|  |  |
| --- | --- |
| **Tantárgy neve: A rekreáció elmélete és módszertana 1. NBT\_RE120G2** | **Kreditszáma: 2** |
| A tanóra típusa[[1]](#footnote-2): előadás és száma: **2** | |
| A számonkérés módja (koll. / gyj. / egyéb[[2]](#footnote-3)): **gyakorlati jegy** | |
| A tantárgy tantervi helye (hányadik félév): **1** | |
| Előtanulmányi feltételek *(ha vannak)*: | |
| **Tantárgy-leírás**: az elsajátítandó ismeretanyag és a kialakítandó kompetenciák tömör, ugyanakkor informáló leírása | |
| **Képzési cél:**  A hallgatókkal megismertetni a rekreáció helyét, célját, rendszertanát és felépítését. Megalapozott elméleti ismeretek elsajátítása a rekreációs szakterületen belül.  **Az elsajátítandó ismeretanyag tartalmi felépítése:**  A rekreáció eredete, megjelenése az ipari országokban, fogalom magyarázat;  Életmód – szabadidő – rekreáció kapcsolata;  A rekreáció felosztása;  A mozgásos rekreáció felosztása;  A szellemi rekreáció felosztása;  A rekreáció rendszertani felépítése;  A cooper-i egyensúlyi elv;  Várható élettartam, egészség, civilizációs betegségek;  Rekreáció képekben;  Lakóhelyünk rekreációs lehetőségeinek bemutatása.  **Kialakítandó kompetenciák:**  A rekreáció rendszertani ismerete;  Rekreációs gondolkodás;  Rekreációs tevékenységek körének ismerete. | |
| A **3-5** legfontosabb *kötelező,* illetve *ajánlott***irodalom** (jegyzet, tankönyv) felsorolása bibliográfiai adatokkal (szerző, cím, kiadás adatai, oldalak, ISBN) | |
| Fritz Péter: Mozgásos rekreáció. Bába Kiadó, Szeged, 2011. 469 p. ISBN: 978 963 9717 037  Szatmári Zoltán: Sport egészség életmód. Akadémia Kiadó, Bp. 2009.  Fehérné Mérey Ildikó: Mérd magad! Bp. 2006.  Pásztory Attila - Rákos Etelka: *Iskolai és népi játékok*. Bp.1992.  Miltényi Márta - Monspart Sarolta: *A futás csodálatos világa*. Bp.1990.  Losonci Ágnes: Ártó - védő társadalom. 1989. | |
| **Tantárgy felelőse** (*név, beosztás, tud. fokozat*)**: Fritz Péter PhD főiskolai docens** | |
| **Tantárgy oktatásába bevont oktató(k),** ha vannak(*név, beosztás, tud. fokozat*)**:**  **Honfi László PhD főiskolai tanár** | |

1. **Ftv. 147. §** *tanóra:* a tantervben meghatározott tanulmányi követelmények teljesítéséhez oktató személyes közreműködését igénylő foglalkozás (előadás, szeminárium, gyakorlat, konzultáció) [↑](#footnote-ref-2)
2. pl. évközi beszámoló [↑](#footnote-ref-3)