

TANTÁRGYI TEMATIKA ÉS FÉLÉVI KÖVETELMÉNYRENDSZER

| | |
|-----------------------------------|--|
| Tantárgy neve | Testnevelés és módszertana (Mozgás) I. |
| Tantárgy kódja | BOV1214L |
| Meghirdetés féléve | 2. |
| Kreditpont | 2 |
| Konzultációs óraszám | 0+9 |
| Félévi követelmény | gyakorlati jegy |
| Előfeltétel (tantárgyi kód) | - |
| Tantárgyfelelős neve és beosztása | |
| Tantárgy oktatója és beosztása | Rajna Beatrix |
| Tantárgyfelelős intézet kódja | TSI |

FÉLÉVES TEMATIKA:

- 1. konzultáció:** A gimnasztika és sporttorna elmélete:
Általános tudnivalók, követelményrendszer ismertetése. A gimnasztika alapfogalmai, mozgásrendszere. Rendgyakorlatok. Statikus és dinamikus gyakorlatelemek. A gimnasztika szakleírása és a rajzírás jelei. Szabadgyakorlati alapformájú gyakorlatok szerkesztése, szakleírása és rajzírása.
Általános bemelegítés szerkezeti felépítése.
- 2. konzultáció:** A tartásos elemek rajzírása. Kartartások. A spottorna versenyszámai.
Módszertani segédanyag a Torna oktatásához. Talajtorna elemek.
- 3. konzultáció:** A mozgásos elemek rajzírása. Módszertani segédanyag a Torna oktatásához.
Zárthelyi dolgozat írása, (gimnasztika), beszámoló az előzetesen megbeszélte gyakorlatokból.

Kötelező irodalom:

Bucsy Gellértné Dr.: **A testnevelés tervezése.** Novum Könyvklub

Regős József: **Módszertani kézikönyv a torna oktatásához I. – II. kötet**
Nyíregyházi Főiskola Testnevelés és Sporttudományi Intézet 2014.

Ajánlott irodalom:

Farkas György: Gimnasztika nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest 1999.

FÉLÉVI KÖVETELMÉNYRENDSZER:

A foglalkozásokon történő részvétel:

A gyakorlati foglalkozásokon a részvétel kötelező. A félévi hiányzás megengedhető mértéke részidős képzésben a tantárgy konzultációs óraszámának egyharmada. Ennek túllépése esetén a félév nem értékelhető (TVSz 8.§ 1.).

Félévi követelmény: gyakorlati jegy

Az értékelés módja, ütemezése: gyakorlati jegy/ zárthelyi dolgozat, beadandó feladatok. Digitális oktatás esetén az esetlegesen kiadott feladatok érdemjegyeiből.

A félévközi ellenőrzések követelményei:

A tantárgy jellege folyamatos gyakorlást feltételez, így a hallgatók minden héten elsajátított ismeretanyagot kapnak és az előírt időpontokban beszámolási kötelezettségeik vannak. Digitális oktatás esetében a beszámolók időpontjának és módjának változása lehetséges.

Az érdemjegy kialakításának módja:

A félévi gyakorlati jegyet az egyénileg elkészített 48 ütemű szabadgyakorlat-lánc elkészítése, valamint annak a gyakorlatban történő bemutatása, illetve a rendgyakorlatok végrehajtásának átlaga adja meg.

Elégtelen gyakorlati jegy javítása a Tanulmányi és vizsgaszabályzat szerint lehetséges.

Nyíregyháza, 2024. február 10.

Rajna Beatrix
külső óraadó