

## Tárgytematika / Course Description

### Sportturizmus és módszertana/ Területi gyakorlat

LGB\_EG104\_1

Tárgyfelelős neve /

Teacher's name: dr. Zakariás Géza

Félév / Semester: 2015/16/1

Beszámolási forma /

Assesment: Folyamatos számonkérés

Tárgy heti óraszám /

Teaching hours(week): 0/0/0

Tárgy féléves óraszám /

Teaching hours(sem.): 0/30/0

---

### OKTATÁS CÉLJA / AIM OF THE COURSE

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 / DESCRIPTION

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 / ASSESSMENT'S METHOD

Foglalkozásokon való részvétel:

Kötelező

Értékelés:

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

---

### KÖTELEZŐ IRODALOM / OBLIGATORY MATERIAL

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

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