

## Tárgytematika / Course Description

### Evezés II.

#### SZESPORT001

**Tárgyfelelős neve /**

**Teacher's name:** Alföldi Zoltán

**Félév / Semester:** 2021/22/1

**Beszámolási forma /**

**Assesment:** Aláírás megszerzése

**Tárgy heti óraszám /**

**Teaching hours(week):** 0/0/0

**Tárgy féléves óraszám /**

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

---

### OKTATÁS CÉLJA / AIM OF THE COURSE

Nemzetközileg az evezés egyetemi sportág. Az evezősklubok az egyetem közvetlen közelségében helyezkednek el. Magyarországon nem annyira közismert Olimpiai sportág. A Széchenyi István Egyetem evezőscsapata hagyományosan kiemelkedő nemzeti sikereket ér el. A hallgatói rotáció miatt a tanórák jelentős szerepet játszanak a kiválasztási rendszerben és felkelthetik a résztvevők érdeklődését az evezés iránt.

---

### TANTÁRGY TARTALMA / DESCRIPTION

Evezés technikájának elsajátítása, valamint a kellő erő- és állóképesség megszerzése. Ergométeres, tanmedencei, túraevezős és versenyhajó edzések időszaknak megfelelően. A siker érdekében a hallgatóknak el kell sajátítaniuk a csapatmunkában való együttműködés képességét is, koaktivitása révén egyéni és csapatsportág is egyben.

Az oktatás minden tantárgyi évben szeptembertől október végéig, valamint márciustól tanév végéig vízben (túra és versenyhajóban), novembertől február végéig tanmedencében, valamint kondicionáló teremben történik, heti 2 alkalommal.

---

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

A követelményt az abszolutórium megszerzéséig teljesíteni kell. A tantárgyi követelmény 10 alkalommal történő teljesítését a szorgalmi időszak 12. hetéig meg kell kezdeni.

- megfelelő evezéstechnika elsajátításának bemutatása
- erőnléti és állóképességi felmérés minimum szint meghatározásával

---

**KÖTELEZŐ IRODALOM / OBLIGATORY MATERIAL**