**Testnevelő-edző szak**

**Záróvizsga tételek**

**(érvényes: 2017/18 tavaszi félév záróvizsga időszakától)**

**Az edző szakirányos hallgatóknak van egy plusz kérdés:**

* Saját sportág története, elmélete, gyakorlata, oktatása és edzése

**Minden testnevelő és edző szakos hallgatóknak (minkét szakiránynak)**

**1. tétel**

* Kultúra, testkultúra, műveltség, mozgásműveltség
* A mozgástanulás jellemzői
* Az atlétika jelentősége

**2. tétel**

* Egészség, fittség a fizikai aktivitásban
* Terhelés a testnevelésben, verseny- és szabadidősportban
* A torna jelentősége

**3. tétel**

* A testkultúra történeti jellemzői (ókor, középkor és az újkor) és szerepe napjainkban
* Nevelés, testi nevelés, egészségnevelés a testnevelésben és sportban
* Az úszás jelentősége

**4. tétel**

* A fogyatékkal élők sportja és a gyógytestnevelés jellemzői és szerepe
* A testnevelés és sport intézményi rendszere
* A zenés-táncos mozgásformák jelentősége

**5. tétel**

* A testgyakorlatok hatása a szervezetre: anatómiai és élettani rendszer alkalmazkodása
* Mindenki sportja (sport for all)
* A küzdősportok jelentősége

**6. tétel**

* A testgyakorlazok hatása a szervezetre: pedagógiai és pszichológiai alkalmazkodás
* Az olimpiai mozgalom
* A röplabda jelentősége

**7. tétel**

− A testgyakorlatok hatása a szervezetre: a keringési és légzési szervrendszer alkalmazkodása

− A testnevelő tanári és az edzői munka jellemzői és tevékenységkörei

− A kézilabda jelentősége

**8. tétel**

A testgyakorlatok hatása a szervezetre: a mozgatórendszer

Társadalmi igények a testnevelés, verseny- és szabadidősport területein

A kosárlabdázás jelentősége

**9. tétel**

− A koordinációs képességek szerkezete, összetevői

− Az erő megnyilvánulási formái és fejlesztése

* A labdarúgás jelentősége

**10. tétel**

− A mozgáskoordináció fejlesztése

− A gyorsaság megnyilvánulási formái és fejlesztése

* Szabadidős sportok jelentősége

**11. tétel**

* A kutatómunka jelentősége a sportszakmában
* Az állóképesség megnyilvánulási formái és fejlesztésének lehetőségei
* A nyári táborok szervezési és nevelési sajátosságai

**12. tétel**

* Az edzéstervezés sajátosságai
* Testnevelés, sport, szabadidősport jellemzői
* A téli táborok szervezési és nevelési sajátosságai

**13. tétel**

* Az atlétika története, versenyszámai, technikája, oktatása
* Az edzésterv felépítése, folyamata
* Teljesítmény tesztek és próbák a testnevelés, verseny- és szabadidősport területein

**14. tétel**

* A torna története, versenyszámai, technikája, oktatása
* A szervrendszerek, szervek szerepe a sportteljesítményben
* A testnevelő és az edző tudása és személyisége

**15. tétel**

* Az úszás története, versenyszámai, technikája, oktatása
* A testnevelés és sport kommunikációs eszközei és módszerei
* A kondicionális képességek rendszere

**16. tétel**

* A kézilabda története, versenyszámai, technikája, taktikája, oktatása
* Az egész életen át tartó sport jellemzői és lehetőségei
* A sportpszichológia helye és szerepe a sport és a tudományok rendszerében

**17. tétel**

* A kosárlabda története, versenyszámai, technikája, taktikája, oktatása
* Dopping
* A sportpedagógia helye és szerepe a sport és a tudományok rendszerében

**18. tétel**

* A labdarúgás története, versenyszámai, technikája, taktikája, oktatása
* Nevelési módszerek a testnevelésben és sportban
* A sportszociológia helye és szerepe a sport és a tudományok rendszerében

**19. tétel**

* A röplabda története, versenyszámai, technikája, taktikája, oktatása
* Az egyéni sportok szerepe az iskolában és a szabadidősportban
* Az edzéselmélet helye és szerepe a sport és a tudományok rendszerében

**20. tétel**

* Az ütős sportágak története, versenyszámai, technikája, taktikája, oktatása
* A csapatjátékok szerepe az iskolában és a szabadidősportban
* A terhelésélettan helye és szerepe a sport és a tudományok rendszerében

**21. tétel**

* A küzdősportok története, versenyszámai, technikája, taktikája, oktatása
* A sport személyiségfejlesztő hatása és lehetőségei
* A biomechanika alkalmazásának lehetőségei a testnevelésben és sportban

**22. tétel**

* Az RG, tánc és aerobik története, versenyszámai, technikája, oktatása
* Sporteszközök és létesítmények szerepe a testnevelésben és sportban
* A sport helye és szerepe az Európai Unió intézményrendszerében

**23. tétel**

* A szabadidős sportok története, versenyszámai, technikája, oktatása
* A kondícionális képességek energetikai alapjai
* A táborozás és túravezetés elméleti ismeretei, megjelenési formái

**24. tétel**

* A testnevelési és népi játékok szerepe és jelentősége a testnevelési és sportfoglalkozásokon
* A mozgásfejlődés jellemzői
* Stratégia és taktika a testnevelésben és sportban

**25. tétel**

* Testgyakorlatok, testgyakorlás, testedzés
* Oktatásmódszertani jellemzők a testnevelésben és sportban
* Teljesítőképesség és teljesítőkészség a sportban

**IRODALOMJEGYZÉK**

1. Bácsalmási G. , Bácsalmási L.: Tanulj meg kosárlabdát tanítani! 2005, Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar
2. Barton J. : Biomechanika. 2001, Nemzedékek tudása Tankönyvkiadó
3. Biróné Nagy E.: Sportpedagógia. 2004, Dialóg Campus Kiadó-Nordex Kft.
4. Benedek E. , Pálfai J.:600 labdarúgó edzésjáték. 1997, Trio Produkció
5. Both J.: A futball egy nagy játék. I-III. kötet, 1999, Both és Társa BT. Kiadó, Budapest- Herminamező
6. Budavári Á.: Sportpszichológia. 2007, Medicina Könyvkiadó Zrt.
7. Delavier F.: Sportanatómia. 2014, Semmelweis Kiadó és Multimédia Stúdió
8. Farkas Gy.: Sporttorna. 2003, Papír-Press Egyesülés
9. Garamvölgyi M.: A röplabdázás technikája és taktikája. 1996, Magánkiadás
10. Honfi L.: Tornaszaknyelv. 2004, Dialóg-Campus Kiadó.
11. Horváth J., Juhász I., Németh A., Mocsai L.: Kézilabda. 2004, Papirusz Duola Kiadó
12. Josip L.: Fejezetek a testkultúra történetéből. 2008, Forum Könyvkiadó
13. Király T., Szakály Zs.: Mozgásfejlődés és a motorikus képességek fejlesztése gyermekkorban. 2011, Dialóg Campus Kiadó-Nordex Kft.
14. Makszin I.: A testnevelés elmélete és módszertana - Testnevelés és sport. 2014, Dialóg-Campus Kiadó.
15. Metzing M.: Gimnasztika. 2010, Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF).
16. Nagykáldi Cs.: Küzdősportok elmélete. 2002, Egyetemi tankönyv. Budapest, Computer Arts Kiadó
17. Nyerges M., Petróczi A.: Sportmenedzsment alapjai. 2007, Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar
18. Polgár T.: Az atlétika története, technikája, oktatása, szabályai. 2011, Dialóg Campus Kiadó-Nordex Kft.
19. Polgár T., Béres S.: Az atlétika története, technikája, oktatása, szabályai. 2011 , Dialóg-Campus Kiadó.
20. Radák Zs.: Edzésélettan. 2016
21. Ránky M.: Játék a kosárlabda, a kosárlabda játék. 1999, Pauz-Westermann
22. Rétsági E., H. Ekler J., Nádori L., Woth P., Gáspár M., Gáldi G., Szegnerné Dancs H.: Sportelméleti ismeretek. 2011, Dialóg-Campus Kiadó.
23. Szakall J.:Táborozás - Hasznos tudnivalók táborszervezőknek. 2012, Marczibányi Téri Művelődési Központ
24. Tóth Á.: Az úszás tankönyve. 2008, Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar, Budapest
25. Wolfgang B.: A sport kultúrtörténete. 2014, Corvina.