

Dr. Fritz Péter

Dr. Szatmári Zoltán

Dr. Darabos Ferenc

rekreáció

sport

turizmus



Rovatvezető:
Dr. Fritz Péter
 főiskolai docens,
 az egészségtudományok
 doktora
 e-mail: pfritz@hotmail.hu
 fotó: Lévai Krisztián

rekreáció

Hidroterápia

Víz különböző hőfokú, különböző mechanikai beavatkozásokkal kiegészített módszeres felhasználása. Hidroterápiához soroljuk a különböző hőfokú fürdőket, gyógyszeres fürdőket, leöntéseket, lemosásokat, borogatásokat.

Inhalációs kezelések

Belégzéssel bejuttatott – porlasztott részecskék. Idült légzőszervi megbetegedésekben használatos. Aerosol, spray, inhalátor készülék segítségével. UH porlasztó 5 mikronnál kisebb szemcsenagyságot eredményez.

Kinematográfia

Filmtechnika, filmezés, mozgófénykép.

Klímaterápia

Valamely földrajzi terület éghajlatának kihasználása (hegyvidék, alföld, tenger, erdős dombvidék, magashegyi klíma). A barlangterápia = speleoterápia lehet hideg vagy meleg barlang.

Környezet

A környezeti elemek, azok rendszerei, folyamatai, szerkezete (1995. évi LIII tv.).

sport

Achilles ín (tendo calcaneus)

A közös lábszárhajlító izmok ina 2. Sebezhető pont. Elnevezése a görög mitológiából ered: Achillest édesanyja a sarkánál fogva mártotta a Styx vizébe, hogy sebezhetetlenné tegye, de így a sarka sebezhető maradt.

Adekvát

Valaminek teljesen megfelelő, vele egyenlő értékű. Megjegyzés: A receptorok a nekik megfelelő ingerek felvételére, feldolgozására képesek. Az érzékszervek adekvát ingerei (a fény, a hang, a nyújtás, a nyomás, a hő, az illat stb.). Az oktatás-nevelés folyamatában is előfordul, pl. egy konkrét szituációban alkalmazott adekvát nevelői eljárás

Kedves Olvasó!

A rekreáció, sport és turizmus önálló tudományterület. Magazinunkban mégis egy címben szerepelnek, hiszen a rekreációs tevékenységek döntő többsége a sport által a turizmusban valósul meg.

Terveink szerint rovatunk segítséget nyújt magazinunk és/vagy azon kívül megjelent hasonló tartalmú írások, cikkek, tanulmányok helyes értelmezéséhez, kifejezések pontos használatához vagy éppen tudományos kutatómunka szakmailag hiteles elkészítéséhez.

vagy a tanítás folyamatában adekvát módszer alkalmazása. Adekvát edzésmódszer: az állóképesség fejlesztése a tartós-, az intervall- és a verseny módszer, az erőfejlesztésre a szériázó vagy a cirkuid.

Adottság

Az egyén genetikailag kódolt pszichofiziológiai feltételrendszere, a szervezet öröklött és veleszületett diszpozícióinak összessége. Alapozó, a képességek veleszületett alapja – lehetőség. Megkülönböztethetünk fizikai és szellemi adottságokat.

Az adottságok tudatos, tervszerű ráhatással nem változtathatók meg, a genetikai kódban meghatározottak szerint változnak. A fizikai vagy testi adottságokhoz soroljuk pl. a testalkati jellemzőket (testmagasság, testtömeg, testarányok stb.), a szervek és szervrendszerek felépítését (csontok, izmok stb.) és azok változását (az érési és növekedési folyamatok). Az adottságok a képességek veleszületett alapját képezik, azt a lehetőséget, amire a természetes fejlődés, a nevelés, a képzés és a gyakorlás során alkalmassá válhat. Az adottságtesztek segítségével próbáljuk megjósolni a jövőbeli képességeket, teljesítményeket.

Kineziológia

Görög szóösszetétel, 'kinesis' mozgást, 'logos' pedig tudományt jelent. A kineziológia pedagógiai és pszichológiai, szociológiai elemeket is tartalmazó alternatív, holisztikus preventív módszer, melynek célja a test energetikai egyensúlyának helyreállítása a test öngyógyító mechanizmusának bekapcsolásával. Mint holisztikus gyógyító és személyiségfejlesztő módszer, a kineziológia szervezetünk szabad energiaáramlásának biztosítását, az energiák útjában álló akadályok feloldását célozza, arra a témára vonatkozóan, amelyben jobbulást, pozitív változást szeretnénk elérni.

Mozgástempó

Időegységre eső mozgásmennyiség. A futás sebességének növeledésekor (amennyiben a belső viszonyok nem változnak) nem a mozgás ritmusának a megváltozása, hanem a tempó, az iram változása következik be. A futómozgás ritmusát kénytelenek vagyunk megváltoztatni, pl. a gátfutásnál vagy a különböző ugrások lendületszerzésekor.

turizmus

A turizmus tárgya

A turizmusnak a turisztikai hely, a turisztikai vállalkozások és a turisztikai szervezetek kölcsönhatásaiból felépülő intézményi alrendszere.

Turisztikai kínálat

Magában foglalja a látogatásra ajánlott fogadóhelyek, a kínált utazások, egyéb szolgáltatások és vásárlásra felajánlott javak összességét.

Turisztikai kínálat elemei

- turisztikai hely
- vonzerő
- infrastruktúra, közlekedés
- szálláshelyek, étkezés
- szórakozás,
- higiéné, biztonság
- vendégszeretet
- turisztikai szervezet
- árak

Michalkó Gábor a kínálat eleméhez sorolja még az életszínvonal-küszöböt, a fogadóképességet és a fogadóképességet.

Eredeti kínálat

Mindazon tényezők összessége, melyek lényegüket tekintve nem vonatkoznak közvetlenül az idegenforgalomra, de vonzerejük következtében a turizmusnak irányt adnak,

azt alakítják. Részei a természeti adottságok (lásd természeti vonzerők), társadalmi adottságok (lásd ember alkotta vonzerők + nyelv, mentalitás, vendégszeretet), általános infrastruktúra (ellátás, köztisztaság).

Származtatott kínálat

Minden olyan szolgáltatás, amelyet a turisztikai felhasználás céljából készenlétben tartanak. Részei a helyváltoztatást szolgáló létesítmények (turistahajó, busz, lanovka), a tartózkodást szolgáló létesítmények (szálláshelyek, vendéglátás, szórakozás, rekreációs intézmények, konferenciaközpontok, bevásárlás, információ), közvetítői létesítmények (utazási iroda, turisztikai szövetség).

Irodalom

Fritz Péter (2015): Szellemi rekreáció (Rekreáció mindenkinek II. rész.) Dialóg Campus Kiadó, Budapest–Pécs.

Gyetzai György, Kecskeméti Petri Adrienn, Szatmári Zoltán (2008): Testkultúra elméleti és kutatásmódszertani alapfogalmak. Jegyzet JGYPK Kiadó, Szeged.

KASPAR C.: Turisztikai alapismeretek I. kötet Bp.: Excel Kht. 1997. p. 116.

KASPAR C.: Turisztikai alapismeretek II. kötet Bp.: Excel Kht. 1997. p. 67.

KOLACSEK András, Csók Csaba, Lengyel Márton, Hajdú Györgyné, Karbuczky Imre, Takács János, Tamás György, Moldován Tamás: Idegenforgalmi értelmező szótár, 1981.

MICHALKÓ G.: Turizmológia. Akadémiai Kiadó Zrt. Budapest, 2012. p. 266.



FRADI by SAXOO
WOMEN COLLECTION 2016