



DE Sporttudományi Koordinációs Intézet

OSZTATLAN TESTNEVELŐ TANÁRSZAK

Tagozat: nappali

Félév: 3.

Tantárgy neve, Neptun-kódja: Kosárlabdázás és OM I. TSTKOO_0001

Tantárgy óraszám: 2GY

Kreditértéke: 2

A tantárgy előkövetelménye: nincs

1. A KURZUS OKTATÓI: VARGA KATALIN

2. A KURZUS CÉLJA:

A kosárlabda sportág megismerése. A hallgatók sajátítsák el azon elméleti és gyakorlati alapismereteket, amelyek a technika és taktika alkalmazásához szükségesek. A hallgatók szerezzenek jártasságot a sportág előkészítő játékaiban, alaptechnikai és taktikai elemeiben, ismerjék meg a sportjátékok nevelő-hatását, közösségformáló erejét. Ismerjék meg a kosárlabdázás helyét az iskolai testnevelés anyagában, valamint az oktatás szakmódszertani alapelveit, eljárásait. Ismerjék fel a kosárlabdázás és más labdajátékok mozgásanyaga közötti transzferhatásokat és azt tanítási gyakorlatuk során alkalmazni is tudják. Speciálisan felkészíteni a hallgatókat a sportág eredményes általános és középiskolai követelményeknek megfelelő oktatására az iskolai, iskolán kívüli és az egyesületi keretek között. Szerezzenek alapvető játékvezetői ismereteket és gyakorlottságot.

3. A KURZUS ÜTEMEZÉSE, TANANYAGA

időpont	téma	megjegyzés
1.	A kosárlabdázás története kialakulása, jellemzése A kosárlabdázás helye a világ sportjában Labdás ügyességfejlesztés	
2.	Alapállás, labdavezetés Alapvető játékszabályok	
3.	Megindulások, megállások, sarkazás, cselezés Védekezés a labda nélküli és a labdás támadón	



4.	Kosárlabdázást előkészítő játékok Egykezes dobás helyből, büntető dobás	írásbeli dolgozat
5.	Átadások állóhelyben Átadások mozgás közben	
6.	Fektetett dobás Védekezés szabályai, személyi hibák	
7.	Gyakorlási lehetőség	szakmai hét
8.	Fektetett dobás Védő lepattanó megszerzése, helyezkedés a védekezésben	írásbeli dolgozat
9.	Tempó dobás Védekezés a dobó játékoskal szemben	
10.	Tempó dobás Támadó és védő lepattanó szerzés	
11.	1:1 elleni játék Kondicionális képességek a kosárlabdázásban	írásbeli dolgozat
12.	Elfutások Befutások Védekezés az elfutások és befutások ellen	
13.	NAT, KET kosárlabda tananyaga 2:2 elleni játék	
14.	Gyakorlati bemutatás	

4. FÉLÉVKÖZI ÉS VIZSGAKÖVETELMÉNYEK

Aláírás feltétele: az órákon való aktív részvétel, hiányzás a TVSZ-ben meghatározottak szerint.



Írásbeli dolgozatok megírása, beadandók határidőben történő beadása, gyakorlati bemutatás a félév végén

Írásbeli dolgozat (számonkérés) a félév folyamán az elméleti és gyakorlati részek anyagából.

Feladat gyűjtemény összeállítása az órán végrehajtott feladatokból

Aktív részvétel az órákon, gyakorlatvezetés, játékvezetés.

Óravázlat elkészítése a megadott szempontok és sablon alapján

Gyakorlati bemutatás anyaga a félév végén:

- szlalom labdavezetésből fektetett dobás jobb és bal oldalról (elégséges (2) osztályzat eléréséhez sikeres dobást kell végrehajtani mindkét oldalról)
- labdavezetésből együtemű megállás, tempó dobás (jeles (5) osztályzat eléréséhez sikeres dobást kell végrehajtani)
- páros lefutás egész pályán, befejezés tetszőleges dobás formával (elégséges (2) osztályzat eléréséhez sikeres dobást kell végrehajtani)
- büntető dobás – 10 dobásból minimum 5 sikeres dobás

5. ÉRTÉKELÉS MÓDJA: GYAKORLATI JEGY

Gyakorlati jegy: a jegy az írásbeli dolgozatok, a gyakorlati bemutatás jegyeinek, a beadandó feladatok és az órákon nyújtott teljesítmény (aktív részvétel, tanítási gyakorlat) értékelésének összessége (minden részt minimum elégséges (2) osztályzatra kell teljesíteni)

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-kepesssegfejlesztas/bejegyzes>
4. Dylan Murphy: 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. Ernest Radjen- Rátgéber László (2024): Multipractice
4. <https://assets.fiba.basketball/image/upload/documents-corporate-fiba-official-rules-2026-v1-1.pdf>
5. Zsolnay Gyöngyi: Dobd a kosárba (MKOSZ, 2013, Budapest)

8. EGYÉB INFORMÁCIÓK

Az oktató elérhetősége: vargakata@sport.unideb.hu

Debrecen, 2026. szeptember 1.

Varga Katalin
testnevelő tanár

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