

Tárgytematika / Course Description

Sportágismeret II.

ALTSTB7141

Tárgyfelelős neve /

Teacher's name: Ozsváth Károly Dr.

Félév / Semester: 2019/20/2

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

Szárazföldi

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,
írásos dolgozat 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