

## Tárgytematika

### Sportturizmus és módszertana/ Területi gyakorlat

LGB\_EG104\_1

**Tárgyfelelős neve:** dr. Zakariás Géza

**Félév:** 2014/15/1

**Beszámolási forma:** Folyamatos számonkérés

**Tárgy heti óraszám:** 0/0/0

**Tárgy féléves óraszám:** 0/30/0

---

#### OKTATÁS CÉLJA

A szakirányt választott hallgatókat - az elméleti képzés lezárását követően – egy sportturisztikai tábor keretei között megfelelő sportági képzésben részesítse, valamint biztosítsa a túra-, közösség-, és táborszervezési gyakorlat megszerzését. A terep-körülmények között levezetett 2 napos program (30 óra) keretében a hallgatók számára saját sportturisztikai élményeiken keresztül váljon értelmezhetővé a túraszervező/vezető, valamint az animátor szerepének empátiára épülő szemlélete.

Ergometriás laboratóriumban végzett fitsségi vizsgálatok szerepének megismerése az aktuális fizikai állapot meghatározásában.

---

#### TANTÁRGY TARTALMA

1. *Gyalogtúra és nordic-walking. A terhelésintenzitás telemetrikus ellenőrzése.*
  2. *Falmászó alapismeretek. A falmászás szerepe a csapatépítő tréningben.*
  3. *Sziklamászás előkészítése és lebonyolítása túravezetői szemszögből.*
  4. *Fitsségi vizsgálaton való részvétel ergometriás laboratóriumban.*
- 

#### SZÁMONKÉRÉSI ÉS ÉRTÉKELÉSI RENDSZERE

Foglalkozásokon való részvétel:

*Kötelező*

Értékelés:

*Az előzetes feladatok és a táborban végzett munka alapján, gyakorlati jegy.*

---

#### KÖTELEZŐ IRODALOM

*Dosek Á: Erdők, hegyek sportjai MTF Szövetség Budapest 1997*

*Bánhidi M: Vizi és vizek menti turizmus elméleti alapjai Gazdasági Főiskola Bp,2004*