**MTN 1221L Rekreációs és szabadidős tevékenységek II.**

**Tantárgyi tematika és félévi követelményrendszer**

**Féléves tematika:**

1. **konzultáció:** Az outdoor sportok megjelenése a fejlett társadalmakban. Az extrémsportok. A szabadidős tevékenységek iskolai és iskolán kívüli szervezése és vezetése
2. **konzultáció:** A rekreációs tevékenységek iskolai és iskolán kívüli lehetőségei - Flow. Élményszerzés a szabadidős tevékenységek által.
3. **konzultáció:** Turisztikai attrakciók a mindennapos testnevelés szolgálatában. A sportturizmus. Gyakorlat: rövid, vagy hosszú (igény szerint) kerékpártúra: Nyíregyháza – Sóstógyógyfürdő turisztikai attrakcióinak megismerése, vagy Nyíregyháza – Tokaj kerékpártúra
4. **konzultáció:** ZH megírása, vizsgatételek

**A foglalkozásokon történő részvétel:**

* Az elméleti és 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: szóbeli, vagy írásbeli vizsga**

**Az értékelés módja, ütemezése:**

* írásbeli beszámoló

***A félévközi ellenőrzések követelményei:***

* Zárthelyi dolgozat megírása minimum 51% teljesítményre. A dolgozat 51% alatti teljesítménye a tantárgy félévi érvénytelenségét vonja maga után, vizsgára nem bocsátható.

**Félévi követelmény: kollokvium**

**Az értékelés módja, ütemezése:**

* vizsga típusa: szóbeli vizsga
* vizsgára bocsátás feltétele: év végi zárthelyi dolgozat megírása minimum 51%- (elégséges szint) – re, rövid gyakorlati foglalkozás (kerékpártúra) teljesítése
* ***A vizsgára bocsátás feltétele***:
* a dolgozat 51% alatti teljesítése a tantárgy félévi érvénytelenségét vonja maga után

***A kollokvium típusa***: szóbeli vizsga

A) Írásbeli vizsga anyaga: -

1. **Szóbeli vizsga témakörei:**

1./ Életmód

2./ Szabadidő

3./ Sport

4./ Rekreáció – Sportrekreáció

5./ Nemzetközi rekreáció történet

6./ Magyar rekreáció történet

7./ A rekreáció fajtái

8./ Rekreációs mozgalmak a II. Világháború után.(J.F. Kennedy, K. Adenauer)

9./ A Fitness

10./ A Wellness

11./ Flow. Élményszerzés az utdoorsportok segítségével napjainkban

12./ Az extrémsportok

13./ A turizmus alapfogalmai (látogató, kirándulók és átutazók, turista, beutazó turizmus, hazai turizmus, kiutazó turizmus, belső turizmus, nemzeti turizmus, nemzetközi turizmus)

14./ A turisztikai attrakciók és a sportturizmus hatása a mindennapos testnevelés feladatainak megvalósításához

15./ Szabadidős tevékenységek szervezése, vezetése iskolai és iskolán kívüli formában

16./ Sport táborok szervezése, vezetése

17./ A túrázás – táborozás egészségtana

1. **Az érdemjegy kialakításának módja:**
2. Az elégtelen Zárthelyi dolgozat és gyakorlati feladat nem teljesítése kizárja a szóbeli vizsgára történő feljelentkezés lehetőségét. Az érdemjegyet a Zárthelyi dolgozat értéke és szóbeli felelet értékének számtani átlaga határozza meg. Elégtelen szóbeli felelet esetén a számtani átlag nem határozható meg.
3. **Vizsgajegy csak a minimum elégséges félév végi (2) Zárthelyi dolgozat és a minimum elégséges (2) szóbeli vizsgafelelet, vagy írásbeli vizsga esetén adható.**