



DE Sporttudományi Koordinációs Intézet

OSZTATLAN TESTNEVELŐ TANÁRSZAK

Tagozat:	nappali
Félév:	1.
Tantárgy neve, Neptun-kódja:	Kézilabdázás és OM III. TSTKEO_0003
Tantárgy óraszám:	2. Kreditértéke: 2.
A tantárgy előkövetelménye:	Kézilabdázás I-II.

1. A kurzus oktatói : Prof. Dr. Balogh László egyetemi tanár, Bíró Imre oktató

2. A kurzus célja:

A kézilabda csapatsport játék elemeinek módszertani elemeinek oktatása segítségével a hallgató képes legyen a kézilabda, valamint a testnevelés és sport tudományos és szakmai elméleteinek és összefüggéseinek megértésére, azok megfelelő gyakorlati alkalmazására, a munkájához szükséges szakirodalmak, tudományos háttérű kutatási eredmények értelmezésére, innovatív fejlesztésre, napi munkájába történő beépítésére.

Ismerje meg a pedagóguspálya sajátosságait, különösen a testnevelő tanárra vonatkozó elvárásokat, kötelességeket, szerepeket, feladatokat és jogokat az iskolán belül és kívül.

Sajátítsa el a mozgáshoz kapcsolódó helyes attitűdöket, a fizikailag aktív életmód élethosszig tartó jótékony hatásait önmagára és a tanítványaira tekintettel

Legyen képes mindig megfelelő szemlélettel, értékekkel, tudással, hozzáállással és kommunikációval a fizikai aktivitás megszerettetésére és az egészségtudatos aktív életvitel szokásrendszerének megalapozására, megerősítésére.

Tudja elősegíteni a tanulók közötti kommunikációt, tudja a véleménycserét ösztönözni, a tanulók vitakultúráját fejleszteni.

Tanulja meg elérni azt, hogy az eredményes tanulás és képességfejlesztés érdekében biztonságos, pozitív és motiváló tanulási környezet teremtsen.

Tanulja meg és legyen képes a tanulókkal, tanártársaival és a szülőkkal, iskolán kívüli sportszakemberekkel, a szakterületi képviselőkkel a kölcsönös tiszteleten és bizalmon alapuló kapcsolatteremtésre, együttműködési formák kialakítására. Képviseli álláspontját, képes másokat meggyőzni és ő maga is meggyőzhető.



3. A kurzus ütemezése, tananyaga

időpont	téma	megjegyzés
1.	A kurzus követelményeinek ismertetése. Alaphelyzetek, labdafogás, labdavezetés oktatásmódszertana.	
2.	Strandkézilabda szabályainak ismertetése, a speciális elemeinek és a játékhelyzeteinek gyakorlása, oktatásmódszertana.	
3.	A kézilabda – test előtti labdás kézzel azonos és ellentétes oldali, felső, vállmagas, alsó, pattintott, ívelt, csavart, pörgetett, test mögötti átadások oktatásmódszertana. A cselezés – labda nélküli indulócsel, labdával (induló, átadási, kapuralövési csel) oktatásmódszertana.	
4.	A kapura lövések oktatásmódszertana , talajról, felugrásos – labdás kézzel ellentétes, azonos és páros lábról történő – lövések.	
5.	Bedőléses, beugrásos, bevetődéses kapuralövések (szélső és beálló területéről, esések, gurulások, be-, kicsúszás) oktatásmódszertana.	
6.	Zárthelyi dolgozat I. - A zárások (elé állásos, mellé állásos, mögé állásos, kísérő elzárások) oktatásmódszertana,	
7.	Szakmai hét	
8.	Pót zárthelyi dolgozat; A sáncolás (talajon – felugrással, egykezes, kétkezes sánc) oktatásmódszertana - Védekező lábmunka, védőtevékenység, az ütközés (talajon – talajon, levegőben – talajon, levegőben – levegőben)) oktatásmódszertana.	
9.	Védekezési rendszerek – emberfogásos védekezési rendszer – oktatásmódszertana	
10.	Védekezési rendszerek – terület védekezési rendszer – oktatásmódszertana	
11.	Rendezetlen és rendezetlen védelem elleni támadás oktatásmódszertana Egyéni, csoportos indítások, vonalindítások, sávtartások, keresztmozgásos, befutásos indítások. Támadás területvédekezési, vegyes védekezési rendszer ellen, helytartással, keresztmozgásokkal	



12.	II. Zárthelyi dolgozat.	
13.	Pót zárthelyi dolgozat. Az oktatásmódszertan elvei alapján kézilabdázást előkészítő játékok gyakorlása	
14.	Kézilabda játék különböző elemekkel tarkítva	

4. Félévközi és vizsgakövetelmények

- Óralátogatás a TVSZ-ben meghatározottak szerint. Aktív, feladatorientált tevékenység.
- Az aláírás feltétele a félév során a zárthelyi dolgozat legalább elégséges (60%) osztályzatra történő megírása, amennyiben az első zárthelyi dolgozat sikertelen, pót ZH-ra van lehetőség egyszeri alkalommal a szorgalmi időszakban
- A megadott önálló otthoni feladatok eredményes, határidőre történő elkészítése (az első önálló feladat témaköre az 1. héten lesz ismertetve, a második önálló feladat témakörei a 3. héttől kezdődően kerülnek kihirdetésre)
- Sikeres, a kapott témának megfelelő, logikusan felépített vázlat alapján megtartott óra illetve edzés bemutatók, illeszkedő gyakorlatanyaggal társítva, szakmai, pedagógiai, pszichológia eszköztárral megtámogatva.

5. Értékelés módja: gyakorlati jegy

- A félév végén a hallgatók szóbeli vizsgán adnak számot a szerzett ismereteikről és az ott szerzett osztályzat alapján kapják meg a gyakorlati jegyet

6. Kötelező irodalom

- Kristóf-Gál-Csillag-Tóth (1992): Sportjátékok II. - Sportjátékok elmélete és módszertana – Kézilabdázás-Röplabdázás. Nemzeti Tankönyvkiadó. ISBN: 9789631945843
- Marczinka Zoltán Kézilabdázás Egy átfogó tanulmány a játékról. Kék Európa Stúdió (2014).
- Szabó József (2004): Kézilabdázás JGYF Kiadó Szeged, ISBN: 963 9167 82 7

7. Ajánlott irodalom

- Juhász - Kovács – Mocsai (2006): Sport kezdőknek- Kézilabda II. Papyrusz Duola



Kiadó, Budapest. ISBN: 9637452095

- Ökrös Cs., Páll T. (2009): Egyéni és csapatrész képzés a modern kézilabdázásban. Hazena Sport KKt. Gyal.

7. Egyéb információk

Az oktató elérhetősége:

biro.imre@sport.unideb.hu

Debrecen, 2026. szeptember 1.

Bíró Imre

.....
ügyvivő-szakértő

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