

## Tárgytematika / Course Description

### Motorikus képességek

ALTMPA1071

Tárgyfelelős neve /

Teacher's name: dr. Szakály Zsolt

Félév / Semester: 2020/21/1

Beszámolási forma /

Assesment: Vizsga

Tárgy heti óraszám /

Teaching hours(week): 0/0/0

Tárgy féléves óraszám /

Teaching hours(sem.): 15/0/0

---

### OKTATÁS CÉLJA / AIM OF THE COURSE

#### Motorikus képességek és fejlesztésük

A mozgásfejlődéshez szükséges rendelkezni megfelelő testi képességgel. Ezek fejlesztése, összhangban a mozgásvégrehajtás szintjével, sajátos feladatot.

---

### TANTÁRGY TARTALMA / DESCRIPTION

---

### SZÁMONKÉRÉSI ÉS ÉRTÉKELÉSI RENDSZERE / ASSESSMENT'S METHOD

#### Tantárgyi követelmény: vizsga

Az órákon való aktív részvétel, írásbeli dolgozat sikeres teljesítése.

---

### KÖTELEZŐ IRODALOM / OBLIGATORY MATERIAL

#### **Kötelező és ajánlott irodalom:**

*Farmosi István: Mozgásfejlődés - Az alapvető mozgásformák és képességek fejlődése (MTE Bp. 1995)*

*Király Tibor, Szakály Zsolt: Mozgásfejlődés és a motorikus képességek fejlesztése gyermekkorban (Király-Szakály Győr, 2011)*

*Király T. (szerk.): A testnevelés tanításának módszertana tanítók részére (Dialog Campus Kiadó, Pécs, 2001)*

*Ihász-Király-Mészáros (1999): Testnevelési órák szívfrekvencia értékeinek elemzése. Apáczai Csere János Tanítóképző Főiskola. Győr.*

*Ihász Ferenc, Rikk János: Egészségfejlesztés; Győr, 2010.*

*Ihász Ferenc Egészségmegőrzés, prevenció, terheléseltani alapismeretek. Magyar Sporttudományi Társaság szakkönyvei. 2013.*