

Testnevelés 4

nappali tagozat	esti tagozat
Tantárgy kódja: UTES4B Kreditszáma: 0 A tanóra típusa: szem. és száma: 2 A számonkérés módja: ma. A tantárgy tantervi helye: 3. félév Előtanulmányi feltételek: UTES2B Tantárgy státusza: kötelező	–

TANTÁRGY CÉLJA:

A hallgatókat a testkultúra elemeiből nyert értékekkel ruházza fel. Olyan testi műveltséggel, ami tovább erősíti a megszerzett mozgásos cselekvési biztonságukat. Az egészséges életmódhoz szükséges rendszeres testmozgás biztosítása. Heti két órában, szervezett és szakember által irányított keretek között mozgásvágy, mozgásigény kielégítése.

TANTÁRGY TARTALMA:

- Gimnasztika és zenés gimnasztika mozgásanyagával a szervezet működésének fokozása, képességek szinten tartása, lehetőség szerint továbbfejlesztése.
- Választott sportjáték alap mozgáselemeinek elsajátítása, játék szituációkon való alkalmazása.
- A megismert mozgáselemek tudatos alkalmazásához szükséges alapvető játékszabályok megismerése.
- A motorikus képességek fejlesztése.

Követelmény

A félév során elsajátított gyakorlati anyag elégséges elsajátítása.

Tantárgy felelőse: Kovácsné Laurinyecz Júlia főiskolai docens

Tantárgy oktatásába bevont oktató(k): Tóth Csaba testnevelő tanár