



2022/23. tanév

Intézet neve: DE Sporttudományi Koordinációs Intézet

Szak megnevezése: Osztatlan testnevelő tanári szak

Tagozat: nappali

Specializáció megnevezése: nincs

Félév: 4.

Tantárgy neve, Neptun-kódja: TSTKO_0002

Tantárgy óraszám: 2

Kreditértéke: 2

A tantárgy előkövetelménye: KOSÁRLABDÁZÁS 1.

A KURZUS OKTATÓI: VARGA KATALIN

1. A KURZUS CÉLJA: A hallgató ismerje meg a kosárlabdázás korszerű elméletét és gyakorlatát, az edzés és versenyzés módszertani elveit, eljárásait, szabályait. Sajátítsa el a kosárlabda alapvető mozgásanyagát, ismerje és alkalmazza a kosárlabda játékszabályait. A kosárlabda elméleti és gyakorlati anyagának elsajátítása biztosítson kellő alapot testnevelő tanári, vagy edzői munkájának sikeres elvégzéséhez. Legyen képes az iskolai versenyek szervezésével és rendezésével kapcsolatos feladatokat ellátni. Válgjon alkalmassá a kosárlabdázás sajátosságaiból adódó nevelési lehetőségek kihasználására. Legyen tisztában a kosárlabda játékszabályaival

2. A KURZUS ÜTEMEZÉSE, TANANYAGA

időpont	téma	megjegyzés
1.	Büntető dobás, fektetett dobás, tempó dobás technikájának ismétlése	
2.	Elszakadási módok, befutások	
3.	Elzárások fajtái, elzárások elleni védekezés	
4.	Egykezes alsódobás, horog dobás, egyéb kosárra dobási formák	



5.	támadó/védő lepattanó megszerzése, kizárások	
6.	emberfogásos védekezés/támadás alapjai 1.	
7.	emberfogásos védekezés/támadás alapjai 2.	
8.	területvédekezés és ellene való játék 1.	
9.	tavaszi szünet	
10.	területvédekezés és ellene való játék 2.	
11.	Játékrendszerek	
12.	Ismétlés, gyakorlás	
13.	Gyakorlati bemutatás	
14.	Játék	

3. FÉLÉVKÖZI ÉS VIZSGAKÖVETELMÉNYEK

- 1 kosárlabda mérkőzés megfigyelése meghatározott feladattal a félév folyamán, erről beadandó dolgozat készítése. Beadás határideje: 2023. április 30 .
- gyakorlati bemutatás a 13. oktatási héten:
 - 10 szabályos büntetődobás végrehajtása, minimum 4 sikeres dobás
 - félpályáról labdavezetés, irányváltoztatás – 1 ütemű megállás – tempódobás
 - alapállás – labdavezetés – alsó egykezes dobás (pincér)
 - párban elzárás bemutatása: alapvonalról indulva pároslefutás, másik térfélen a 3 pontos vonalnál, passzív védőnek elzárás adása (majd leválás), a labdás játékos az elzárást kihasználva betörést hajt végre, befejezés tetszőleges dobásformával
 - befutás bemutatása
- az órákon való aktív részvétel, 2 hiányzás megengedett
- a félévi ALÁÍRÁS megszerzésének FELTÉTELE: minimum elégséges (2) érdemjegy minden gyakorlati feladat végrehajtására, a beadandó időben és megfelelő



módon történő beadása.

4. ÉRTÉKELÉS MÓDJA: KOLLOKVIUM

A kollokviumi érdemjegy a gyakorlati jegyek, valamint a szóbeli vizsga eredményének összessége.

5. KÖTELEZŐ IRODALOM

Ránky Mátyás (1999.) : Játék a kosárlabda – a kosárlabda játék . (Pauz-Westermann Könyvkiadó Kft, Celldömölk)

Kristóf-Magyar-Gál (1999) Sportjátékok III.. – Kosárlabdázás, labdarúgás, felkészítés-versenyzés (Nemzeti Tankönyvkiadó ISBN: 9789631945843)

6. AJÁNLOTT IRODALOM

Horváth Zoltán (2010): Sport és játékmix (Szombathely)

Váry Péter (2012) 1006 kosárlabda játék és gyakorlat (Nordex Kft, Dialóg Campus Kiadó)

Nemzetközi Kosárlabda Játékszabályok 2017.

7. EGYÉB INFORMÁCIÓK

Az oktató elérhetősége: vargakata@sport.unideb.hu

+36 30 249 5068

Debrecen, 2023. január 26.

VARGA KATALIN
oktató



**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.*