



2025/26. tanév II. félév

Intézet neve: DE Sporttudományi Koordinációs Intézet

Szak megnevezése: edző alapszak

Tagozat: nappali

Specializáció megnevezése: nincs

Félév: 4.

Tantárgy neve, Neptun-kódja: Sportági elmélet és gyakorlat, EDZSEGY_0004,

Tantárgy óraszám: 6 GY

Kreditértéke: 3

A tantárgy előkövetelménye: Sportági elmélet és gyakorlat I-III.

1. A KURZUS OKTATÓI: Dr. habil Biró Melinda

2. A KURZUS CÉLJA:

A kurzus célja, hogy a hallgatók szerezzenek elméleti és gyakorlati ismereteket a már korábban tanult úszásnemek oktatásmódszertanáról, valamint ismerjék meg a vízhez szoktatás gyakorlatcsoportját. Ismerjék meg az úszás szerepét a személyiségfejlesztésben, a testi-lelki egészség megőrzésében, megtartásában és az egészségtudatos magatartás kialakításában. Ismerjék meg az Úszó Nemzet Programot, valamint az úszásoktatás különféle szintereit. Cél, hogy képessé váljanak az úszásoktatásra, aktuális (általános iskolai, illetve egyéb szervezeti kereteken belüli) problémáit kezelni, megoldani. Modern eszközökkel, korszerű módszertani ismeretekkel legyenek képesek hatékonyan úszást oktatni.



3. A KURZUS ÜTEMEZÉSE, TANANYAGA

időpont	téma	megjegyzés
1.	A félév indítása, követelmények, a beadandó feladatok kritériumainak tisztázása. Az oktatási gyakorlat beosztása.	
2.	Az oktató (pedagógiai felkészültsége, kommunikációja) és a gyermek (személyisége, megfigyelése).	
3.	A mozgástanulás folyamata az úzásban, (mozgáskoordináció - mozgásintelligencia – mozgásműveltség)	
4.	A gyorsúzás oktatásának módszertana.	
5.	A mellúzás oktatásának módszertana	
6.	A pillangóúzás oktatásának módszertana	
7.	Vegyesúzás (fejlődésének történeti áttekintése, jellemzése, sajátosságai)	
8.	Tavaszi szünet	
9.	Ifjúságvédelem- problématerületek feltérképezése. Edzői viselkedés, szabályok, etika.	
10.	Tehetségkiválasztás – tehetséggondozás. A tehetség fogalma, jellemzői. A tehetség meghatározása. A tehetségmodelle.	
11.	Sportágválasztás ismérvei. Tehetség felismerés, tehetség kiválasztás, tehetséggondozás. A sportágválasztás indítékai. Beválás az úzásban.	
12.	Eredményességet meghatározó tényezők. A tehetségkritériumok.	



13.	Hallgatói előadások, beszámolók	
14.	Hallgatói előadások, beszámolók	

4. FÉLÉVKÖZI ÉS VIZSGAKÖVETELMÉNYEK

A kurzus sikeres teljesítéséhez oktatási gyakorlatot kell teljesíteni utánpótlás korosztálynál.

Kötelező részt venni a félév során a MUSZ által rendezett Edzői, vagy oktatói konferencián .

Részt kell venni min 1. úszóverseny szervezésében.

5. ÉRTÉKELÉS MÓDJA

Gyakorlati jegy.

6. KÖTELEZŐ IRODALOM

Tóth Ákos (2008) Az úszás tankönyve Budapest, ISBN: 9789637166945

Szabó-Rácz Petra, Bíró Melinda (2012): Az úszásnemek sorrendjének megválasztása az óvodai úszásoktatásban. ACTA ACADEMIAE PAEDAGOGICAE AGRISIENSIS NOVA SERIES: SECTIO SPORT 39: pp. 30-43. (2012)

Bíró Melinda, Bán Sándor, Tóth Ákos (2011): Életmentés, vízből mentés. Dialóg Campus Kiadó. Budapest. 130 p. ISBN 978-963-642-478-7

Bíró Melinda (2011): Uszodai sportok – Úszás, Víz alatti sportok, Mű- és toronyugrás, Vízilabda, Kajakpóló, Szinkronúszás, Aquafitness. Pécsi Tudományegyetem, Szegedi Tudományegyetem, Nyugat-Magyarországi Egyetem, Eszterházy Károly Főiskola, Dialóg Campus Kiadó-Nordex Kft., 2011. 203 p. ISBN 9789636424152

7. AJÁNLOTT IRODALOM

Bíró Melinda (2006): Az oktatási eszközök sokrétű alkalmazása az úszástanításnál: kisvízes vízhez szoktatás. Eger: Líceum Kiadó, 2006. 140 p. ISBN:963 9417 564

Melinda Bíró, László Révész, Péter Hidvégi (2015): Melinda Bíró (szerk.) Krisztina Kaló (ford.); Swimming Eger: EKC Líceum Press, 2015. 92 p. (ISBN:978-615-5297-70-0)

Bíró Melinda (2015): Vízi táborok szervezése vezetése, vízi sportok beépítése az oktatásba. In: Váczi Péter (szerk.) Szabadidősportok. 114 p. Eger: EKF Líceum Kiadó, 2015. pp. 54-76. (ISBN:978-615-5297-34-2)



Bíró Melinda (2015) Játékok vízben In: Bíró Melinda (szerk.) Mozgásos játékok. 144 p.
Eger: EKF Líceum Kiadó, 2015. pp. 112-144. (ISBN:978-615-5297-29-8)

8. EGYÉB INFORMÁCIÓK

Az oktató elérhetősége: Dr. Bíró Melinda biro.melinda@sport.unideb.hu

Debrecen, 2026. február 02.

Dr. habil. Bíró Melinda sk.
egyetemi docens

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