

## Tárgytematika / Course Description

### Alapozó mozgásformák I.

ANTSTA7211

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

#### 1. A tantárgy általános célja és specifikus célkitűzései

Az érvényes általános iskolai tanterv 1-4. osztályra előírt atlétikus és torna jellegű mozgások anyagának elsajátítása. A szerzett mozgástapasztalatok birtokában az adott mozgásrendszer átszarmaztatásához szükséges készségek és képességek kialakítása.

---

### TANTÁRGY TARTALMA / DESCRIPTION

#### 2. A tantárgy tartalma

Az atlétikus és torna jellegű mozgások és az ezekből származtatott sportági technikák (futások, ugrások, dobások) megtanítása. Az iskolai tantervben meghatározott atlétikus és torna jellegű anyag készségszintű elsajátítása. Gyakorlatvezetés.

---

### SZÁMONKÉRÉSI ÉS ÉRTÉKELÉSI RENDSZERE / ASSESSMENT'S METHOD

#### 3. Tantárgyi követelmények

Az 1-4. osztály atlétikus és torna jellegű mozgásanyagának feldolgozása. A tanult mozgások teljesítményorientált, technikailag helyes végrehajtása.

Zárthelyi dolgozat sikeres teljesítése, előzetesen egyeztetett témában gyakorlati foglalkozás vezetése.

---

### KÖTELEZŐ IRODALOM / OBLIGATORY MATERIAL

#### 4. Kötelező illetve ajánlott jegyzetek, irodalom jegyzéke

- Farkas Gy. (szerk) (1988): Sporttorna. Tankönyvkiadó, Budapest.
- Fejes Z. (szerk.) (1978): Korszerű edzés az atlétikában. Sport. Budapest.
- Harsányi L. (szerk.) (1980): Atlétika. Jegyzet a segédedzői tanfolyam hallgatói részére. Budapest.
- Harsányi L.-Sebő A. (1988): Útmutató az atléta utánpótlás kiválasztásához és felkészítéséhez. Sportpropaganda.
- Kerecsi E. (1979): Torna III. sport, Budapest.

- Király T. (szerk.) (2001): A testnevelés tanítás módszertana tanítók részére Dialóg Campus Kiadó
- Koltai J. (szerk.) (1980): Atlétika II. Sport. Budapest.
- Koltai J.- Eckschmiedt S.- Kovács E. (1990): Az atlétikai dobásokról. Hungaria Sport. Budapest.
- Koltai J.- Nádori L. (1983): Sportképességek fejlesztése. Sport. Budapest.
- Kósa L.- Vas L. Módszertani kézikönyv az Atlétika oktatásához I-II. [www.tesiasszisztens.hu](http://www.tesiasszisztens.hu)
- Nemzeti Aseptanterv
- Szekeres S. (szerk.) (1982): Fial atléták edzése. Sport. Budapest.
- Úrvári S. (1989)? A sporttorna technikája. Sport, Budapest.