|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Tantárgy neve: EDZÉSLÁTOGATÁS** | **Kódja: LBT\_TN105A0** | **Kreditszáma: 0** |
| A tanóra típusa[[1]](#footnote-1): gyakorlat és száma: **0** |
| A számonkérés módja (koll./gyj./egyéb[[2]](#footnote-2)): aláírás |
| A tantárgy tantervi helye (hányadik félév): **6**. |
| Előtanulmányi feltételek *(ha vannak)*: |
| **Tantárgyleírás**: az elsajátítandó ismeretanyag és a kialakítandó kompetenciák tömör, ugyanakkor informáló leírása |
| A tantárgy keretében a hallgatók szerezzenek elméleti ismereteket és gyakorlati tapasztalatot saját sportáguk edzésvezetésében, a tanszék által meghirdetett öt sportág valamelyikéből: atlétika, kézilabda, tenisz, röplabda, torna.Ismerjék meg az edzés pedagógiai és képzési folyamatát, a különböző edzésciklusok sportág-specifikus terhelését, a technikai- és taktikai képzést, a formaidőzítést és versenyzést, valamint a regenerálódást. Szerezzenek tapasztalatot az edzésvezetés módszertanából. Tanulmányozzák az edzés-kiegészítő lehetőségeket és módszereit. Lássák a kiválasztás gyakorlatát sportágukban. Ismerjék meg az edzés sajátosságait a kezdő sportolótól a versenyzővé válás folyamatában (gyermek, serdülő, ifjúsági, junior, felnőtt). Tapasztalják a tehetségekkel való bánásmódot. Készítsenek használható feljegyzéseket a látottakról. Szerezzenek jártasságot az edzések és versenyek videokamerás felvételében, valamin t szakmai elemzésében. Vegyenek részt alkalmanként sportágukban a Sportági szakszövetségük által rendezett gyakorlati, edzői továbbképzéseken. A félév során legalább két alkalommal nézzék meg sportáguk I. osztályú vagy nemzetközi szintű versenyeit. |
| A **3-5** legfontosabb *kötelező,* illetve *ajánlott* **irodalom** (jegyzet, tankönyv) felsorolása biblio­gráfiai adatokkal (szerző, cím, kiadás adatai, oldalak, ISBN) |
| 1. Nádori László: Az edzés elmélete és módszertana; MTE Bp. 1995.
2. Nádori László (szerk.): Edzéstervezés; Sport, Bp. 1986.
3. Nádori László (szerk.): A sportedzés, versenyzés új útjai; Sport, Bp.1988.
4. Harsányi László: Az edzés egy éven belüli szakaszai; OTSH-MTST, Bp. 1992.
5. Istvánfi Csaba: Edzéselmélet és módszertan; 1997.
 |
| **Tantárgy felelőse** (*név, beosztás, tud. fokozat*)**:** **Hajdú Pál – főiskolai docens** |
| **Tantárgy oktatásába bevont oktató(k),** ha vannak(*név, beosztás, tud. fokozat*)**:**a sportklub minden edzője |

1. **Ftv. 147. §** *tanóra:* a tantervben meghatározott tanulmányi követelmények teljesítéséhez oktató személyes közreműködését igénylő foglalkozás (előadás, szeminárium, gyakorlat, konzultáció) [↑](#footnote-ref-1)
2. pl. évközi beszámoló [↑](#footnote-ref-2)