

Tárgytematika

| | |
|---------------------------------|---------------------------------|
| Félév: | 2014/15/1 |
| 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: | 0/25/0 |

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.