

# Tárgytematika

<b>Félév:</b>	2012/13/1
<b>Tárgynév:</b>	Kerékpározás, kerékpár turizmus
<b>Tárgykód:</b>	ALTSRB1581
<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>	Gyakorlati jegy
<b>Tárgy heti óraszám:</b>	0/0/0
<b>Tárgy féléves óraszám:</b>	0/8/0

---

## Oktatás célja:

- Ismerjék és alkalmazzák az elméleti ismereteket, mely szakmai alapot biztosít a kerékpárturizmus gyakorlati alkalmazásához.
- Járuljon hozzá, hogy a szervezet károsodásmentesen, képes legyen akár többnapos kerékpártúrák teljesítésére. ( jártasságok, készségek kialakítása, attitűd formálás, szakmai elkötelezettség, felelősség tudat).
- Legyenek képesek egy vagy többnapos kerékpártúrák szervezésére, balesetmentes, levezetésére.
- Tisztában legyenek a túrák szervezésével kapcsolatos előírásokkal, képesek legyenek ezeket a gyakorlatban használni.

## Tantárgy tartalma:

- A hallgatók szerezzenek jártasságot a különböző korosztályú emberek életkori sajátosságainak megfelelő foglalkoztatásában.
- A kerékpározás rövid történelmi áttekintése.
- Kerékpár típusok helyes alkalmazása. A kerékpározás és a tartozékok kiválasztása.
- Túrázás kerékpározással, kerékpáros turizmus, praktikus gyakorlati tanácsok: pl.: közlekedési tanácsok, haladás csoportban.
- Kerékpározás és az egészség.

## Számonkérési és értékelési rendszere:

- Zárthelyi dolgozat ( elméleti anyagrészből).
- Három-négynapos kerékpártúrán való aktív részvétel, szervezésbe való bekapcsolódás.
- Beadandó - saját régióján belül kidolgozni kerékpártúra programot, melyet ellátnak térképpel, s pontos program leírással és kontaktusokkal.

## Kötelező irodalom:

## Kötelező ill. ajánlott jegyzetek, irodalom jegyzéke

## Tárgytematika

<b>Félév:</b>	2012/13/1
<b>Tárgynév:</b>	Kerékpározás, kerékpár turizmus
<b>Tárgykód:</b>	ALTSRB1581
<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>	Gyakorlati jegy
<b>Tárgy heti óraszám:</b>	0/0/0
<b>Tárgy féléves óraszám:</b>	0/8/0

---

### **Kötelező irodalom:**

Ivan Soulek, Karel Martinek,(2003): Kerékpározás, Cser Kiadó, Budapest  
Kovács Tamás Attila(2004): A rekreáció elmélete és módszertana, Fitness akadémia, Budapest  
Dosek Ágoston(1997): Erdők, Hegyek sportjai, Magyar testnevelés Egyetem Tankönyve  
Cyklo turistika: Cikloturisztikai magazin.