



DEBRECENI EGYETEM

Sporttudományi Koordinációs Intézet

EDZŐ BSc

Tagozat: nappali

Félév: 1.

Tantárgy neve, Neptun-kódja: Sportági elmélet és gyakorlat I.GT_AEDZSEGYN_0001

Tantárgy óraszám: elmélet+4 gyakorlat

Kreditérték: 6

A tantárgy előkövetelménye: nincs

1. A KURZUS OKTATÓI: Dr. habil. Nagy Ágoston

2. A KURZUS CÉLJA:

Az első félév az alapozás időszaka: az edző szerepe, döntéshozatal, kommunikáció, edzéstervezés és a kosárlabda technikai-taktikai alapjainak tanítása.

3. A KURZUS ÜTEMEZÉSE, TANANYAGA:

időpon t	téma	megjegyzés
1.	Edzői szerepek, vezetés, kommunikáció, motiváció.	Elméleti alapozás.
2.	Lassú és gyors gondolkodás, döntési helyzetek.	Kahneman feldolgozásához kapcsolódó munka.
3.	Edzéstervezés: célkitűzés, terhelés, gyakorlatválasztás.	Edzéstervezési alapok.
4.	Dinamikus bemelegítés és edzői szervezés.	Gyakorlati bemutatás.
5.	Labdavezetés, passz, átvétel és dobás technikai alapjai.	Technikai oktatás.
6.	Hármas mögül önpassz-átvétel-dobás; technikai leírás.	Gyakorlati feladat.
7.	Őszi szünet	
8.	Passz-befutás, elszakadás, labdabirtoklás.	Támadó mozgások.
9.	Spacing és passz utáni mozgás.	Játékhelyzetek.



10.	Dobóprogramok és dobástechnika.	Gyakorlati blokk.
11.	Edzésvezetés, visszajelzés és hibajavítás.	Edzésrész vezetése.
12.	U14/U16/U18 edzés- és mérkőzésmegfigyelés.	Megfigyelési szempontok.
13.	Videóelemzés, pontszerzési stratégia és szakmai elemzés.	Elemzési gyakorlat.
14.	Edzői filozófia, portfólió és félévi összegzés.	Komplex lezárás.

4. FÉLÉVKÖZI ÉS VIZSGAKÖVETELMÉNYEK

- 24 elméleti + 52 gyakorlati óra; maximum 30% hiányzás.
- A gyakorlati feladatok, beadandók és portfólió folyamatos ellenőrzése.
- Daniel Kahneman: Lassú és gyors gondolkodás – feldolgozás + 10 perces PPT.
- Pat Riley szakmai feldolgozása; karikás gyakorlatok gyűjtése és bemutatása.
- Kipörgetett labda dobásának biomechanikai elemzése és egy 2024. októberi mérkőzés részletes elemzése.
- Három szakmai elemzés: edzés-, mérkőzés-, valamint játékos/taktikai elemzés.
- Edzői filozófia első változata, mindennapos gyakorlatok videója, portfólió és gyakorlatgyűjtemény.
- 26 óra edzéstartás, versenyzés vagy edzéslátogatás.

5. ÉRTÉKELÉS MÓDJA

A félévi értékelés a gyakorlati követelmények, MKOSZ kérdőív, szabályismereti és szaknyelvi teszt, beadandók/portfólió/könyvbemutató, valamint az edzés- és mérkőzésmegfigyelés eredményeire épül. A forrás szerinti súlyok: 20% + 20% + 10% + 10% + 20% + 20%.

6. KÖTELEZŐ IRODALOM

- WABC / FIBA Coach Manual – Level 1.
- WABC / FIBA Coach Manual – Level 2.
- Dylan Murphy: Basketball Dictionary.
- MKOSZ Technikai–Taktikai–Kondicionális Képzési és Fejlesztési Program.
- Daniel Kahneman: Lassú gondolkodás, gyors gondolkodás.

7. AJÁNLOTT IRODALOM

- Lisa M. Nelson – Ron Logan – USA Basketball: Basketball Youth Development Guidebook.
- Morgan Wootten – Joe Wootten: Coaching Basketball Successfully.
- Giorgio Gandolfi: The Complete Book of Offensive Basketball Drills.
- Jason Mejeur: Blueprint of Building a K12 Program.
- Alessandro Magro: Develop the Players Through the Offensive System.
- Mike Krzyzewski: The Gold Standard: Building a World-Class Team.



- R. Thaler – C. S. Sunstein: Nudge.

8. EGYÉB INFORMÁCIÓK

Az oktató elérhetősége: nagoston@sport.unideb.hu

Debrecen, 2026. szeptember 1.

.....

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