



2025/26. tanév

Intézet neve: DE Sporttudományi Koordinációs Intézet

Szak megnevezése: Edző alapszak

Tagozat: nappali

Specializáció megnevezése: nincs

Félév: 3.

Tantárgy neve: Sportági elmélet és gyakorlat III., EDZSEGY_0003

Tantárgy óraszám: 2 E + 4 GY

Kreditérték: 6

A tantárgy előkövetelménye: Sportági elmélet és gyakorlat I-II.

1. A KURZUS OKTATÓI: Prof. Dr. Balogh László, Bíró Imre

2. A KURZUS CÉLJA:

A kézilabda csapatsport játék elemeinek oktatása segítségével a hallgató / edzőjelölt képes legyen a testnevelés és a sportág tudományos és szakmai elméleteinek és összefüggéseinek megértésére, azok megfelelő gyakorlati alkalmazására, a munkájához szükséges szakirodalmak, tudományos háttérű kutatási eredmények értelmezésére, innovatív fejlesztésére, napi munkájába, az edzői tevékenységébe történő beépítésére.

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

Sajátítsa el a mozgáshoz kapcsolódó helyes attitűdöket, a fizikailag aktív életmód élethosszig tartó jótékony hatásait.

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

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

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

Képes lehessen a pszicho-motorikus képességek fejlesztésére és készségek kialakítására a testnevelés és a sport célorientált eszközrendszerén keresztül.



3. A KURZUS ÜTEMEZÉSE, TANANYAGA

időpont	téma	megjegyzés
1.	Elméleti óra: A kurzus követelményeinek ismertetése. Sportági balesetvédelmi oktatás. A korosztályos kézilabdaképzés 6-14 éves szinten. Szenzitív időszakok, élettani sajátosságok szerepe a képzésben, a képzési korosztályok általános és átfogó megközelítése és felosztása, Gyakorlati óra – sportági rávezető játékok	
2.	Elméleti óra: A korosztályos képzés nemzetközi áttekintése – különböző nemzetek felfogása, megközelítése, szemlélete és filozófiája a gyerekek képzése terén. Gyakorlati óra – ügyességi feladatok, sorversenyek,	
3.	Elméleti óra: 6-8 év közötti gyerekek képzése – felosztása 6–7 és 7–8 éves csoportokra, sajátosságok, technikai szint, kiemelt képzési szempontok, edzés módszertana. Gyakorlati óra – a korhoz kapcsolódó előkészítő játékok és feladatok.	
4.	Elméleti óra: 8-10 év közötti gyerekek képzése – felosztása 8–9 és 9–10 éves csoportokra, sajátosságok, technikai szint, kiemelt képzési szempontok, edzés módszertana. Gyakorlati óra – a korhoz kapcsolódó előkészítő játékok és feladatok.	
5.	Elméleti óra: 10-12 év közötti gyerekek képzése – felosztása 10–11 és 11–12 éves csoportokra, sajátosságok, technikai szint, kiemelt képzési szempontok, edzés módszertana. Gyakorlati óra – a korhoz kapcsolódó előkészítő játékok és feladatok.	



6.	Elméleti óra: 12-14 év közötti gyerekek képzése – felosztása 12–13 és 13–14 éves csoportokra, sajátosságok, technikai szint, kiemelt képzési szempontok, edzésmódszertana. Gyakorlati óra – a korhoz kapcsolódó előkészítő játékok és feladatok.	
7.	Őszi szünet	
8.	Elméleti óra: Vendég előadó meghívása – Terenyei Ákos az Egri Városi Sportiskola edzője – a 6-14 éves korosztályok felkészítése, képzési szempontjai. Gyakorlati óra – Vendég előadó meghívása – Terenyei Ákos az Egri Városi Sportiskola edzője a 6-14 éves korhoz kapcsolódó előkészítő játékok és feladatok.	
9.	Elméleti óra: 14-16 év közötti gyerekek képzése – felosztása 14–15 és 15–16 éves csoportokra, sajátosságok, technikai szint, kiemelt képzési szempontok, edzésmódszertana. Gyakorlati óra – a korhoz kapcsolódó előkészítő játékok és feladatok.	
10.	Elméleti óra: 17-18 év közötti gyerekek képzése – felosztása 16–17 és 17–18 éves csoportokra, sajátosságok, technikai szint, kiemelt képzési szempontok, edzésmódszertana. Gyakorlati óra – a korhoz kapcsolódó előkészítő játékok és feladatok.	
11.	Elméleti óra: Vendég előadó meghívása – Papp György a VASAS edzője – a 14-18 éves korosztályok felkészítése, képzési szempontjai. Gyakorlati óra – Vendég előadó meghívása – Papp György a VASAS edzője a 14-18 éves korhoz kapcsolódó előkészítő játékok és feladatok.	



12.	Elméleti óra: A korosztályos gyerekek kiemelt képzési szempontjainak összefoglalása. Gyakorlati óra – A korosztályos gyerekek képzési szempontjai alapján bemutatás.	
13.	Elméleti óra: Zárthelyi dolgozat. Gyakorlati óra A korosztályos gyerekek képzési szempontjai alapján bemutatás.	
14.	Elméleti óra: Pót zárthelyi dolgozat. (Ha szükséges.) A hallgatók által hozott videó anyagok megtekintése, elemzése. Gyakorlati óra A korosztályos gyerekek képzési szempontjai alapján bemutatás.	

4. FÉLÉVKÖZI ÉS VIZSGAKÖVETELMÉNYEK

Folyamatos, óránkénti gyakorlati bemutatás.

Folyamatos házi dolgozatok (önálló otthoni feladat a megadott szempontok szerinti elemek értékelésével) leadása – a következő órára

Zárthelyi dolgozat – 13. hét

5. ÉRTÉKELES MÓDJA : GYAKORLATI JEGY

Rendszeres óralátogatás. Aktív, feladatorientált tevékenység.

A megadott önálló otthoni feladatok eredményes, határidőre történő elkészítése.

Sikeres zárthelyi dolgozat megírása (sikertelen zárthelyi dolgozat esetén a hallgató pót zárthelyi dolgozatot köteles írni!).

A félévzáró zárthelyi dolgozat eredménye 25 %-ban, az önálló otthoni feladatok 25 – 25 % és a gyakorlati bemutatás 25%-ban érvényesül a gyakorlati jegy kialakításában.

6. KÖTELEZŐ IRODALOM

1. Juhász I., Dr. Marczinka Z., Dr. Ökrös Cs., Papp Gy., Varga J., Zsiga Gy. (2017): Korosztályos képzési kézikönyv (K.K.K.) MKSZ-NEK, Kék Európa Stúdió, Bp.
2. Juhász I., Kovács L., Papp Gy., Zsiga Gy. (2014) KÉZILABDA Módszertani kézikönyv a 6-14 éves korosztály képzéséhez Magyar Kézilabda Szövetség



7. AJÁNLOTT IRODALOM

Ökrös Cs., Páll T. (2009): Egyéni és csapatrész képzés a modern kézilabdázásban.

Hazena Sport KKt. Gyal.

Utánpótlás bajnokságok versenykiírása és versenyszabályai (2017) MKSZ

3. Marczinka Zoltán Kézilabdázás Egy átfogó tanulmány a játékról. Kék Európa Stúdió (2014).

8. EGYÉB INFORMÁCIÓK

Az oktató elérhetősége:

biro.imre@sport.unideb.hu

Debrecen, 2025. szeptember 1.

Bíró Imre

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