



2025/26. tanév II. félév

Intézet neve: DE Sporttudományi Koordinációs Intézet

Szak megnevezése: Osztatlan testnevelő tanári szak

Tagozat: nappali

Specializáció megnevezése: nincs

Félév: 4.

Tantárgy neve, Neptun-kódja: Kosárlabdázás és oktatásmódszertan II. TSTKOO_0002

Tantárgy óraszám: 28

Kreditértéke: 2

A tantárgy előkövetelménye: Kosárlabdázás és oktatásmódszertan I.

1. A KURZUS OKTATÓI: VARGA KATALIN

2. A KURZUS CÉLJA:

A hallgató ismerje meg a kosárlabdázás korszerű elméletét és gyakorlatát, az edzés és versenyzés módszertani elveit, eljárásait, szabályait. Sajátítsa el a kosárlabda alapvető mozgásanyagát, ismerje és alkalmazza a kosárlabda játékszabályait. A kosárlabda elméleti és gyakorlati anyagának elsajátítása biztosítson kellő alapot testnevelő tanári, vagy edzői munkájának sikeres elvégzéséhez. Legyen képes az iskolai versenyek szervezésével és rendezésével kapcsolatos feladatokat ellátni. Válgjon alkalmassá a kosárlabdázás sajátosságaiból adódó nevelési lehetőségek kihasználására. Legyen tisztában a kosárlabda játékszabályaival

3. A KURZUS ÜTEMEZÉSE, TANANYAGA

Időpont	Téma	Megjegyzés
1.	Büntető dobás, fektetett dobás, tempó dobás technikájának ismétlése Gyakorló feladatok	
2.	Kosárlabdázás szabályai, játékvezetői alapismeretek	
3.	Elszakadási módok, befutások Befutás oktatása	
4.	Elzárások fajtái, elzárások elleni védekezés Elzárások oktatásának módszertana	
5.	Egykezes alsódobás, horog dobás, egyéb kosárra dobási formák	
6.	Támadó/védő lepattanó megszerzése, kizárások	
7.	3x3 kosárlabdázás	



8.	Gyakorlási lehetőség	tavaszi szünet
9.	Emberfogásos védekezés alapelvei 5:5 elleni játékban	
10.	Terület védekezés alapjainak megismerése	
11.	Létszámazonos kis játékok változatos szabályokkal és területen	
12.	Speciális helyzetek	
13.	Kosárlabdázáshoz szükséges kondicionális és koordinációs képességek fejlesztésének lehetőségei	
14.	Gyakorlati bemutatás	

4. FÉLÉVKÖZI ÉS VIZSGAKÖVETELMÉNYEK

- **1 kosárlabda mérkőzés megfigyelése meghatározott feladattal a félév folyamán, Beadás határideje: 2026. május 14.**
- Feladat gyűjtemény összeállítása az órán végrehajtott feladatokból, meghatározott szempontok alapján. **Beadás határideje: 2026. május 14.**
- **Írásbeli dolgozatok legalább elégséges (2) szintű megírása**
- **Gyakorlati bemutatás:**
 - 10 szabályos büntetődobás végrehajtása, minimum 5 sikeres dobás
 - félpályáról labdavezetés, irányváltoztatás tetszőleges helyen és módon – 1 ütemű megállás – tempódobás
 - alapállás – labdavezetés – alsó egykezes dobás (pincér)
 - párban elzárás bemutatása: alapvonalról indulva pároslefutás, támadó térfélen a 3 pontos vonalnál, passzív védőnek elzárás adása (majd leválás), a labdás játékos az elzárást kihasználva betörést hajt végre, befejezés tetszőleges dobásformával
 - befutás bemutatása
- **az órákon való aktív részvétel, 2 hiányzás megengedett**

A félévi ALÁÍRÁS megszerzésének FELTÉTELE:

- minimum elégséges (2) érdemjegy minden gyakorlati feladat végrehajtására,
- a beadandók időben és megfelelő módon történő beadása
- a dolgozat minimum elégséges (2) érdemjegyre történő megírása
- órákon való aktív részvétel

5. ÉRTÉKELÉS MÓDJA :

A kollokviumi érdemjegy a gyakorlati jegyek, a dolgozat, beadandók valamint a



szóbeli vizsga eredményeinek összessége.

6. KÖTELEZŐ IRODALOM

1. Ránky Mátyás (1999.) : Játék a kosárlabda – a kosárlabda játék . (Pauz-Westermann Könyvkiadó Kft, Celldömölk)
2. Kosárlabdaedzők Világszervezetének -FIBA WBCA - Kézikönyve 1. Szint
3. MKOSZ technikai, taktikai kondicionális képzési és fejlesztési programja
<https://mkosz-szakmai.flexinform.hu/technikai-taktikai-kepesssegfejlesztes/bejegyzes>
4. Dylan Mrphy: Basketball Dictionary
5. <https://www.fiba.basketball/documents>

7. AJÁNLOTT IRODALOM

1. Horváth Zoltán (2010): Sport és játékmix (Szombathely)
2. Váry Péter (2012) 1006 kosárlabda játék és gyakorlat (Nordex Kft, Dialóg Campus Kiadó)
3. Nemzetközi Kosárlabda Játékszabályok 2023.
4. Zsolnay Gyöngyi: Dobb a kosárba (MKOSZ, 2013, Budapest)

8. EGYÉB INFORMÁCIÓK

Az oktató elérhetősége: vargakata@sport.unideb.hu

Debrecen, 2026. január 30.

Varga Katalin

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