

EDZŐ ALAPKÉPZÉSI SZAK

FELVÉTELI VIZSGAKÖVETELMÉNY

Maximálisan elérhető pontszám:

Biológia írásbeli	50 pont
Sportági elmélet szóbeli	30 pont
Sportági elmélet írásbeli	30 pont
Sportági gyakorlat	90 pont
Összesen	200 pont

Általános szabály

Bármely tudásterületen – biológia írásbeli, sportági elmélet és gyakorlat – elért „0” pontszám kizárja a sikeres felvételt, így a képzésre való bekerülés lehetőségét.

A felvételi vizsga alól mentesül az a jelentkező, aki a Nemzetközi Olimpiai Bizottság által szervezett Olimpiai Játékokon, Világbajnokságon vagy Európa Bajnokságon sportolóként vagy edzőként atlétikai sportágban legalább 12. helyezést ért el.

A felvételi vizsga sportági gyakorlati része alól mentesül az a jelentkező, aki a Nemzetközi Olimpiai Bizottság által szervezett Olimpiai Játékokon, Világbajnokságon vagy Európa Bajnokságon sportolóként vagy edzőként atlétikai sportágban részt vett.

Az eredményeket a Magyar Atlétikai Szövetség által kiállított igazolással kell dokumentálni.

BIOLÓGIA ÍRÁSBELI

A Biológia tárgy felvételi követelményei a középiskolában oktatott élettani ismeretek alapján – a Sporttudományi Intézet által – összeállított írásbeli teszt, melynek minimálisan 50%-os teljesítése esetén érhet el pontot a Felvételiző.

Biológia tantárgy felvételi témakörei:

A keringési rendszer
A kiválasztó rendszer
A vázrendszer és a mozgató rendszer
A szaporító szervrendszer
Az immunrendszer
A légzési rendszer
Az idegrendszer

Az emésztőrendszer
A hormonális rendszer
Érzékszerveink
Az ember létfenntartó szervei és működésük
Az életműködések szabályozása
Genetika

Javasolt szakirodalom:

<http://tudasbazis.sulinet.hu/hu/termesztudomanyok/biologia/emberi-test>

ATLÉTIKA

A sportági elmélet szóbeli (30 pont) és írásbeli (30 pont) vizsga témakörei:

1. Az atlétika rövid történeti áttekintése
2. Futások
3. Ugrások
4. Dobások
5. Gyaloglás
6. Többpróba
7. Olimpiai atlétikai versenyszámok
8. Atlétikai szabályok
9. Magyar- és világcsúcsok
10. Sportképességek fejlesztése

Irodalom

- Atlétikai versenyszabályok: (2014) Masz, Bp.
- Fejes Z.: (1978) Korszerű edzés az atlétikában. Bp.
- IAAF – MASZ (2011): Az atlétikai Futás, Ugrás, Dobás. MASZ Bp.
- Koltai J. – dr. Nádori L.: Sportképességek fejlesztése
- Koltai J. – Oros F. (szerk.): (2004) Az atlétika oktatása. SE-TSK, Bp.
- Koltai J. – Szécsényi J. (szerk.) (1996): Az atlétika versenyszámai UGRÁSOK. TF, Bp.
- Koltai J. – Szécsényi J. (szerk.) (1998): Az Atlétika versenyszámai DOBÁSOK. TF, Bp.
- Koltai J. – Takács L. (szerk.): (1993) Az atlétika oktatása. TF, Bp.
- Koltai J.- Atlétika II.
- Koltai J.- Az atlétika oktatása
- Oros F.- (2005) Az atlétika versenyszámok technikája FUTÁSOK és gyaloglás. SE-TSK, Bp.

Gyakorlati követelmények (90 pont)

pont	férfi	nő
60 m síkfutás		
30	7,7	8,7
28	7,9	8,9
26	8,1	9,1
24	8,3	9,3
22	8,5	9,5
20	8,7	9,7
18	8,9	9,9
16	9,1	10,1
14	9,3	10,3
12	9,5	10,5
10	9,7	10,7
8	9,9	10,9
6	10,1	11,1
4	10,3	11,3
2	10,5	11,5

pont	férfi	nő	férfi	nő
	távolugrás		magasugrás	
15	600	460	160	140
14	590	450	158	138
13	580	440	156	136
12	570	430	154	134
11	560	420	152	132
10	550	410	150	130
9	540	400	148	128
8	530	390	146	126
7	520	380	144	124
6	510	370	142	122
5	500	360	140	120
4	490	350	138	118
3	480	340	136	116
2	470	330	134	114
1	460	320	132	112

pont	férfi	nő	férfi	nő
	súlylökés		gerelyhajítás	
	6.00 kg	4,00 kg	800 g	600 g
15	9,00 m	8,00 m	40 m	40 m
14	8,80 m	7,80 m	38 m	38 m
13	8,60 m	7,60 m	36 m	36 m
12	8,40 m	7,40 m	34 m	34 m
11	8,20 m	7,20 m	32 m	32 m
10	8,00 m	7,00 m	30 m	30 m
9	7,80 m	6,80 m	28 m	28 m
8	7,60 m	6,60 m	26 m	26 m
7	7,40 m	6,40 m	24 m	24 m
6	7,20 m	6,20 m	22 m	22 m
5	7,00 m	6,00 m	20 m	20 m
4	6,80 m	5,80 m	18 m	18 m
3	6,60 m	5,60 m	16 m	16 m
2	6,40 m	5,40 m	14 m	14 m
1	6,20 m	5,20 m	12 m	12 m

EGÉSZSÉGÜGYI ALKALMASSÁG IGAZOLÁSA

Motoros alkalmassági vizsgához és az edző szak gyakorlati vizsgájához

A jelentkező neve:	
Születési dátuma:	
Anyja születési neve:	

A HÁZIORVOS IGAZOLÁSA

Igazolom, hogy fent nevezett – ismereteim szerint – olyan krónikus betegségben nem szenved, olyan egészségügyi rendellenességei nincsenek, amelyek a fokozott fizikai terheléssel, sporttevékenységgel is járó, gyakorlati felsőoktatási tanulmányok elvégzésében gátolnák. Igazolom, hogy nevezett jelenleg egészséges, a motoros gyakorlati vizsgán való részvételét akadályozó egészségügyi okról nincs tudomásom.

Kelt:

P.H.

.....
orvos/háziorvos aláírása

NYILATKOZAT

Alulírott kijelentem, hogy tudomásom szerint nem szenvedek olyan betegségben, illetve nincs olyan egészségügyi rendellenességem, amely a fokozott fizikai terheléssel, sporttevékenységgel járó, gyakorlati felsőoktatási tanulmányok elvégzésében gátolnának.

Kelt:

.....
a jelentkező aláírása

**Egészségügyi lap benyújtása nélkül a jelentkező az alkalmassági vizsgát
nem kezdheti meg!**