TESTNEVELÉS MÜVELTSÉGI TERÜLET

# ZÁRÓVIZSGA TÉTELEK

1–6. osztály

1. A testnevelés célja és feladatai az általános iskola 1–6. osztályaiban, a pedagógus szerepe ezek megvalósításában. A 6–12 éves tanulók mozgásfejlődésének szakaszai, azok bemutatása az alapvető mozgásformák alapján.

Kulcsszavak: cél- és feladatrendszer, pedagógus, mozgásfejlődés, mozgástanulás

1. A testnevelés nevelési-oktatási-képzési tartalmai (tanterve: NAT, Kerettanterv, helyi tantervek, tanmenet, tanítási egység, tanóra). A létesítmény- és eszközrendszer szerepe a tanulók személyiségfejlesztésben. A motorikus, a kognitív, a pszichés és közösségi tulajdonságok összefüggései.

Kulcsszavak: tanterv, motórium, kognitív képességek, személyiség

1. A motorikus képességek jellemzői, felosztásuk, fejlesztésük folyamata, élettani sajátosságaik. A rendszeres mozgásos tevékenységek hatása a 6–12 éves tanulók szervezetének fejlődésére. Az ízületi mozgékonyság fejlesztésének lehetőségei.

Kulcsszavak: motoros képességek, fejlődés, fiziológiai változás

1. A kondícionális képességek rendszere, fejlesztési lehetőségek és a fejlesztés módszerei az általános iskola 1–6. osztályaiban. A motoros és pszichikus képességek kölcsönkapcsolatai, hatásuk a személyiségfejlesztésre.

Kulcsszavak: kondicionális képességek, erő, gyorsaság, állóképesség, életkori sajátosságok

1. A koordinációs képességek rendszere, fejlesztési lehetőségek és a fejlesztés módszerei az általános iskola 1–6. osztályaiban. Kölcsönhatások koordinációs képességek és a készség kialakulás (mozgástanulás) között.

Kulcsszavak: koordinációs képességek, kinesztézis, ügyesség, szenzitív életkor

1. A mozgásos cselekvésoktatás sajátosságai. A mozgástanulás (készség kialakítás) szerepe, szakaszai és jellemzői. A tanulást elősegítő módszerek és eszközök alkalmazása az 1–6. osztályban.

Kulcsszavak: mozgástanítás-tanulás, mozgástanulás szakaszai, képességek fejlesztése

1. A mozgásos játékok szerepe az általános iskola 1–6. osztályainak testnevelésében, a mozgásos cselekvéstanulásban, képesség- és személyiségfejlesztésben, az erkölcsi és jellembeli tulajdonságok formálásában.

Kulcsszavak: játék, mozgásos játék, játék szerepe a fejlesztésben

1. Az atlétika jellemzése, mozgásanyagának felosztása, rendszerezése. Az atlétika feladata, szerepe az általános iskolai testnevelés feladatainak megoldásában az 1–6. osztályban. Az atlétikai mozgások oktatásának módszerei az 1–6. osztályban.

Kulcsszavak: atlétika, képességfejlesztésben betöltött szerepe, természetes mozgásformák

1. A torna jellemzése, mozgásanyagának felosztása, rendszerezése. A torna mozgásanyagának specialitásai, szerepe az iskolai testnevelési feladatok megoldásában az általános iskola 1–6. osztályaiban. A torna mozgásanyagának oktatási módszerei.

Kulcsszavak: torna, mozgásfejlesztés, életkori sajátosságok

1. A sportjátékok feladata, szerepe az általános iskolai testnevelés 1–6. osztályaiban. A sportjátékok oktatásának módszerei. Egy választott sportjáték mozgásanyagának ismertetése, felosztása, rendszerezése. A választott sportjáték alapvető játékszabályai.

Kulcsszavak: sportjátékok, testnevelési játékok, labdás képességfejlesztés, kooperáció

1. Az úszás, úszó technikák és módszertanuk. Az úszás élettani hatáskiváltása. Az úszás szerepe, feladata az iskolai testnevelési feladatok megvalósításában az általános iskola 1–6. osztályaiban.

Kulcsszavak: vizes közeg, biomechanikai-élettani sajátosságok, úszástanítás életkori sajátosságai

1. A zenés-táncos mozgásformák és a küzdősportok jellemzése, mozgásanyagának felosztása, rendszerezése. Ezek feladata, szerepe és oktatásmódszertana az általános iskolai testnevelés feladatainak megoldásában az 1–6. osztályban.

Kulcsszavak: zenés-táncos mozgásformák, küzdősport, szerepe, oktatásmódszertan

1. A szabadidősport, a természetben űzhető sportok és a sportköri foglalkozások szerepe a személyiségfejlesztésben, az egészségfejlesztésben. A tevékenység fontossága az általános iskola 1–6. osztályaiban a gyermek biológiai, pszichológiai fejlődése szempontjából.

Kulcsszavak: sport szervezett és szabadidős keretek között, rekreáció, rendszeres fizikai aktivitás

IRODALOM:

Bejek K., Hamar P. (1999): Torna ABC, OKKER Kiadó, Budapest

Boronyai Zoltán, Király Tibor, Pappné Gazdag Zsuzsanna, Csányi Tamás (2015): Mozgásfejlesztés, ügyességfejlesztés mozgáskoncepciós megközelítésben. Testnevelés Módszertani Könyvek. Magyar Diáksport Szövetség, Budapest. ISBN 978-615-80090-8-9

Csányi Tamás, Révész László (2015): A testnevelés tanításának didaktikai alapjai. Középpontban a tanulás. Magyar Diáksport Szövetség, Budapest. ISBN 978-615-5518-01-0

Csányi Tamás, Révész László (2021): A testnevelés és sport oktatásának elmélete és módszertana. Középpontban a tanulás. Magyar Diáksport Szövetség , Budapest. ISBN 978-615-5518-17-1

Donát F., Hamza I., Molnár F., Vígh L. (1996): Torna az iskolában, TF, Budapest

Érdi-Krausz, Zs. (1995): Mindenki gyógytestnevelése, Budapest, FPI

Farkas Gy. (1988): Sporttorna; Tankönyvkiadó, Budapest

Farmosi I. (1999): Mozgásfejlődés. Dialóg-Campus Kiadó, Bp.

Gárdos, M., Mónus, A. (1992) : Gyógytestnevelés, Budapest, TF.

Hajduné László Zita (2014): Az atlétika mozgásanyagának oktatása kisiskoláskorban, szakmódszertani kézikönyv 6-10 éves gyermekek képzéséhez, Pécs: Virágmandula Kft., 978-615-5339-93-6

Hamar Pál (2011): Az iskolai tornaoktatás elmélete és módszertana, SE-TF tankönyv, Budapest

Harsányi, L. (2000): Edzéstudomány I. Dialóg Campus Kiadó, Budapest- Pécs.

Harsányi, L. (2001): Edzéstudomány II. Dialóg Campus Kiadó, Budapest- Pécs

Hirtz, P. – Hotz, A. – Ludvwig, G. (2004): Mozgáskompetenciák – egyensúlyozás. Dialóg Campus Kiadó, Budapest- Pécs.

<http://tesi.uni-eger.hu/hu/sporttud/e-jegyzet>

<http://www.tankonyvtar.hu/hu/tartalom/tamop425/0025_Kiraly-Szakaly-Mozgasfejlodes_es_a_motorikus_kepessegek_fejlesztese_gyermekkorban/ch07s02.html>

<http://www.tankonyvtar.hu/hu/tartalom/tamop425/0025_Kiraly-Szakaly-Mozgasfejlodes_es_a_motorikus_kepessegek_fejlesztese_gyermekkorban/ch07s02.html>

Istvánfi, Cs. (1986): Sportjátékosok edzése Sport, Budapest.

Király Tibor, Szakály Zsolt (2011): Mozgásfejlődés és a motorikus képességek fejlesztése gyermekkorban. Dialóg Campus Kiadó, Pécs.

Király Tibor, Szakály Zsolt (2011): Mozgásfejlődés és a motorikus képességek fejlesztése gyermekkorban. Dialóg Campus Kiadó, Pécs.

Kruber, Dieter (2015): Az atlétika oktatása tornateremben: módszertani segítség az atlétikai mozgások oktatásához a tornaterem adta keretek között [ford. Kőrösi Mercédesz, Rétsági Erzsébet], Budapest; Pécs: Dialog Campus, 2015

Miltényi Márta: A sportmozgások anatómiai alapjai. Sport Kiadó, Budapest, 1980.

Nádori L. – Derzsy B. – Fábián Gy. – Ozsváth K. – Rigler E. – Zsidegh M. (1999, 2005): Sportképességek mérése. Magyar Testnevelési Egyetem, Budapest.

Nádori L. (1992): Az edzés elmélete és módszertana. Tankönyvkiadó, Budapest.

Nádori L. (szerk.) (1986): Edzéstervezés. Sport, Budapest.

Polgár Tibor, Szatmári Zoltán (2009): Motoros képességek. NYME SEK, Szombathely.ű

Somogyiné Kuti, I.(1998): Gyógyúszás. Budapest. Flaccus Kiadó

Ursula Häberling-Spöhel (szerk.) (2003): 1008 torna játék és gyakorlat, Dialóg Campus, Pécs-Budapest

Vass Zoltán, Simonné Goschi Gabriella, Révész László, Boronyai Zoltán, Rétsági Erzsébet, Pignitzkyné Lugos Ilona, Csányi Tamás (2015): Egészség- és személyiségfejlesztő kézikönyv az iskolai testneveléshez. Magyar Diáksport Szövetség, Budapest. ISBN 978-615-80090-7-2

Virányi Anita (2013): A motoros képességek fejlesztésének módszertana. ELTE Bárczi Gusztáv Gyógypedagógiai Kar, Budapest.