Kaposvári Egyetem

SILK/Sportszolgáltatási Csoport

Kaposvár, Guba Sándor u. 40.

***OKTATÓI TEMATIKA***

***Pénzügy és számvitel (nappali tagozat)***

***hároméves képzés***

***Testnevelés I. (3BNPS1-GY-TES1)***

**Oktatási időszak:**

**Óraszám:**

**Kreditérték:**

**Oktatási forma:**

**Csoportforma:**

**Értékelési forma:**

**Terjedelem:**

I. félév

Heti / 2 óra

0

gyakorlat

egész tanulmányi csoport ( I. évfolyam)

gyakorlati jegy

4 oldal

|  |  |
| --- | --- |
| **Tantárgyfelelős oktató:** | Vönöczky Áron |
|  |  |
|  | — |

**Tanszékvezető:**

Szirányi Margit

csoportvezető

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Kaposvár, 2015-2016. Őszi félév

***Célok***

A tantárgy oktatásának célja, hogy Intézményünk oktató-nevelő munkájának szerves részeként segítse a harmonikus, sokoldalúan fejlett, fizikailag felkészült, érzelmileg kiegyensúlyozott, a társadalom számára hasznos tulajdonság-és képesség-együttessel rendelkező agrárértelmiségi szakemberek képzését.

E célkitűzések elérése érdekében a fő feladatok a következők:

- biztosítsa a hallgatók aktuális egészségszintjének fenntartását, növelését és szellemi energiáinak újratermelését,

- fokozza edzettségüket, teherbíró képességüket,

- fejlessze a hallgatók játék- és sportműveltségét, segítse az egészséges életmód megvalósítását.

***Feladatok***

A különböző sportági technikák és taktikák elsajátítása. Képességfejlesztés. ( koordinációs és kondicionális)

***A tantárgy tartalma***

**Gyakorlati foglakozások tematikája**

1.)LABDARÚGÁS

- rövid történeti áttekintés

- labdavezetés

- átadások álló helyzetben és mozgás közben

- cselezések

- fejelések

- alapszerelések

- támadás és védekezési formák

- szabályismeret, játékvezetés, játék

2.)KOSÁRLABDA

- rövid történeti áttekintés, játékszabályok ismertetése

- technikai elemek oktatása (labdafogás, labdapasszolások,labdavezetés,indulás-megállás labdával,lépésszabály)

- kosárra dobás formái (fektetett dobás, tempódobás, büntetődobás)

- védekezés formái (gyorsindítás, elzárás, súlypontképzés, ötletjáték)

- kétkosaras játék (tanult technikai és taktikai elemek alkalmazásával)

- játékvezetés

3.)KÉZILABDA

- rövid történeti áttekintés, játékszabályok ismertetése

- technikai elemek

oktatása: labdafogás,labdatovábbítás,labdavezetés,lépésszabály, kapura lövés formái,cselezés

- védekezési formák: emberfogás, területvédekezés, vegyes védekezés

- támadási formák: gyorsindítás, átlövés, szélső játék, beálló játék

- kétkapus játék a tanult technikai és taktikai elemek alkalmazásával

4.)RÖPLABDA

- alapállás, helyezkedés a labdához

- kosárérintés, alkarérintés állóhelyben és mozgás közben

- alsó egyenes nyitás, felső nyitás

- nyitásfogadás csillagalakzatban

- feladás előre és hátra, leütés

- egyes, kettes sánc

- játék sarkos rendszerben

- szabályismeret

5.)TENISZ

- rövid történeti áttekintés, pályaismeret, játékszabályok

- alapvető technikai elemek elsajátítása (ütőfogás, alapállás, tenyeres és fonákütés, adogatás, játékismeret,támadás,védekezés)

- egyes játék, páros játék, játékvezetés

- röpte ütések

- egyéb ütések (átemelések, lecsapás, kényszerütések)

6.)FLOORBALL

- szabályismertetés

- technikai elemek elsajátítása (ütőfogás, labdakezelés, labdatovábbítás)

- taktikai elemek elsajátítása (támadási formák, védekezési formák)

- kétkapus játék a technikai és taktikai elemek alkalmazásával, játékszabály betartásával

Követelmény

A félév elismerésének, az aláírás megszerzésének feltétele a kar tanulmányi és vizsgaszabályzatában foglaltak betartása.

**Az index aláírásának feltételei:**

* óralátogatás, igazolatlan hiányzás 2 alkalommal lehetséges
* órákon aktív részvétel, igazolatlan felmentés 2 alakalommal kérhető
* teljes felmentésre az I., II. osztályban sportolók, illetve orvosi igazolással rendelkezők jogosultak

Az órák látogatása alól csak a kar szakosztályaiban, illetve versenyszerűen sportoló hallgatók kaphatnak felmentést.

Felmenthető még orvosi igazolás esetében, azon hallgatók, akiknek az orvos nem javasolja a testmozgást.

A félév elismerése aláírással zárul.

***Az értékelés formája***

Gyakorlati jegy

Kaposvár, 2015. július 31.

***Vönöczky Áron Szirányi Margit***

*tanársegéd csoportvezető*