



## Simkó Georgina

- *Tanársegéd*
- *Rekreáció Tanszék*
- *Születési év: 1978.*

### Végzettségek, tudományos fokozatok

#### Felsőfokú végzettségek

- *Okleveles rekreáció irányító Msc – Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetem, Rekreáció Tanszék*
- *Dietetikus Bsc – Semmelweis Egyetem folyamatban*
- *Humánmenedzsment szakértő Bsc – Miskolci Egyetem Gazdaságtudományi Kar*
- *Szociálpedagógus Bsc – Debreceni Egyetem*

#### Tudományos fokozatok, címek

- *Sporttudományok Doktora Phd folyamatban*

### Szakmai életút

#### Korábbi és jelenlegi munkahelyek, munkakörök és beosztások

- *2024. 08. – Tanársegéd, Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetem, Rekreáció Tanszék*
- *2024. 02 – 2024. 06: Külső óraadó – Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetem, Egészségtudományi és Sportorvosi Tanszék*
- *2018 – Elnökhelyettes – Magyar Levegősportok Szövetsége*
- *2016 – Sportszakmai vezető – Hétköznapi Fitness Hősök Sport Egyesület*
- *2010 – 2019: Sportoktató, személyi edző, csoportos óravezető, életmódprogramvezető*

### Nyelvismeret



nyelv	beszédkészség	íráskészség	olvasáskészség	médiaszereplést vállal-e rajta?
angol	középfok	középfok	középfok	igen
német	alapfok	alapfok	alapfok	nem

## Kutatás, szakértői tevékenység

Fontosabb, oktatott tárgyak, témakörök

- Életmódtanácsadás gyakorlata
- Sportági ismeretek / Fitnesz

Tudományterület és tudományág

- Élettan

Jelenlegi kutatási témák

- Életmód intervenciók, nők fizikai aktivitása, fittség, egészséges táplálkozás
- Obezitás, kettes típusú diabetes mellitus
- Mobil Egészség (mHealth)

Fontosabb kutatások

- Okos fogyás – personalizált mHealth intervenció a testsúlyoptimalizálás érdekében felnőtt nők körében

Tagság tudományos vagy szakmai szervezetben, testületben

- 2016 – Magyar Edzők Társasága
- 2019 – Magyar Sporttudományi Társaság
- 2020 – Magyar Dietetikusok Országos Szövetség

## Publikációk

A Magyar Tudományos Művek Tárában (MTMT) található publikációim:  
<https://m2.mtmt.hu/gui2/?type=authors&mode=browse&sel=10075111>

- Simkó, G.; Uvacsek, M. Effect of weight loss intervention on diabetes risk and subjective quality of life. In: Davison, R.C.R.; Tsolakidis, E.; Thompson, J.L.; Ferrauti, A.; Piacentini, M.F. (szerk.) 29th Annual Congress of the



*European College of Sport Science. Book of Abstracts, Köln, Németország: European College of Sport Science (2024) 954 p. pp. 509–510., 2 p.*

- *Simkó, Georgina; Uvacsek, Martina. Mhealth intervenció hatása a testösszetételre, a cukorbetegség kockázati tényezőire és az életminőségre túlsúlyos nők körében. In: IX. SPORTTUDOMÁNYI PHD SZIMPÓZIUM: PROGRAM- ÉS ABSZTRAKTFÜZET (2024) 76 p. pp. 58–59., 2 p.*
- *Simkó, Georgina: Effects of a weight loss intervention on type 2 diabetes risk and subjective quality of life. In: Anon (szerk.) 24TH INTERNATIONAL STUDENT SCIENCE CONFERENCE (2024) 90 p. pp. 36–37., 2 p.*
- *Simkó, Georgina; Uvacsek, Martina; Csajbókné, Csobod Éva; Lichthammer, Adrienn. Mobilapplikáció-felhasználók preferenciái a táplálkozást követő alkalmazások tükrében. ÚJ DIÉTA: A MAGYAR DIETETIKUSOK LAPJA (2001–) 33: 2 pp. 10–16., 7 p. (2024)*
- *Simkó, Georgina; Uvacsek, Martina. Mobil alkalmazással végzett intervenció hatása a fizikai aktivitásra nők körében. MAGYAR SPORTTUDOMÁNYI SZEMLE 25: 2 (108) pp. 98–99., 2 p. (2024)*
- *Uvacsek, Martina; Wágner, Bernadett; Simkó, Georgina. Sport and Physical Activity Participation by Weight Groups in School-Aged Hungarian Children. APPLIED SCIENCES–BASEL 14: 15 Paper: 6575 (2024)*
- *Georgina, Simkó; Martina, Uvacsek. Changes in body composition and diabetes risk factors due to an mHealth-based intervention in overweight women. In: CECON 2023 BOOK OF ABSTRACTS: 9th Central European Congress on Obesity 13–14 October 2023 | Prague, Czech Republic, (2023) 106 p. p. 89*
- *Simkó, Georgina; Uvacsek, Martina. The effectiveness of an mHealth intervention on diabetes risk factors and body composition. PHYSIOLOGY INTERNATIONAL 110: 4 pp. 342–355., 14 p. (2023).*
- *Simkó, Georgina; Uvacsek, Martina. Mhealth intervenció hatása a testösszetételre és a cukorbetegség kockázati tényezőire túlsúlyos nők körében. In: VIII. Sporttudományi PhD Szimpózium: PROGRAM- ÉS*

*ABSZTRAKTFÜZET. Budapest, Magyarország: Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetem (2023) 64 p. pp. 46–46., 1 p.*

- *Simkó, Georgina; Uvacsek, Martina. mHealth intervenció hatása a testösszetételre és a cukorbetegség kockázati tényezőire túlsúlyos nők körében, MAGYAR SPORTTUDOMÁNYI SZEMLE 24: 2(102) pp. 102–102., 1 p. (2023)*
- *Simkó, Georgina; Uvacsek, Martina. Testsúlycsökkentő intervenció hatása a cukorbetegség kockázatára és az életminőség szubjektív megítélésére. MAGYAR SPORTTUDOMÁNYI SZEMLE 23:2 (96) pp. 83–84., 2 p. (2022)*
- *Uvacsek, Martina; Simkó, Georgina; Boda–Ujlaky, Judit; Kneffel, Zsuzsanna. Frequency of Breakfast Eating and Obesity Prevalence in Primary School Teachers. INTERNATIONAL JOURNAL OF ENVIRONMENTAL RESEARCH AND PUBLIC HEALTH 19:9 Paper: 5331 (2022)*
- *Simkó, Georgina. Okos fogyás – perszonalizált mhealth intervenció a testsúlyoptimalizálás érdekében felnőtt nők körében. In: VI. SPORTTUDOMÁNYI PHD SZIMPÓZIUM PROGRAM- ÉS ABSZTRAKTFÜZET, Budapest, Magyarország: Testnevelési Egyetem (2021) 60 p. pp. 53–53., 1 p.*
- *Simkó, Georgina; Uvacsek, Martina. Fizikai aktivitás kérdőíves felmérése női egyetemi hallgatók körében. MAGYAR SPORTTUDOMÁNYI SZEMLE 22:91 (3) pp. 102–103., 2 p. (2021)*
- *Simkó, Georgina; Uvacsek, Martina. Fizikai aktivitás és táplálkozás vizsgálata női egyetemi hallgatók körében szorgalmi és vizsgaidőszakban. MAGYAR SPORTTUDOMÁNYI SZEMLE 22:89 (1) pp. 44–49., 6 p. (2021)*
- *Simkó, Georgina. Testnevelési Egyetem levelezős hallgatóinak fizikai aktivitási és táplálkozási szokásai szorgalmi és vizsgaidőszakban. In: Testnevelési Egyetem. 2020/2021. TANÉVI TUDOMÁNYOS DIÁKKÖRI KONFERENCIA. Absztraktfüzet. (2020) pp. 42–43., 2 p.*

- *Simkó, Georgina; Uvacsek, Martina. Egyetemi hallgatók energiabevitele és fizikai aktivitása szorgalmi és vizsgaidőszakban. MAGYAR SPORTTUDOMÁNYI SZEMLE 21:85 (3) pp. 83–84., 2 p. (2020)*
- *Simkó, Georgina. Az optimális testsúly és a túlsúlycsökkentés nem konvencionális elméletei (2019), 34 OTDK, Testnevelés- és Sporttudományi Szekció, Egészségtudomány II. Tagozat.,*
- *Simkó, Georgina. Az optimális testsúly és a túlsúlycsökkentés nem konvencionális elméletei, In: Testnevelési Egyetem. 2018/2019. TANÉVI TUDOMÁNYOS DIÁKKÖRI KONFERENCIA. Absztraktfüzet (2018) pp. 38–39., 2 p.*

## Elérhetőségek

### Egyetemi tartózkodási hely

- *Épület: K2*
- *Szobaszám: II/12*
- *Telefonszám(ok): +36 1 488 3018*
- *E-mail cím: simko.georgina@tf.hu*

### Egyéb szakmai profilok

- *MTMT:*  
<https://m2.mtmt.hu/gui2/?type=authors&mode=browse&sel=10075111>

