

Tárgytematika

Félév:	2011/12/1
Tárgynév:	Úszás I.
Tárgykód:	ANTSTA1621
Felelős szervezet neve:	Testnevelési Intézeti Tanszék
Felelős szervezet kódja:	AA19
Tárgyfelelős neve:	Dr. Szakály Zsolt
Tárgy követelménye:	Gyakorlati jegy
Tárgy heti óraszám:	2/0/0
Tárgy féléves óraszám:	0/0/0

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.
Az úszás alapvető oktatási elemeinek elsajátítása.

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