

# Tárgytematika

Félév:	2013/14/1
Tárgynév:	Vízi sporttábor
Tárgykód:	ALTSRA4331
Felelős szervezet neve:	Rekreológia Intézeti Tanszék
Felelős szervezet kódja:	AA25
Tárgyfelelős neve:	Dr. Bánhidi Miklós
Tárgy követelménye:	Aláírás megszerzése
Tárgy heti óraszám:	0/0/0
Tárgy féléves óraszám:	0/0/0

---

## Oktatás célja:

- A hallgatók ismerjék meg a vízi vizekmenti rekreációs tevékenységek alapjait
- Sajátítsák el a kajak-kenu, vitorlázás, szörfözés, búvárúszás sportok technikai alapjait!
- Legyenek képesek vízpartokra tervezett rekreációs táborok megtervezésére és lebonyolítására!

## Tantárgy tartalma:

- Vízi sportok, vízi turizmus története. Sportágismeret.
- Környezeti tényezők szerepe a vízi, vizekmenti rekreációs tevékenységekben – vízhatások, természetes, mesterséges vizek, szél, hullámozás, időjárás szerepe.
- Öltözködés, szükséges felszerelések. Hajók előkészítése, karbantartása.
- Egészséges táplálkozás vízi rekreációs programokban – kalória szükséglet, helyi viszonyokhoz alkalmazkodás.
- Biztonsági követelmények vízi, vízparti környezetben – vízből mentés, tájékozódás.
- Vízi, vízparti játékok, játékanimáció – vízi röplabda, fejelés, halacszkázás.
- A vízi sportágak alapttechnikái – evezés, kajak-kenu, vitorlázás
- Oktatási módszerek a vízi sportokban, foglalkoztatási formák.
- Vízi rekreációs tevékenységek tervezése, szervezése.

## Számonkérési és értékelési rendszere:

- A vízi rekreációs tábor teljes időpontjában aktív részvétel.
- Gyakorlati vizsga sikeres letétele.
- Elméleti teszt sikeres megírása.

## Kötelező irodalom:

- Balogh J. (1999): A síkvízi alapoktól a vadvízi kajakozásig. Najád Víz-, Sport és Természetbarát Egyesület, Pécs p. 205.
- Bánhidi M. ed. (2003): A vízi és vizekmenti turizmus alapjai. Budapest, Budapesti Gazdasági Főiskola Kereskedelmi és Vendéglátóipari Főiskolai Kar p. 170

## Tárgytematika

<b>Félév:</b>	2013/14/1
<b>Tárgynév:</b>	Vízi sporttábor
<b>Tárgykód:</b>	ALTSRA4331
<b>Felelős szervezet neve:</b>	Rekreológia Intézeti Tanszék
<b>Felelős szervezet kódja:</b>	AA25
<b>Tárgyfelelős neve:</b>	Dr. Bánhidi Miklós
<b>Tárgy követelménye:</b>	Aláírás megszerzése
<b>Tárgy heti óraszám:</b>	0/0/0
<b>Tárgy féléves óraszám:</b>	0/0/0

---

### Kötelező irodalom:

Bokody J. (2001): Vízitúrázók kézikönyve Mezőgazdasági Kiadó, Budapest  
Dulin J.-Dulin L. (1987): Vitorlássport. Sport Kiadó Budapest  
Fa Nándor (1988) A Szent Jupát 700 napja. Szépirodalmi Könyvkiadó  
Füzesséry Gy. (1970): Kajak-kenu ABC. Sport Kiadó Budapest  
Holzapfel, Rudolf B (2003): Búvárkodás. Cser Könyvkiadó És Ker. Kft.  
Illés Andor (1976) Evezés Budapest . Sport Kiadó, Budapest  
Naményi József (1980): Fél évszázad krónikája Magyar Kajak- Kenu Szövetség  
Pásztor Ferenc (1986): A mélység mámora. Sportpropaganda  
Rádai Ödön (1963) Kalandok a tenger mélyén. Móra Ferenc Könyvkiadó  
Tóth József: Délkelet Ázsia legszebb merülőhelyei - Búvár- És Útikönyv A Tenger Szerelmeseinek Lpi  
Produkciós Iroda Kft.