

# Javítóvizsga témakörök

## Terhelésélettan

### 11. évfolyam

2025/2026. tanév

1. Adaptáció fogalma, adaptációs folyamatok
2. A mozgás szervrendszer felépítése és működése (csontok, ízületek, izmok)
3. Harántcsíkolt izom felépítése és működése
4. Mozgásszervrendszer adaptációja (csontok, izmok hipertrófiája)
5. Izmok energetikája
6. Természetes izomtevékenység
7. Keringés szervrendszerének felépítése és működése, különös tekintettel a szívizom speciális tulajdonságaira
8. Keringési rendszer adaptációja, hipertróf szív sajátosságai