekreáció és életmód alapképzési szak tanévétől 2025/2026.	ENG	NAPPALI			LEVELEZŐ						T a n s z é k	Előtanulmányi feltétel	Tantárgyfelelős
				Össz	E	GY	Össz	E	GY	KR	SZ				
1.	1.	Egészségtudományi alapismeretek (Biológiai alapismeretek, Anatómia, Biokémia)	Health sciences (Basic knowledge of biology, Anatomy, Biochemistry)	40	40		16	16		4	K	ESO			Prof. Dr. Tóth Miklós
	2.	Társadalomtudományi alapismeretek (Sporttörténet, Filozófia, jogi alapismeretek, Szociológia)	Social sciences (Sports History, Philosophy, Basics of Law, Sociology)	40	40		16	16		4	K	TTT			Dr. Gáldiné Dr. habil. Gál Andrea
	3.	Gimnasztika	Gymnastics	20		20	8		8	2	GY	TOR			Dr. Rácz Katalin
	4.	Atlétika, kondicionális képesség fejlesztés	Athletics, conditioning skills development	30		30	12		12	3	GY	ATL			Dr. Gyimes Zsolt
	5.	Rekreációelmélet és módszertan, szellemi rekreáció	Recreation theory and methods, leisure studies	40	40		16	16		4	K	REK			Dr. Lacza Gyöngyvér
	6.	Balesetmegelőzés és elsősegélynyújtás	Safeguarding in sports	20		20	8		8	2	GY	ESO			Dr. Komka Zsolt
	7.	Egyetemi útikalauz: eredményes a TF értékei mentén	Navigating University Life: Learning with TF Values	12		12	6		6	1	K	REK			Dr. Lacza Gyöngyvér
	8.	Pszichológia alapjai	Basics of Psychology	20	20		8	8		2	K	PSZ			Dr. Resperger Viktória
	9.	Szakkommunikáció, Prezentációs technikák	Communication, Presentation techniques	30		30	12		12	2	GY	TTT			Szilágyiné Gáldi Bernadett
	10.	Outdoor rekreáció I. (Outdoor környezet, Fenntarthatóság, környezetkultúra, természetjáró tábor)	Outdoor recreation I. (Outdoor environment, Sustainability, Hi	40		40	16		16	4	GY	REK			dr. Irmal István
	11.	Rekreációs sportok és mozgásformák	Recreational sports and exercise	20		20	8		8	2	GY	REK			dr. Irmal István
				312	140	172	126	56	70	30					
2.	1.	Egészségtudományi ismeretek I. (Funkcionális anatómia, Élettan, Egészségfejlesztés I.)	Health Sciences I. (Functional Anatomy, Physiology, Health Promotion I.)	40	40		16	16		6	K	ESO		Egészségtudományi alapismeretek (Biológiai alapismeretek, Anatómia I., Biokémia)	Dr. Osváth Péter
	2.	Sportszaknyelv	Sport specific English	20		20	8		8	2	GY	LEK			Kánai Mariann
	3.	Európai Unió ismeretek és nemzetközi kapcsolatok	Sport in the European Union and international relations	20	20		8	8		2	K	TTT			Dr. Farkas Péter
	4.	Csapatsportok (Labdarúgás, kosár-, kézi-, röplabda)	Team sports - (soccer, basketball, handball, volleyball)	40		40	16		16	4	GY	SPJ			Dr. Boros Zoltán
	5.	Úszás	Swimming	20		20	8		8	2	GY	USZ			Dr. Szájer Péter
	6.	Sportrendezvényszervezés, Animáció	Sports event organization, Animation	40		40	16		16	4	GY	REK			Dr. Lacza Gyöngyvér
	7.	Sportmenedzsment és marketing a rekreációban	Sports Management and Marketing in Recreation	40	40		16	16		4	K	SMD			Prof. Dr. Géczy Gábor
	8.	Outdoor rekreáció II. (Kerékpár tábor)	Outdoor recreation II. (Cycling camp)	20		20	8		8	2	GY	REK			dr. Irmal István
	9.	Szakmai gyakorlat I.	Practical training I.	56		56	56		56	2	GY	REK			Dr. Lacza Gyöngyvér
	10.	Szabadon választható tárgy	Elective	26		26	8		8	2	GY				
				322	100	222	160	40	120	30					
3.	1.	Egészségtudományi ismeretek II. (Terhelésélettan, Egészségfejlesztés II.)	Health sciences II. (Exercise Physiology, Health promotion II.)	40	40		16	16		3	K	ESO		Egészségtudományi ismeretek I.	Dr. Osváth Péter
	2.	Edzéselmélet	Exercise science	20	20		8	8		2	K	EMK		Egészségtudományi alapismeretek (Biológiai alapismeretek, Anatómia I., Biokémia)	Dr. Bartha Csaba
	3.	Biomechanika, mozgástanulás és szabályozás	Biomechanics, movement learning	20	20		8	8		2	K	KIN			Dr. Kopper Bence
	4.	Gyermekkor rekreációja (Rekreáció elmélet, Animáció, Foglalkozás vezetése)	Childhood Recreation (Recreation Theory, Animation, Activity)	40	40		16	16		4	K	REK		Rekreációelmélet és módszertan, szellemi rekreáció	Dr. Lacza Gyöngyvér
	5.	Sportjátékok (tenisz, tollas, asztalitenisz, paddle)	Sports games (tennis, badminton, table tennis)	20		20	8		8	2	GY	SPJ			Nemes Gábor
	6.	Fittségi tesztek és programvezetés, fitnesz irányzatok	Fitness tests and program management, fitness trends	40		40	16		16	4	GY	SKK			Dr. Petridis Leonidas
	7.	Mozgásos játékok, nemzetek játékai	Movement games, games of nations	20		20	8		8	2	GY	SPJ			Dr. Boros Zoltán
	8.	Gyermek-, ifjúság- és szakembervédelem a sportban	Child, youth and professional protection in sports	12	12		4	4		2	K	TTT			Dr. Gáldiné Dr. habil. Gál Andrea
	9.	Sport- és rekreációpedagógia, Aktív Iskola	Sports and recreation pedagogy, Active School concept	30	30		12	12		3	GY	PMT		Társadalomtudományi alapismeretek	Dr. Berki Tamás
	10.	Sport- és rekreációpszichológia	Sports and Recreation Psychology	20		20	8		8	2	GY	PSZ		Pszichológia alapjai	Dr. Kovács Krisztina
	11.	Szakmai gyakorlat II.	Practical training II.	56		56	56		56	2	GY	REK			Dr. Lacza Gyöngyvér
	12.	Szabadon választható tárgy	Elective	26	26		8		8	2	K				
				344	188	222	168	64	104	30					
4.	1.	Kutatásmódszertan - Statisztika I.	Research methods	20	20		8	8		2	K	KIN			Dr. Horváth Tamás
	2.	Rekreációs edzéselmélet	Recreational exercise science	20	20		8	8		2	K	EMK		Egészségtudományi ismeretek II.	Dr. Bartha Csaba
	3.	A Felhőtér rekreációja (Rekreáció elmélet, Animáció, Foglalkozásvezetés)	Recreation in adulthood (Recreation Theory, Animation, Activity)	40	40		16	16		4	K	REK		Rekreációelmélet és módszertan, szellemi rekreáció	Dr. Lacza Gyöngyvér
	4.	Munkahelyi rekreáció, well-being tréning	Workplace recreation, well-being training	20		20	8		8	2	GY	REK			Dr. Lacza Gyöngyvér
	5.	Életmód tanácsadás elmélet és gyakorlat	Lifestyle counseling theory and practice	40	20	20	16	8	8	4	GY	ESO		Egészségtudományi alapismeretek II.	Dr. Uvacssek Martina
	6.	Sport- és egészségpszichológia	Sociology of sport and health	20	20		8	8		2	K	TTT		Társadalomtudományi alapismeretek	Dr. Gáldiné Dr. habil. Gál Andrea
	7.	Táplálkozás, sporttáplálkozás	Nutrition, sports nutrition	20	20		8	8		2	K	ESO		Egészségtudományi ismeretek II.	Bartusné Prof. Dr. Szmodis Márta

	8.	A gimnasztika oktatásmódszertana és szabadidős torna	Gymnastics teaching methodology and gymnastics for recreation	30		30	12		12	2	GY	TOR	Gimnasztika	Dr. Rácz Katalin
	9.	Zenés csoportos óravezetés (aerobic, RG, tánc)	Aerobics, RG, dance	40		40	16		16	4	GY	TOR	Gimnasztika	Adorjánné Dr. Olajos Andrea
	10.	Outdoor rekreáció III. (Havas tábor)	Outdoor recreation III. (Snowsports camp)	20		20	8		8	2	GY	REK		Dr. Lacza Gyöngyvér
	11.	Szakmai gyakorlat III.	Practical training III.	56		56	56		56	2	GY	REK		Dr. Lacza Gyöngyvér
	12.	Szabadon választható tárgy	Elective	26		26	8		8	2	GY			Dr. Lacza Gyöngyvér
				352	140	212	172	56	116	30				
	1.	Kutatásmódszertan - Statisztika II. (rekreációs kutatások)/Projektmenedzsment	Research Methodology - Statistics II. /Project Management	20		20	8		8	2	GY	SKK	Kutatásmódszertan - Statisztika I.	Dr. Horváth Tamás
	2.	Rekreációs eseményszervezés, projektmunka	Recreational event organization, project work	20		20	8		8	2	GY	REK	Sportrendezvény szervezés, Animáció	Dr. Irmai István
	3.	Az Időskor rekreációja (Rekreáció elmélet, Animáció)	Recreation for Elderly (Recreation Theory, Animation, Activity)	30	30		0	12		2	K	REK		Dr. Lacza Gyöngyvér
	4.	Funkcionális fitnesz, edzésprogram vezetés, keleti mozgásformák: jóga, relaxációs technikák	Functional fitness, training program management (yoga, relaxation techniques)	40		40	16		16	4	GY	REK		Dr. habil. Bánhidi Miklós
	5.	Outdoor rekreáció IV. (Vízi tábor, tábor és túraszervezési ismeretek)	Outdoor recreation IV. (Watersports camp, outdoor leadership)	40		40	16		16	4	GY	REK		Dr. Irmai István
5.	6.	Mozgásterápia	Movement therapy	60	40	20	16	16		6	K	SKK	Egészségtudományi ismeretek II. (Terhelésélettan, Edzéselmélet, Egészségfejlesztés II.), Fittségi tesztek és programvezetés, fitnesz irányzatok, Életmód tanácsadás elmélet és gyakorlat	Prof.Dr. Lacza Zsombor
	7.	Küzdősportok	Martial arts	20		20	8		8	2	GY	KUZ		Dr. Németh Endre
	8.	Szakmai gyakorlat IV.	Practical training IV.	56		56	56		56	2	GY	REK		Dr. Lacza Gyöngyvér
	9.	Szabadon választható tárgy	Elective	26	26		8	8		2	K			
	10.	Szakdolgozat, projektmunka - konzultáció I.	Thesis, project work - consultation I.	8		8	4		4	4	GY			
				320	96	224	140	36	116	30				
	1.	Kommunikáció, önmenedzsment, munkakultúra	Communication, self-management, work culture	20		20	8		8	2	Gy	TTT		Sziliágyiné Gáldi Bernadett
	2.	Sport- és egészségügyi jogi alapismeretek	Basic knowledge of sports and health law	30	30		12	12		3	K	SJ		Dr. Ocskó Eszter
	3.	Turizmus, Sport- és egészségturizmus	Tourism, Sports and health tourism	40		40	16		16	5	GY	REK		Dr. habil. Bánhidi Miklós
	4.	Sportvállalkozási ismeretek, létesítmény üzemeltetés és HR a rekreációban	Sports business knowledge, facility management and HR in recreation	40	40		16	16		4	K	SMD		Prof. Dr. Géczy Gábor
	5.	Fogyatékkal élők rekreációja	Recreation for people with special needs	20		20	8		8	2	GY	PMT		Dr. habil. Bánhidi Miklós
	6.	Élménysportok, vízi rekreáció, wellness	Adventure sports, water recreation, wellness	40		40	16		16	4	GY	REK		Dr. habil. Bánhidi Miklós
6.	7.	Foglalkozásvezetés	Recreation program leadership	40		40	16		16	4	GY	REK		Dr.Lacza Gyöngyvér
	8.	Szakdolgozat, projektmunka - konzultáció II.	Thesis, project work - consultation II.	8		8	4		4	6	GY			
				238	70	168	96	28	68	30				
				1888	734	1220	862	280	594	180				

KKK előírásai alapján:

A gyakorlat elvárt aránya:
Gyakorlati tárgyak kreditértéke:
A gyakorlat tényleges aránya:

60-70%
110
61%

Tudományágak, szakterületek elvárt kreditértékei:

Sporttudomány
Egészségtudomány
Társadalom és Gazdaságtudomány
Közismereti alapismeretek
Szakmai gyakorlat
Szabadon választható
Szakdolgozat

80-100
30-45
20-40
10-15
min. 8
min. 8
10

84
31
28
11
8
8
10

ÖSSZESEN:

180