

Tárgytematika

Félév:	2014/15/1
Tárgynév:	Nem sportági mozgásprogramok
Tárgykód:	ALTSRA2071
Felelős szervezet neve:	Rekreológia Intézeti Tanszék
Felelős szervezet kódja:	AA25
Tárgyfelelős neve:	Konczos Csaba Dr.
Tárgy követelménye:	Gyakorlati jegy
Tárgy heti óraszám:	0/0/0
Tárgy féléves óraszám:	0/8/0

Oktatás célja:

Szerezzen ismereteket a szabadidőben megjelenő tevékenységekből – a kreativitást igénylő feladatoktól az extrém foglalkozásokig terjedően - történeti (a kialakulása, technikai (a gyakorlati végrehajtása), taktikai (az elmélet és alkalmazása) vonatkozásban. Tudja kommunikálni a szabadidőben alkalmazott tevékenységeket, ismereteket. Legyen képes bánni a szabadidőben sportos tevékenységet választókkal, tudja hosszú távra (élethosszig tartó) elfogadtatni a szabadidőben megjelenő és teret követelő fizikai aktivitást, mint rekreációs tevékenységet. Személyes példamutatásával, aktivitásával, kreativitásával, irodalmi tájékozottságával, egyéb ismereteivel közvetítse, illetve hirdesse az egészséges életmód kialakításához felhasználható egyéb nem sportági tevékenységeket.

Tantárgy tartalma:

Elméleti képzés:

Az alább felsorolt szabadidős tevékenységek kialakulása (rövid története), játékszabályai, alaptechnikája és taktikája:

Íjászat
Bocca
Petang
Frizbi
Darts
Floorball
Rollerek és biciklik
Gördeszka és korcsolya
Tranbulin
Yoyo
Diabolok
Ördögbotok
Extrém sportok
Légi
Vízi

Tárgytematika

Félév:	2014/15/1
Tárgynév:	Nem sportági mozgásprogramok
Tárgykód:	ALTSRA2071
Felelős szervezet neve:	Rekreológia Intézeti Tanszék
Felelős szervezet kódja:	AA25
Tárgyfelelős neve:	Konczos Csaba Dr.
Tárgy követelménye:	Gyakorlati jegy
Tárgy heti óraszám:	0/0/0
Tárgy féléves óraszám:	0/8/0

Tantárgy tartalma:

Szárazföldi

Gyakorlati képzés:

Az órarendben megjelölt foglalkozások.

A félév során választott játékok gyakorlati bemutatása, versengések megtervezése és lebonyolítása.

Számonkérési és értékelési rendszere:

- az elméleti és gyakorlati órák rendszeres látogatása,
- írásos beszámoló és gyakorlati végrehajtás az elméleti részből választott egy mozgásforma, illetve játékos feladat tartalmából,
- írásos beadvány készítése – egy választott extrém sportból - az ajánlott irodalom alapján,

Kötelező irodalom:

Kötelező ill. ajánlott jegyzetek, irodalom jegyzéke

Horváth Zoltán (1999): Játék és szabadidősport BDTF Szombathely

Joe Tomlinson (1997): Extrém sportok Holló és Társa

Rigler Endre (2004): Sportjáték-elmélet SE Budapest

Varga Péterné (1971): Az iskolai testnevelés játécai Sport Budapest

www.extremsportok.hu