



DE Sporttudományi Koordinációs Intézet

OSZTATLAN TESTNEVELŐ TANÁRSZAK

Tagozat: nappali

Félév: 5.

Tantárgy neve, Neptun-kódja: Mozgásfejlődés, -tanulás és -szabályozás

Tantárgy óraszám: 2 GY

Kreditértéke: 2

A tantárgy előkövetelménye: nincs

1. A KURZUS OKTATÓI: Arany Attila Csaba

2. A KURZUS CÉLJA:

A kurzus célja, hogy a hallgatók átfogó ismereteket szerezzenek a gyermekkori mozgásfejlődés folyamatáról és életkori sajátosságairól, a motorikus képességek fejlődéséről és fejlesztéséről, valamint a mozgástanulás és mozgásszabályozás alapjairól. A kurzus során megismerik a fundamentális mozgáskészségek kialakulását és egymásra épülését, valamint a tudatos, életkorhoz és egyéni fejlettséghez igazodó mozgásfejlesztés legfontosabb elveit.

3. A KURZUS ÜTEMEZÉSE, TANANYAGA

időpont	téma	megjegyzés
1.	Általános tájékoztató. A kurzus tárgyi követelményeinek ismertetése. A félév menetrendjének megvitatása. A mozgás és a motoros működés alapjai.	
2.	A mozgásfejlődés alapjai és törvényszerűségei. A mozgásfejlődés korszerű értelmezése: komplex és dinamikus rendszerek.	
3.	A mozgásfejlődés életkori folyamata.	
4.	A fundamentális mozgáskészségek rendszere és fejlődése.	
5.	Mozgáskonceptiók és az ügyesség fejlesztése.	



6.	A motorikus képességek rendszere.	
7.	Szakmai hét	
8.	Zárthelyi dolgozat. A mozgásfejlődés eltérései és a mozgásfejlesztés.	
9.	A mozgásszabályozás idegrendszeri és érzékelési alapjai.	
10.	Mozgástanulás.	
11.	A gyakorlás módszertana. A mozgástanulás és mozgásfejlődés egységes folyamata.	
12.	Terhelés, elfáradás és alkalmazkodás gyermekkorban. A mozgásfejlesztés gyakorlati módszertana.	
13.	Zárthelyi dolgozat	
14.	Pót / javító zárthelyi dolgozat	

4. FÉLÉVKÖZI ÉS VIZSGAKÖVETELMÉNYEK

Az aláírás feltétele az órán való aktív részvétel a TVSZ-ben meghatározottak szerint, továbbá a zárthelyi dolgozatok legalább elégséges szintű teljesítése (60%). Amennyiben a zárthelyi dolgozat sikertelen, pót zh-ra van lehetőség, egyszeri alkalommal, szorgalmi időszakban.

5. ÉRTÉKELES MÓDJA: Gyakorlati jegy

A szorgalmi időszakban történő zárthelyi dolgozatok során a hallgatók írásban adnak számot tudásukról. A gyakorlati jegy a zárthelyi dolgozatok átlagából képzett osztályzat.

6. KÖTELEZŐ IRODALOM

1. Az órán elhangzottak és a ppt-k.
2. Király Tibor – Szakály Zsolt: Mozdásfejlődés és a motorikus képességek fejlesztése gyermekkorban. Pécsi Tudományegyetem, TÁMOP-4.1.2.E-13/1/KONV-2013-0011

7. AJÁNLOTT IRODALOM

1. Boronyai Zoltán – Király Tibor – Pappné Gazdag Zsuzsanna – Csányi Tamás (2015): Mozdásfejlesztés, ügyességfejlesztés mozgáskonceptiós megközelítésben. Magyar Diáksport Szövetség, Budapest.



2. Vass Zoltán (2020): Mozgásfejlődés, mozgástanulás, mozgástanítás – Elméleti alapok és módszertani megfontolások.
3. Révész-Kiszela Kinga: Mozgásfejlődés-fejlesztés és mozgástanulás.

8. EGYÉB INFORMÁCIÓK

Az oktató elérhetősége: attila.arany@sport.unideb.hu

Debrecen, 2026. szeptember 1.

Arany Attila Csaba
tanársegéd

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