



DEBRECENI EGYETEM

Sporttudományi Koordinációs Intézet

EDZŐ BSc

Tagozat: nappali

Félév: 3

Tantárgy neve, Neptun-kódja: Sportági elmélet és gyakorlat III. EDZSEGY_0003

Tantárgy óraszám: 2 elmélet+4 gyakorlati

Kreditérték: 6

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

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, köteleességeket, 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 – az északi országok: Norvégia, Dánia felfogása, megközelítése, szemlélete és filozófiája a gyerekek képzése terén. Gyakorlati óra – ügyességi feladatok, sorversenyek,	
3.	Elméleti óra: A korosztályos képzés nemzetközi áttekintése – Franciaország és Németország felfogása, megközelítése, szemlélete és filozófiája a gyerekek képzése terén. Gyakorlati óra – ügyességi feladatok, sorversenyek,	
4.	Elméleti óra: A korosztályos képzés nemzetközi áttekintése a déli országok: Spanyolország és a Dél-Szláv országok felfogása, megközelítése, szemlélete és filozófiája a gyerekek képzése terén. Gyakorlati óra – ügyességi feladatok, sorversenyek,	
5.	Korosztályi jellemzők, élettani sajátosságok, képzési lehetőségek 6 – 7 év közötti gyerekek képzése – sajátosságok, technikai szint, kiemelt képzési szempontok, edzés módszertana. Gyakorlati óra – a korhoz kapcsolódó előkészítő játékok és feladatok.	



6.	Elméleti óra: 7 – 8 év közötti gyerekek képzése – sajátosságok, technikai szint, kiemelt képzési szempontok, edzés módszertana. Gyakorlati óra – a korhoz kapcsolódó előkészítő játékok és feladatok.	
7.	Őszi szünet	
8.	Elméleti óra: 8 – 9 év közötti gyerekek képzése – sajátosságok, technikai szint, kiemelt képzési szempontok, edzés módszertana. Gyakorlati óra – a korhoz kapcsolódó előkészítő játékok és feladatok.	
9.	Elméleti óra: 9 – 10 év közötti gyerekek képzése – sajátosságok, technikai szint, kiemelt képzési szempontok, edzés módszertana. Gyakorlati óra – a korhoz kapcsolódó előkészítő játékok és feladatok.	
10.	Elméleti óra: ZH. írás a 6 – 10 éves korosztály képzési szempontjairól. 10 – 11 év közötti gyerekek képzése – sajátosságok, technikai szint, kiemelt képzési szempontok, edzés módszertana. Gyakorlati óra – a korhoz kapcsolódó előkészítő játékok és feladatok.	
11.	Elméleti óra: 11 – 12 év közötti gyerekek képzése – sajátosságok, technikai szint, kiemelt képzési szempontok, edzés módszertana. Gyakorlati óra – a korhoz kapcsolódó előkészítő játékok és feladatok.	
12.	Elméleti óra: 12 – 13 év közötti gyerekek képzése – sajátosságok, technikai szint, kiemelt képzési szempontok, edzés módszertana. Gyakorlati óra – a korhoz kapcsolódó előkészítő játékok és feladatok.	



	feladatok.	
13.	13 – 14 év közötti gyerekek képzése –sajátosságok, technikai szint, kiemelt képzési szempontok, edzés módszertana.	
	Gyakorlati óra – a korhoz kapcsolódó előkészítő játékok és feladatok.	
14.	Elméleti óra: Vendég előadó ZH. írás a 10 – 14 éves korosztály képzési szempontjairól	
	Gyakorlati óra – A 6 – 14 éves korosztály játéktára	

4. Félévközi és vizsgakövetelmények

Rendszeres óralátogatás. Aktív, feladatorientált tevékenység.

Folyamatos, az órákon történő gyakorlati bemutatás.

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

Zárthelyi dolgozat a 10. és a 14. hét

5. Értékelés módja : **gyakorlati jegy**

Sikeres zárthelyi dolgozatok megírása, legalább elégséges szinten (sikertelen zárthelyi dolgozat esetén a hallgató pót zárthelyi dolgozatot köteles írni!).

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

6. Kötelező irodalom

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.

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. Gyál.

Utánpótlás bajnokságok versenykiírása és versenyszabályai (2017) MKSZ



**DEBRECENI
EGYETEM**

SPORTTUDOMÁNYI KOORDINÁCIÓS INTÉZET

H-4002 Debrecen, Egyetem tér 1, Pf.: 400

Tel.: 52/512-900

<http://sportsci.unideb.hu/>

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

8. 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.