

# Tárgytematika

<b>Félév:</b>	2012/13/2
<b>Tárgynév:</b>	Sítábor
<b>Tárgykód:</b>	ANTSTB7161
<b>Felelős szervezet neve:</b>	Testnevelési Intézeti Tanszék
<b>Felelős szervezet kódja:</b>	AA19
<b>Tárgyfelelős neve:</b>	Dr. Konczos Csaba
<b>Tárgy követelménye:</b>	Aláírás megszerzése
<b>Tárgy heti óraszám:</b>	0/0/0
<b>Tárgy féléves óraszám:</b>	0/40/0

---

## Oktatás célja:

A tantárgy általános célja és specifikus célkitűzései

A közösségben történő, hasznos és szervezett szabadidős lehetőségek és a táborozással kapcsolatos szervezési, metodikai, programszervezési feladatok megismerése. A természet értékeinek felfedezése. A természetszeretetre, a kultúrát, természetvédő és megóvó magatartásra nevelés megvalósítása.

Legyen tisztában a sportág elméletével. Ismerje meg a hallgató a táborok sportági technikáját, és egészségmegőrzés céljából tudja végrehajtani és alkalmazni azokat.

Vállaljon a táborozásokkal kapcsolatos önálló oktatási, szervezési, lebonyolítási feladatokat.

## Tantárgy tartalma:

A tantárgy tartalma

Elméleti képzés:

A sízés története.

A sí tábor, technikai, szervezési, helyszínválasztási kérdései.

A Nemzetközi Sí Szövetség magatartás szabályai. Sí balesetek megelőzése. Természetvédelmi ismeretek.

Gyakorlati képzés:

Alapiskola. Csatolás. Léchez szoktatás. Egyenes siklás. Ívlépés. Hóekeívelés. Rézsut siklás. Lifttel a hegyre.

Támasztott lendület, ... A” lépés.

Karving technika

## Számonkérési és értékelési rendszere:

Tantárgyi követelmény

A táborokban való aktív részvétel.

Az előírt gyakorlatok bemutatása.

Az elméleti anyag rész szóbeli beszámolója, számot adva módszertani és gyakorlati ismeretekről.

# Tárgytematika

<b>Félév:</b>	2012/13/2
<b>Tárgynév:</b>	Sítábor
<b>Tárgykód:</b>	ANTSTB7161
<b>Felelős szervezet neve:</b>	Testnevelési Intézeti Tanszék
<b>Felelős szervezet kódja:</b>	AA19
<b>Tárgyfelelős neve:</b>	Dr. Konczos Csaba
<b>Tárgy követelménye:</b>	Aláírás megszerzése
<b>Tárgy heti óraszám:</b>	0/0/0
<b>Tárgy féléves óraszám:</b>	0/40/0

---

## Kötelező irodalom:

Kötelező ill. ajánlott jegyzetek, irodalom jegyzéke

Dobozy L.- Kovács T.: Sítanfolyamok Kézikönyve (BTSZ és Budapest Tourist, Budapest, 1980)

Dobozy L.: Téli Sport Kész (Sportpropaganda)

Dobozy L.- Wiegand K.: Alpési sín - futólécen (Sport, Budapest, 1988)

Pajor I.: Mitől fordul a sí? (Mercurius, Budapest, 1989)

Konrad B.-Robin N.: Hétfégi Síiskola (Corvina, Budapest, 1992)

Dosek Á.- Miltényi M.: A sízés (Magyar Testnevelési Egyetem, Budapest, 1993)

Dosek Á.- Ozsváth M.: A sízés 2000 (Magyar Testnevelési Egyetem, Budapest, 1999)

Horváth Attila (1999): Turizmus a kultúrában, kultúra a turizmusban /Magyar Művelődési Intézet

Nagy Á. (2001) : Tátrai túrák Kornétás Bp.

Werner, Lippuner (2001): 1017 sísport játék és gyakorlat Bp. Dialóg Campus