

## Tárgytematika / Course Description

### Sportágismeret II.

ALTSTB7141

**Tárgyfelelős neve /**

**Teacher's name:** Ozsváth Károly Dr.

**Félév / Semester:** 2017/18/1

**Beszámolási forma /**

**Assesment:** Folyamatos számonkérés

**Tárgy heti óraszám /**

**Teaching hours(week):** 0/0/0

**Tárgy féléves óraszám /**

**Teaching hours(sem.):** 3/0/0

### OKTATÁS CÉLJA / AIM OF THE COURSE

Szerezzen ismereteket az iskolai órák utáni szabadidőben megjelenő sportágakból, történeti (a kialakulása, technikai (a gyakorlati végrehajtása), taktikai (az elmélet és alkalmazása) vonatkozásban. Tudja kommunikálni a szabadidőben alkalmazott sportági alaptevékenységeket, élettani és edzéselméleti alapismereteket. Legyen képes bánni a szabadidőben sportos tevékenységet választókkal, tudja hosszú távra (élethosszig tartó) elfogadtatni a szabadidőben megjelenő és teret követelő fizikai aktivitást, mint rekreációs tevékenységet. Személyes példamutatásával, aktivitásával közvetítse, illetve hirdesse az egészséges életmódot.

### TANTÁRGY TARTALMA / DESCRIPTION

A tantárgy tartalma, témakörök

Elméleti képzés:

Az alább felsorolt szabadidős tevékenységek kialakulása (rövid története), játékszabályai, alaptechnikája és taktikája:

Íjászat  
Bocca  
Petang  
Frizbi  
Darts  
Floorball  
Rollerek és biciklik  
Gördeszka és korcsolya  
Tranbulin  
Yoyo  
Diabolok  
Ördögbotok  
Extrém sportok  
    Légi  
    Vízi  
    Szárzsföldi

Gyakorlati képzés:

Az órarendben megjelölt foglalkozások

## SZÁMONKÉRÉSI ÉS ÉRTÉKELÉSI RENDSZERE / ASSESSMENT'S METHOD

- az elméleti és gyakorlati órák rendszeres látogatása,
- írásos beszámoló az elméleti rész tartalmából,
- írásos beadvány készítése, az elméleti anyag alapján,
- két választott sportág gyakorlati bemutatása.

**Órarendi, ill. önálló munkát igénylő terhelés aránya**

**Órarendi 80%, önálló 20%.**

**Évközi ellenőrzés módja**

**Legalább egy referátum írásos elkészítése,  
írással dolgozott megírása,  
gyakorlati bemutatás.**

---

### KÖTELEZŐ IRODALOM / OBLIGATORY MATERIAL

Horváth Zoltán (1999): Játék és szabadidősport BDTF Szombathely  
Joe Tomlinson (1997): Extrém sportok Holló és Társa  
Rigler Endre (2004): Sportjáték-elmélet SE Budapest  
Varga Péterné (1971): Az iskolai testnevelés játéka Sport Budapest  
[www.extremsportok.hu](http://www.extremsportok.hu)