

Tárgytematika

Félév:	2011/12/1
Tárgynév:	Mozgás kommunikációs tréning I.
Tárgykód:	ALTSSGA1081
Felelős szervezet neve:	Testnevelési Intézeti Tanszék
Felelős szervezet kódja:	AA19
Tárgyfelelős neve:	Szűcsné Tonomár Gabriella
Tárgy követelménye:	Évközi jegy
Tárgy heti óraszám:	0/0/0
Tárgy féléves óraszám:	25/0/0

Oktatás célja:

A zene, a zenére mozgás alkalmazása a gyógytestnevelés órákon. Különböző zenés mozgásformák (aerobic, balett, RSG stb.) elemeinek ötvözése a gyógytestnevelés alapmozdulataival, gyakorlatanyagával.

Tantárgy tartalma:

A zenére mozgás alkalmazása a gyógytestnevelésben, terápiás jelleggel, prevencióként és rehabilitációként. Zenére végzett mozdulatokkal érzelmek, érzések, gondolatok kifejezése, átadása. A zenés, táncos gyakorlatanyaggal az általános állóképesség kialakítása, a mozgáskoordináció, hallás- és ritmusérzék fejlesztése, gátlások oldása, testi, lelki harmónia megteremtése.

Számonkérési és értékelési rendszere:

A zenére mozgás elsajátítása. A mozgások, gyakorlatok pontos végrehajtása-összhangban a zenével. A táncos jellegű mozgástanítás metodikájának megismerése. Egyszerűbb koreográfiák összeállítása, megtanulása, megtanítása. Gyakorlatvezetés társak között.

Kötelező irodalom:

1. Dr. Bencze Sándorné-Szászné Sziklai Ilona- dr. Bacsó Lajos (1995): Új lehetőségek a gyógytestnevelésben. Szarvaspress Bt. Szarvas.
2. Tihanyiné Hős Ágnes (2004): Aerobic elmélete és gyakorlata. Plantin print Bt. Budapest.
3. Molnár Anna(2006): Koreográfia ABC-je. Video dokumentum. Nemzeti Tankönyv Kiadó. Budapest.