



2023/24. tanév II. félév

Intézet neve: DE Sporttudományi Koordinációs Intézet

Szak megnevezése: Osztatlan testnevelő tanári szak

Tagozat: nappali

Specializáció megnevezése: nincs

Félév: 4. félév

Tantárgy neve, Neptun-kódja: LABDARÚGÁS ÉS OM 1. (TSTLAO_0001)

Tantárgy óraszám: 2GY

Kreditértéke: 1

A tantárgy előkövetelménye: nincs

1. A KURZUS OKTATÓI:

CZÓBELNÉ MESTER KATA OLIMPIA

LENTE LAJOS

2. A KURZUS CÉLJA:

A labdarúgás világának és történetének megismerése. A technika, a taktika és a játékhelyzetek alkalmazásához szükséges elméleti és gyakorlati alapismeretek elsajátítása. A labdarúgás elhelyezése az iskolai testnevelés anyagában. A sportág személyiségfejlesztő, közösségformáló erejének és motoros képességfejlesztő hatásának megismerése, a testnevelési órán és a tanórán kívüli sportfoglalkozásokon való alkalmazása, és ezek oktatására.

3. A KURZUS ÜTEMEZÉSE, TANANYAGA

időpont	téma	megjegyzés
1.	A félév követelményeinek ismertetése. Balesetvédelemi oktatás. A labdarúgás története és jellemzése	
2.	A labdarúgás játékszabályai. Utánpótlás játékszabályok	
3.	A labdarúgás technikai elemeinek felosztása. (Labdanélküli, labdás) Labdaérzékelés fajtái és oktatása, az utánpótlás játékok szerepe a labdarúgás oktatásában	



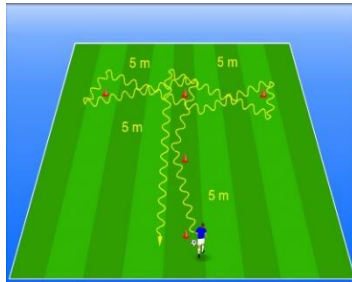
4.	Labdavezetés fajtái és oktatása, a szerep játékok használata a labdarúgás oktatásában	
5.	Cselezés fajtái és oktatása, 1:1 elleni játék.	
6.	Szerelés fajtái és oktatása, két játékos együttműködése támadásban, védekezésben (2-1, 2-2 elleni játék)	
7.	Írásbeli számonkérés, 3 játékos együttműködése támadásban (3-1 elleni játék)	
8.	Átadások, átvételek fajtái és oktatása 4 játékos együttműködése támadásban (4-2 elleni játék)	
9.	Rúgások, levételek fajtái és oktatása 3 játékos együttműködése védekezésben (6-3 elleni játék)	
10.	Fejelések fajtái és oktatása, 4 játékos együttműködése védekezésben (6-4 elleni játék)	
11.	A kapus védő és támadó technikája	
12.	Írásbeli számonkérés, gyakorlati bemutatás	
13.	Gyakorlati bemutatás	
14.	Javítási lehetőség	

4. FÉLÉVKÖZI ÉS VIZSGAKÖVETELMÉNYEK

Gyakorlati követelmények bemutatása a 12. - 13. héten. Minden feladatból 2 kísérlet megengedett, az érdemjegyhez a feladatok legalább elégséges szintű bemutatása szükséges.

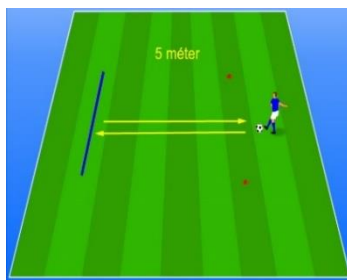


Szlabom labdavezetés (T-próba teszt labdával)



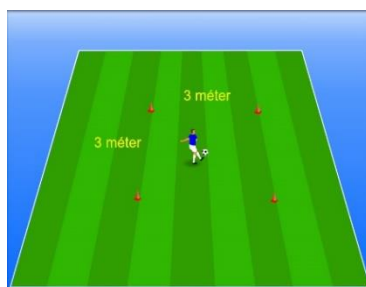
Nők:	5:	18,99-
	4:	20,99-19,00
	3:	22,99-21,00
	2:	24,99-23,00
Férfiak:	5:	14.99-
	4:	16,99-15,00
	3:	18,99-17,00
	2:	20,99-19,00

Átadás (labdapassz tornapadra – 30”)



Nők:	5:	12 db.
	4:	10 db.
	3:	8 db.
	2:	6 db.
Férfiak:	5:	16 db.
	4:	14 db.
	3:	12 db.
	2:	10 db.

Labdaemelgetés lábbal



Nők::	5:	15 db
	4:	12 db.
	3:	9 db.
	2:	6 db.
Férfiak:	5:	30 db.
	4:	25 db.
	3:	20 db.
	2:	15 db,

Kombinált gyakorlat



Az elemek (labdavezetés, cselezés, átadás, átvétel, kapura rúgás), helyes technikai végrehajtásának osztályzása.



ELMÉLETI KÖVETELMÉNYEK

Zárthelyi dolgozat a 7. és 12. héten, az órákon tanultakból.

5. ÉRTÉKELÉS MÓDJA: gyakorlati jegy

Gyakorlati jegy kialakításának módja:

- az órákon való aktív részvétel, (10%)
- a félév elején ismertetett gyakorlati követelmények teljesítése, minden gyakorlati követelményt teljesíteni kell, minimum elégséges szinten, (40%)
- 2 zárthelyi dolgozat legalább elégséges szintű teljesítése (50%)

6. KÖTELEZŐ IRODALOM

- A labdarúgás játékszabályai 2018/19
http://dokumentumtar.mlsz.hu/02_Szabalyzatok/02_Labdarugas_uzemeltetesi_szabalyzatok/01_Versenyeztetesi_szabalyzatok/JSZ/A%20labdar%C3%BAg%C3%A1s%20j%C3%A1t%C3%A9kszab%C3%A1lyai%202018_19.pdf
- A labdarúgás játékszabályai 2019/20 Változtatások és pontosítások
https://bacs.mlsz.hu/adat/dokumentum/4711/dokumentumok/a-labdarugas-jatekszabaly-valtozasai-2019_20.pdf
- MLSZ OTP Bank Bozsik Program eljárási rend U6/7, U8/9 fesztivál 2019/2020
https://gyor.mlsz.hu/adat/dokumentum/4949/dokumentumok/bep-eljarasi-rend-bozsik-fesztivalok_-2019-2020.pdf
- MLSZ OTP Bank Bozsik Program eljárási rend U10/11, U12/13 fesztivál 2019/2020
https://gyor.mlsz.hu/adat/dokumentum/4948/dokumentumok/bep-eljarasi-rend-bozsik-tornak_-2019-2020.pdf
- Sisa Tibor (2018): Döntésképeség és kreativitás fejlesztése a labdarúgásban I., Sisa Tibor,

7. AJÁNLOTT IRODALOM

- MLSZ Edzőképző Központ: Labdarúgás gyerekeknek 5-7 éves korig, MLSZ, Budapest
- MLSZ Edzőképző Központ: Labdarúgás gyerekeknek 8-11 éves korig, MLSZ, Budapest
- MLSZ Edzőképző Központ: Labdarúgás gyerekeknek 12-13 éves korig, MLSZ, Budapest
- MLSZ Edzőképző Központ: Grassroots „C” munkafüzet, MLSZ, Budapest



- MLSZ Edzőképző Központ: UEFA C előadás jegyzet, MLSZ, Budapest
- Horst Wein (2013): Funino – Egy csodálatos játék gyerekeknek, MLSZ, Budapest
- Göltl Béla (2002): Labdarúgás lépésről lépésre. Magyar Sporttudományi Társaság, Budapest
- Bicskei Bertalan (2000): Utánpótlás labdarúgók felkészítése. Aréna kiadó. Budapest
- Mónus András (2001): Új kihívások a gyermek labdarúgásban. Budapest
- Gáborfalvi-Király-Kovács (2000): Ovisfocitól a focisuliig. KI-VA Bt. Győr
- Somodi László (2002): Mozgáskoordináció és gyorsaságfejlesztés. Budapest
- Coerver-W. (1983): Soccer fundamentals for players and coaches. Prentice Hall. Paramus, New Jersey 5-9.

8. EGYÉB INFORMÁCIÓK

Az oktatók elérhetősége:

Czóbelné Mester Kata: czobelne@sport.unideb.hu, Tel:+36 52 512 900 / 88153
4032. Debrecen, Böszörményi út 138., Kecskeméti János Sport Játékcarnok
(Böszörményi úti Campus), 1. emelet, iroda.

Lente Lajos: lente@sport.unideb.hu, Tel: +36 52 512 900 / 63209 44032.
Debrecen, Egyetem tér 1. Sporttudományi Oktatóközpont, földszint 024 iroda.

Debrecen, 2024. február 5.

A kurzussal és a követelmények teljesítésével kapcsolatos kérdésekben a Debreceni Egyetem Tanulmányi és Vizsgaszabályzata, valamint a Debreceni Egyetem Etikai Kódexe az irányadók.