

Tárgytematika / Course Description

Úszás I.

ANTSTA1621

Tárgyfelelős neve /

Teacher's name: dr. Szakály Zsolt

Félév / Semester: 2016/17/2

Beszámolási forma /

Assesment: Folyamatos számonkérés

Tárgy heti óraszám /

Teaching hours(week): 0/2/0

Tárgy féléves óraszám /

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

OKTATÁS CÉLJA / AIM OF THE COURSE

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 / DESCRIPTION

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 / ASSESSMENT'S METHOD

A tantárgyi követelmények

200 m folyamatos, szabadon választott úszásnemben történő végrehajtása.

Módszertani dolgozat készítése és határidőre történő beadása.

KÖTELEZŐ IRODALOM / OBLIGATORY MATERIAL

Kötelező irodalmak jegyzéke

Kiricsi János: Úszásoktatás kisiskolások számára, SOTE TSK Budapest 2002