

Tárgytematika / Course Description

Sportjátékok II. (labdarúgás+röplabda)

ESNB_STTM004

Tárgyfelelős neve /

Teacher's name: dr. Konczos Csaba

Félév / Semester: 2020/21/2

Beszámolási forma /

Assesment: Folyamatos számonkérés

Tárgy heti óraszám /

Teaching hours(week): 1/2/0

Tárgy féléves óraszám /

Teaching hours(sem.): 0/0/0

OKTATÁS CÉLJA / AIM OF THE COURSE

A hallgató ismerje meg és tudja alkalmazni a labdarúgás és a röplabdázás alaptechnikáit, egyes taktikai elemeit, alapszintű játékszabályait, legyen tájékozott a két sportág rekreációban betöltött szerepével.

TANTÁRGY TARTALMA / DESCRIPTION

- 1.hét Labdarúgás. Elmélet: a labdarúgás technikai és taktikai felosztása. Gyakorlat: labda nélküli és labdás technikai gyakorlatok, a már tanult természetes mozgások és játékelemek felhasználásával.
- 2.hét Elmélet: a belsővel való átadás oktatásmódszertana. Gyakorlat: átadás belsővel és annak változatai, oktatásmódszertana. Gyakorlása egyéni, páros és csoportos gyakorlatokban.
- 3.hét Elmélet: a teljes csüd kapura lövés oktatásmódszertana. Gyakorlat: a teljes csüd kapura lövés és annak változatai, oktatásmódszertana. Gyakorlása egyéni, páros és csoportos gyakorlatokban.
- 4.hét Elmélet: labdavezetések és annak változatai, oktatásmódszertana. Gyakorlat: labdavezetések egyéni, páros és csoportos gyakorlatokban.
- 5.hét " Elmélet: a taktika felosztása és alkalmazása a labdarúgásban. Gyakorlat: a taktika, az egyéni taktika - elfutások labda nélkül és labdával. Csapatrész- és csapattaktika: 1:1; 2:1; 2:2, 3:2, 3:3 elleni játék. Védekezés emberfogással és területvédekezéssel."
- 6.hét Elmélet: Játékrendszerek és taktikák összefüggései. Gyakorlat: különböző taktikai megoldások alkalmazása egyes játékszabályokban, játék közben.
- 7.hét Számonkérés
- 8.hét Röplabdázás. Elmélet: labda nélküli és labdás technika felosztása, rendszerezése. Gyakorlat: a labda nélküli és labdás technikai gyakorlatok, a már tanult természetes mozgások és játékelemek felhasználásával.
- 9.hét Elmélet: az alap kosárérintés oktatásmódszertana. Gyakorlat: az alap kosárérintés és annak változatai. Gyakorlása egyéni, páros és csoportos gyakorlatokban.
- 10.hét Elmélet: az alkarérintés oktatásmódszertana. Gyakorlat: az alkarérintés és annak változatai. Gyakorlása egyéni, páros és csoportos gyakorlatokban.
- 11.hét Elmélet: a felső ütőérintés és alsó egyenes nyitás, oktatásmódszertana. Gyakorlat: egyéni, páros és csoportos gyakorlatok alkalmazása. Egyenes leütés: a mozgássor gyakorlása labda és zsinór nélkül, majd zsinórnál tartott, illetve pontosan dobott labdából.
- 12.hét "Felső egyenes nyitás. a mozgás végrehajtása a labda megütése nélkül, egyénileg a fallal szemben a labda megütésével; párokban a zsinór/háló felett. A nyitás végrehajtása a zsinórtól növekvő távolságra és különböző nagyságú célterületre, az alapvonal különböző pontjairól."
- 13.hét Elmélet: taktikai gyakorlatok szerepe a támadásban és a védekezésben. Gyakorlat: támadási alapformák.

SZÁMONKÉRÉSI ÉS ÉRTÉKELÉSI RENDSZERE / ASSESMENT'S METHOD

Elméleti számonkérés: ZH dolgozat a játékszabályok ismeretéből. Gyakorlati bemutatás: Labdarúgás: labdaemelések váltott lábbal, félfordulat droppolással bólyakerülés, labdaátadás egyenes felületre, visszaérkező labda teljes csüd kapura lövése meghatározott célpontra. Röplabda: alapkosárérintés megadott területen és ismétlésszámmal. Alkarérintés párokban dobott labdával megadott ismétlésszámmal. Nyitás megadott területre és ismétlésszámban.

KÖTELEZŐ IRODALOM / OBLIGATORY MATERIAL

Kötelező irodalom

Götl Béla (2002): Labdarúgás lépésről lépésre. MSTT, Budapest. Kiss L. - Porubszky L – Tarnawa F. (1981): Röplabdázás, Sport Kiadó, Budapest. A SPORTJÁTÉKOK OKTATÁSÁNAK MÓDSZERTANI JAVASLATAI Szerzők: Gyöngyösi Zoltán, Meszler Balázs, Dr. Németh Zsolt, Paic Róbert http://www.tamopspor.ttk.pte.hu/tananyagfejleszt/sportjatekok_oktatasa. Kopkáné P. J. (2015): Labdajátékok Eszterházy Károly Főiskola Sporttudományi Intézet Eger, http://uni-eger.hu/public/uploads/labdajatek_55bf8fb2795b9.pdf

Ajánlott irodalom

Bacsó István – Götl Béla – Orosz Pál – Zalka András (1991): A labdarúgóedzés elmélete és módszertana. Sport, Budapest. Beckham, David (2008): Focisuli. Partvonal Könyvkiadó, Budapest. Bicskei Bertalan (1997): Utánpótláskorú labdarúgók felkészítése. Aréna 2000-Sportfutár, Budapest. Cseh Richárd (2013): A röplabdázás technikája alapfokon, magánkiadás, Pécs.
