

Tárgytematika

Félév:	2013/14/1
Tárgynév:	Úszás I.
Tárgykód:	ALTSTA1621
Felelős szervezet neve:	Testnevelési Intézeti Tanszék
Felelős szervezet kódja:	AA19
Tárgyfelelős neve:	Dr. Szakály Zsolt
Tárgy követelménye:	Gyakorlati jegy
Tárgy heti óraszám:	0/0/0
Tárgy féléves óraszám:	0/8/0

Oktatás célja:

A tantárgy általános célja és specifikus célkitűzései

Olyan ismeretek és készségek fejlesztése, mely alapján a hallgatók képessé válnak a sportág biztonságosan történő végrehajtására és a 6-12 éves tanulók iskolai keretek között történő oktatására.

Tantárgy tartalma:

A tantárgy tartalma

Legalább egy úszásnem elsajátítása, és helyes technikai végrehajtása.

Vízhez szoktatás.

Siklás, lebegés, gombóc elsajátítása.

Gyors-, hátúszás oktatása.

Fejesugrás oktatása.

Számonkérési és értékelési rendszere:

A tantárgyi követelmények

200 m folyamatos, szabadon választott úszásnemben történő végrehajtása.

Módszertani dolgozat készítése és határidőre történő beadása.

Kötelező irodalom:

Kötelező irodalmak jegyzéke

Kiricsi János: Úszásoktatás kisiskolások számára, SOTE TSK Budapest 2002