|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **A tantárgy megnevezése:**  *Atlétika II.* | **Kód:**  *NBT\_TN102G2* | **Kreditszám:**  *2* |
| **A tantárgyért felelős szervezeti egység:**  *EKF TSI Sportági Tanszék* | **A kurzus jellege**:  *gyakorlat* | **Kontaktóraszám:**  *0/2* |
| **Előfeltételek:**  *Atlétika I. NBT\_TN101G2* | **Az értékelés formája**:  *Gyakorlati jegy* |  |
| **Tantárgyleírás:**    ***A tantárgy tanításának alapelvei és céljai:***   * Az atlétika mozgásanyag sokoldalú iskolai felhasználásának megismerése. Az atlétika oktatás * különböző területein felhasználható technikák és módszerek elsajátítása. * Az atlétika oktatása során a biomechanikai, élettani, antropometriai szempontból legjobb, * leggazdaságosabb, legeredményesebb futó-ugró-dobómozgás kialakítása.   ***Fejlesztendő kompetenciaterületek:***  *Szakmai tudás*:   * Az atlétika mozgásanyagának és oktatás-módszertanának ismerete. * Az atlétika mozgásanyaga és annak iskolai közvetítése, a szakértelem és a műveltség, a tanulhatóság, a tudás szakmai és a hétköznapi életben való alkalmazása közötti összefüggések mély megértése, a különböző tudásterületek közötti összefüggések, kapcsolódások, átfedések és egymásra hatások ismerete. * A Nemzeti alaptanterv szabályozó szerepének, tartalmának és belső összefüggésrendszerének ismerete, az atlétika mozgásanyagának helye az oktatás-nevelésben. * Ismeretek az atlétika cél-, feladat- és eszközrendszeréről, az atlétika mozgásanyag illeszkedéséről a testnevelés cél- és feladatrendszeréhez. * Tudja elemezni, komplexen értékelni az atlétika pedagógiai és pszichikai fejlesztő és nevelő hatásait. Ismeri az atlétika cél-, feladat- és eszközrendszerét. * Birtokában van azoknak a módszereknek, melyekkel sikeresen szervezi az atlétika jellegű mozgásformákat az iskolán belül és kívül is.   *Szakmai képességek:*   * Tudja elemezni, komplexen értékelni az atlétika pedagógiai és pszichikai fejlesztő és nevelő hatásait. * Birtokában van azoknak a módszereknek, melyekkel sikeresen szervezi az atlétika jellegű mozgásformákat az iskolán belül és kívül is. * A különleges bánásmódot igénylő tanulóknál adekvátan alkalmazza az atlétika fejlesztő hatásait. * Képes házi bajnokságok, bemutatók, vetélkedők szervezésére, lebonyolítására, a részvételre való felkészítésre. * Készség szinten alkalmazza a segítségadási technikákat. * Szakterületén felkészült, és képes tanítási programok, tanulási egységek, tanítási órák tervezésére, a tanulók számára szükséges tananyagok, taneszközök, információforrások, tudás-hordozók megválasztására. * Képes a tanítási egységek céljainak megfelelő, a különböző adottságokkal, képességekkel és előzetes tudással rendelkező tanulók életkorának, érdeklődésének, megfelelő módszerek megválasztására, eljárások megtervezésére és alkalmazására.   *Szakmai szerepvállalás és elkötelezettség:*   * Figyelembe veszi a tanulók egyéni sajátosságait, személyes példájával és a közösségi viszonyok szervezésével hozzájárul ahhoz, hogy a tanulók nyitottá váljanak a sporttevékenységekben, és ezen keresztül a demokratikus társadalomban való aktív részvételre * Új tanítási módszereket és eljárásokat dolgoz ki, tudományos eszközöket alkalmaz. * A különleges bánásmódot igénylő tanulóknál adekvátan alkalmazza az atlétika fejlesztő hatásait. * Érzékeli az atlétika sportágban zajló változásokat, folyamatokat, a sporttudomány eredményeit saját gyakorlati tapasztalatával összhangban igyekszik hasznosítani.   ***A tantárgy főbb tematikai csomópontjai:***   * Futás: Térdelőrajt, vágtafutás: 100m.(13,3:15,6) * Ugrás: Távolugrás lépő technikával (480cm,380cm) * Dobás: Súlylökés becsúszással (9m-6kg:7m-4kg) * Képességszintek:60m, ötösugrás, kétkezes alsó dobás, 1000 ill.1500m lefutása     ***Követelmények, a tanegység teljesítésének feltételei:***   * Gyakorlati jegy megszerzéshez: * Térdelőrajt technikai bemutatása, * Távolugrás technikai bemutatása * Súlylökés technikai bemutatása * Képességszintek teljesítése legalább elégségesre (pontérték táblázat) * Zárthelyi dolgozat     ***Munkaformák:***   * gyakorlat, csoportmunka, | | |
| ***Kötelező irodalom:***   1. Polgár Tibor –Béres Sándor: Az atlétika története, technikája, oktatása, szabályai 2. http//:sek.nyme.hu/layous/1038/Sport/DVD/Atletika.html 3. 2.Koltai Jenő-Oros Ferenc: Az atlétika oktatása, SE TSK, Bp.2001. 4. 3.Koltai Jenő: Atlétika II., Sport, Bp.1980. 5. 4.Koltai Jenő-Takács László (szerk): Az atlétika oktatása, TF, Bp. 1990. 6. 5.Az atlétika versenyszabályai, MASZ honlap.   ***Ajánlott irodalom:***   1. Koltai Jenő-Szécsényi József (szerk): Az atlétikai versenyszámok technikája-Ugások, TF Bp. 1996. 2. .Koltai Jenő-Szécsényi József (szerk): Az atlétikai versenyszámok technikája-Dobások, TF Bp.1999 3. .Eckochmiedt Sándor: A dobások oktatásának előkészítése, az előkészítő dobásgyakorlatok technikája és oktatása, AISH. Bp. 1988.TF.Bp. 4. Takács László (szerk): Atlétika - Technika, oktatás, edzés, TF. Bp.1993. | | |
| **Tantárgyfelelős:** Kristonné Dr. Bakos Magdolna Csc. – főiskolai tanár;  **Oktatók:**  Dr. habil. Müller Anetta PhD – főiskolai tanár;  Seres János – főiskolai docens  Szalay Gábor – főiskolai docens; | | |