|  |  |
| --- | --- |
| **Tantárgy neve: Labdajátékok 1. NBT\_RE114G2** | **Kreditszáma: 2** |
| A tanóra típusa[[1]](#footnote-2):gyakorlat és száma: **2** | |
| A számonkérés módja (koll. / gyj. / egyéb[[2]](#footnote-3)): **gyakorlat** | |
| A tantárgy tantervi helye (hányadik félév): **1.** | |
| Előtanulmányi feltételek *(ha vannak)*: | |
| **Tantárgy-leírás**: az elsajátítandó ismeretanyag és a kialakítandó kompetenciák tömör, ugyanakkor informáló leírása | |
| **A tantárgy célja:**  Rekreációs szemléletben ismerjék meg a hallgatók a két csapatjáték alapvető szabályait, technikai, taktikai elemeit, az oktatásuk módszereit, lépcsőit. Előtérbe helyezve a két sportág megszerettetését, mozgásanyagának alkalmazási lehetőségeit a rekreációs tevékenységekben.  **Az elsajátítandó ismeretanyag tartalmi felépítése:**  **Labdarúgás:**  Labdarúgás technikájának felosztása.  A játékszabályok.  A rúgások felosztása, technikája és oktatása.  Labdavezetés felosztása, technikája és oktatása.  A gömbérzék fejlesztés a labdarúgásban.„Cselező suli.“Játék.  A szerelések felosztása, technikája és oktatása.  Fejelések felosztása, technikája, oktatása.  Fejjel történő játékok alkalmazása.  A labdaátvételek felosztása, technikája, oktatása.  A kapustechnika felosztása, oktatása.  A támadás és a védekezés taktikája  Kispályás labdarúgás, a homokfoci, a futsal.  Más sportági játékok alkalmazási lehetőségei a labdarúgásban. Lábtenisz.  Gyakorlati követelmény labdarúgásból:  ***Nők részére:*** Dekázás (min 10)  ***Férfiak részére:*** Dekázás (min 20)  **Kézilabdázás:**  A sportág történetének áttekintése.  A játékszabályok ismertetése.  Betekintés a sportág hazai és nemzetközi versenyrendszerébe.  Kondicionális képességfejlesztés.  Kézilabdázás modellje, algoritmusa-a védekezés, támadás egysége. Labdás ügyességfejlesztő gyakorlatok végeztetése. Kézilabda játék egyszerűsített szabályokkal.  A labdafogás és elfogás oktatása játékos formában.  Átadások egy és két kézzel különféle alakzatokban.  Átadások gyakoroltatása játékokkal, játékos feladatokkal.  A labdavezetés oktatása, gyakoroltatása akadálypályán váltóverseny formájában.  Kapuralövések talajról felosztása, technikája és oktatása.  Kapuralövések felugrásból felosztása, technikája és oktatása.  A tanult technikai elemek gyakorlása, alkalmazása játék közben.  Gyakorlati követelmény kézilabdázásból:  Az alapvonaltól 12m-re elhelyezett két zsámolyból 5-5 labdát kell a felső sarkokban lévő célkeretbe, balról felugrásból - jobbról-talajról, lőni. Minimum 5 találat szükséges a technikai végrehajtás értékelhetőségéhez.  **Kialakítandó kompetenciák:**  A hallgatók ismerik a két csapatjáték alapvető szabályait, technikai, taktikai elemeit, az oktatásuk módszereit, lépcsőit. | |
| A **3-5** legfontosabb *kötelező,* illetve *ajánlott***irodalom** (jegyzet, tankönyv) felsorolása bibliográfiai adatokkal (szerző, cím, kiadás adatai, oldalak, ISBN) | |
| Ökrös Csaba, Páll Tibor: A védekezés oktatása a modern kézilabdázásban.Hazena Sport Kkt., Budapest,2010. 187 p. ISBN 978 963 9249 10 3.  Gerhard Bauer [ford. Voleszák Gábor]:Labdarúgás Cser, Budapest, 2008. 130 p. ISBN 978 963 9759 87 9.  Madarász István: A kézilabdázás játékszabályai és a játékvezetés. Magyar Kézilabda Szövetség, Budapest, 2005. 280 p.  Madarász István: A kézilabdázás játékszabályai és a játékvezetés. M. Kézilabda Szöv.Budapest, 2005. 280 p.  Kristóf László és mtsai: Sportjátékok II-III, Nemzetközi Tankönyvkiadó, Budapest, 1992.  Érvényben lévő labdarúgás és kézilabdázás szabálykönyv. | |
| **Tantárgy felelőse** (*név, beosztás, tud. fokozat*)**: Széles-Kovács Gyula főiskolai docens** | |
| **Tantárgy oktatásába bevont oktató(k),** ha vannak(*név, beosztás, tud. fokozat*)**:**  **Juhász Imre adjunktus, KopkánéPlachy Judit adjunktus** | |

1. **Ftv. 147. §** *tanóra:* a tantervben meghatározott tanulmányi követelmények teljesítéséhez oktató személyes közreműködését igénylő foglalkozás (előadás, szeminárium, gyakorlat, konzultáció) [↑](#footnote-ref-2)
2. pl. évközi beszámoló [↑](#footnote-ref-3)