



DEBRECENI EGYETEM

Sporttudományi Koordinációs Intézet

EDZŐ BSc

Tagozat: nappali

Félév: 5.

Tantárgy neve, Neptun-kódja: Szakmai gyakorlat I. EDZGYAK_0001

Tantárgy óraszám: 112 óra gyakorlat

Kreditértéke: 4

A tantárgy előkövetelménye: nincs

1. A KURZUS OKTATÓI: Lenténé Dr. Puskás Andrea

2. A KURZUS CÉLJA:

Az V. félév a szakmai gyakorlat első szakasza. A hallgató a képzés során megszerzett elméleti és gyakorlati tudását valós környezetben kezdi alkalmazni.

A félév központi célja a megfigyelésből az asszisztensi szerepen keresztül a tudatos edzés tervezés és a részfeladatok vezetése felé történő szakmai fejlődés. A hallgató ebben a szakaszban még nem feltétlenül dolgozik teljes önállósággal; a vezetőedző/mentor szakmai irányítása mellett tervez, vezet és reflektál.

3. A KURZUS ÜTEMEZÉSE, TANANYAGA:

időpon t	téma	megjegyzés
1.	Hospitálás és edzésmegfigyelés U14–U18 korosztályokban.	Megfigyelési szempontok.
2.	Asszisztensi szerep a vezetőedző mellett.	Szervezési és kommunikációs feladatok.
3.	Edzésvezetés: célok, korosztály, terhelés.	Teljes edzés terv készítése.
4.	Edzésvezetés: bemelegítés és technikai blokk.	Részfeladat-vezetés.
5.	Taktikai feladatok oktatása és hibajavítás.	Mentori irányítással.
6.	Csoportirányítás, lezárás és értékelés.	Edzői kommunikáció.
7.	Sportolófejlesztés, differenciálás és motiváció.	Játékosmegfigyelés.



8.	Mérkőzésmegfigyelés és versenyfelkészítés alapjai.	Szakmai előkészítés.
9.	Videó- és statisztikai elemzés.	Fejlesztési következtetések.
10.	Sportolómegfigyelési lap és fejlődési értékelés.	Dokumentáció.
11.	Szervezési/adminisztratív feladatok sporteseményen.	Gyakorlati részvétel.
12.	Mentori konzultáció és szakmai visszajelzés.	Reflexiós munka.
13.	Portfólióépítés és kompetenciák bizonyítása.	Bizonyítékok rendszerezése.
14.	Félévi szakmai összegzés és önértékelés.	Átvezetés a VI. félév önálló működésébe.

4. FÉLÉVKÖZI ÉS VIZSGAKÖVETELMÉNYEK

- Jelenléti ív és szakmai gyakorlati napló.
- 5–10 teljes edzésterv és kapcsolódó szakmai indoklás.
- Hospitálási jegyzőkönyvek.
- Edzésrész-vezetési dokumentáció és mentorértékelés.
- Mérkőzés-, videó- és statisztikai elemzések.
- Sportolómegfigyelési lap és fejlődési értékelés.
- Reflexiós napló és szervezési feladat dokumentációja.
- A portfólióban minden fontos dokumentumhoz rövid szakmai reflexió.

5. ÉRTÉKELÉS MÓDJA

A félévi teljesítés a dokumentált tevékenységekre, a bemutatott szakmai kompetenciákra, a mentor visszajelzésére és a portfólióra épül. V. félév végi minimumkövetelmény, hogy a hallgató tudjon edzést tervezni, edzésrészt vezetni és szakmai elemzést készíteni. Az értékelés során nem pusztán a jelenléti óraszám, hanem a megszerzett és bizonyított kompetencia kerül előtérbe.

6. KÖTELEZŐ IRODALOM/ AJÁNLOTT IRODALOM

Sportáganként a sportági felelős adja ki.

7. EGYÉB INFORMÁCIÓK

Az oktató elérhetősége: lpandrea@sport.unideb.hu

Debrecen, 2026. szeptember 1.

.....



**DEBRECENI
EGYETEM**

SPORTTUDOMÁNYI KOORDINÁCIÓS INTÉZET

H-4002 Debrecen, Egyetem tér 1, Pf.: 400

Tel.: 52/512-900

<http://sportsci.unideb.hu/>

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