



Universiteit van Pretoria Jaarboek 2016

Oefentegniese en -programontwerp 357 (BGN 357)

Kwalifikasie

Voorgraads

Fakulteit

[Fakulteit Geesteswetenskappe](#)

Modulekrediete

15.00

Voorvereistes

Geen voorvereistes.

Kontaktyd

3 lesings per week

Onderrigtaal

Dubbelmedium

Akademiese organisasie

Sport- en Vryetystudies

Aanbiedingstydperk

Kwartaal 3

Module-inhoud

*Geslote – vereis departementele keuring In hierdie module word daar primêr gefokus op die ontwikkeling van soepelheid, spoed en krag. Verder word daar indringend gekyk na die verskillende oefenmetodes en -tegnieke, oefenfrekwensie en -volume, en periodisering van oefenprogramme.

Die inligting wat hier verskyn, is onderhewig aan verandering en kan na die publikasie van hierdie inligting gewysig word.. Die [Algemene Regulasies \(G Regulasies\)](#) is op alle fakulteite van die Universiteit van Pretoria van toepassing. Dit word vereis dat elke student volkome vertroud met hierdie regulasies sowel as met die inligting vervat in die [Algemene Reëls](#) sal wees. Onkunde betreffende hierdie regulasies en reëls sal nie as 'n verskoning by oortreding daarvan aangebied kan word nie.