

Tárgytematika / Course Description

Sítábor

ALTSTA7161

Tárgyfelelős neve /

Teacher's name: dr. Konczos Csaba

Félév / Semester: 2016/17/2

Beszámolási forma /

Assesment: Aláírás megszerzése

Tárgy heti óraszám /

Teaching hours(week): 0/0/0

Tárgy féléves óraszám /

Teaching hours(sem.): 0/0/0

OKTATÁS CÉLJA / AIM OF THE COURSE

Ismertesse meg a téli táborozások elméleti és gyakorlati feladatköreit, a sízés történetét, a sízés alapszabályait és a táborok szervezési és vezetési feladatait.

Készítse fel a hallgatókat a téli foglalkozások szakszerű vezetésére, a sízés oktatásával kapcsolatos módszertani gyakorlatanyagok feldolgozására, síversenyek szabályszerű rendezésére.

A hallgatók sajátítsák el a sízés alapszabályait (kezdő szint).

TANTÁRGY TARTALMA / DESCRIPTION

A sízés története. Különböző sítechnikák. Kezdőiskola, haladóiskola. A sízés oktatásmódszertana. Sí-kresz.

Táborszervezési ismeretek. A téli táborok szervezési szempontjai és sajátosságai.

SZÁMONKÉRÉSI ÉS ÉRTÉKELÉSI RENDSZERE / ASSESSMENT'S METHOD

A sítábor teljesítése. A tábor alatti aktív közreműködés a tábori szabályok maradéktalan betartásával.

Az elméleti anyag írásos számonkérése (ZH).

A gyakorlati anyag bemutatása gyakorlóterepen. (egyenes síklás, csúsztatott hóéke, hóéke ívek mindkét oldalra, támasztott lendület, "A"-lépés)

KÖTELEZŐ IRODALOM / OBLIGATORY MATERIAL

Dosek Á. - Miltényi M. (1993): A sízés. Kékes Kiadó Bt, Budapest,.

Dosek Á. - Ozsváth M. (1999): A sízés 2000. Magyar Testnevelési Egyetem, Budapest,.