



2022/23. tanév

Intézet neve:	DE Sporttudományi Koordinációs Intézet	
Szak megnevezése:	Osztatlan testnevelő tanári szak	Tagozat: nappali
Specializáció megnevezése:	nincs	
Félév:	1. félév	
Tantárgy neve, Neptun-kódja(i):	Kézilabdázás I. TSTKE_0001	
Tantárgy óraszám:	2 GY	kreditértéke: 1
A tantárgy előkövetelménye(i):	nincs	

- 1. A KURZUS OKTATÓ(I):** Prof. Dr. Balogh László, Bíró Imre
- 2. A KURZUS CÉLJA:** A kézilabdázás segítségével, módszeres oktatásával segítsük elő a csapatsportok megismerését. A hallgatók megtanulják azon alapismereteket, amely a technika és taktika alkalmazásához szükségesek. A kézilabdázás oktatásának módszertana. A kézilabdázás mozgásanyaga és az iskolai testnevelés kapcsolata
- 3. A KURZUS ÜTEMEZÉSE, TANANYAGA**

időpont	téma	megjegyzés
1.	A kurzus követelményeinek ismertetése. Sportági balesetvédelmi oktatás. A sportág története - egyéni feldolgozás kizárólag a Magyar Kézilabda Szövetség által felügyelt http://www.kezitortenelem.hu/ honlap adatai alapján. Jegyzőkönyv vezetési ismeretek. Képességek felmérése kétkapus játék közben. <u>Szabályismeret:</u> a játéktér, a labda.	
2.	Alaphelyzet, mozgások alaphelyzetben – technikája, oktatása, alkalmazása. A labda fogása, elfogása - technikája, oktatása, alkalmazása. <u>Szabályismeret:</u> játékosok, játék labdával	
3.	Labdavezetés - technikája, oktatása, alkalmazása. <u>Szabályismeret:</u> a lépés, a labdaleütés.	



4.	<p>Átadások - felosztása, technikája, alkalmazása. Kiemelt feladat: az egykezes felső átadás elsajátítása. <u>Szabályismeret:</u> a kezdődobás, a bedobás, a szabaddobás, a büntetődobás.</p>	
5.	<p>Cselezés - felosztása, technikája, oktatása, alkalmazása. Kiemelt feladat: a cselező tevékenység jelentőségének hangsúlyozása. <u>Szabályismeret:</u> a progresszív büntetések fajtái.</p>	
6.	<p>Kapura lövések távoli zónából, talajról - felosztása, technikája, oktatása, alkalmazása. Kiemelt feladat: a kidobó terpesz kialakítása. <u>Szabályismeret:</u> a játékvezetői jelzések.</p>	
7.	<p>Kapura lövések távoli zónából, felugrásból - felosztása, technikája, alkalmazása. Kiemelt feladat: a felugrásos lövés elsajátítása. <u>Szabályismeret:</u> magatartás az ellenféllel szemben.</p>	
8.	<p>Kapuralövések közeli zónából: esések, gurulások bedőlések, beugrások, bevetődések, - felosztása, technikája, oktatása, alkalmazása. Kiemelt feladat: az adott technikák végrehajtásához szükséges képességi feltételek kialakítása, a szükséges személyiségjegyek és érzelmi háttér megteremtése. <u>Szabályismeret:</u> a kidobás, a játékos csere, az edző.</p>	
9.	<p>Őszi szünet</p>	
10.	<p>Kapuralövések közeli zónából – szélső területéről: A játéktér sarkából, az alapvonalról, az oldalon-szabaddobás vonal találkozásától indulva, felső, kanyarított, pattintott lövések, ívelések.</p>	
11.	<p>Védekező lábmunka, védőtevékenység – felosztása, technikája, oktatása, alkalmazása. Kiemelt feladat: a labdás támadóval szembeni védekezés. <u>Szabályismeret:</u> létszám előny, létszám hátrány.</p>	
12.	<p>Támadó lábmunka - felosztása, technikája, oktatása, alkalmazása. Kiemelt feladat: a labda nélküli lendületszerzés kialakítása. <u>Szabályismeret:</u> támadó lépés hiba.</p>	



13.	Az ütközés - felosztása, technikája, oktatása, alkalmazása. Kiemelt feladat: az ütközés előkészítése különféle játékokkal. <u>Szabályismeret</u> védő szabálytalanság, támadó szabálytalanság	
14.	A sáncolás - felosztása, technikája oktatása, alkalmazása. Kiemelt feladat: a sáncolás és a labdaszerzés előkészítése különféle játékokkal. <u>Szabályismeret</u> : 7 - 6; 7 —5 elleni támadás lehetősége	

4. FÉLÉVKÖZI ÉS VIZSGAKÖVETELMÉNYEK

- Folyamatos, óránkénti gyakorlati bemutatás.
- Házi dolgozat (önálló otthoni feladat) leadása – 4. hét
- Házi dolgozat (önálló otthoni feladat) leadása – 10. hét
- Zárthelyi dolgozat – 13. hét

5. ÉRTÉKELÉS MÓDJA: gyakorlati jegy

A TANTÁRGY TELJESÍTÉSÉNEK FELTÉTELEI:

- Rendszeres óralátogatás. Aktív, feladatorientált tevékenység.
- A megadott önálló otthoni feladatok eredményes, határidőre történő elkészítése (az első önálló feladat témaköre az 1. héten lesz ismertetve, a második önálló feladat témakörei a 4. héten kerülnek kihirdetésre).
- Sikeres zárthelyi dolgozat megírása (sikertelen zárthelyi dolgozat esetén a hallgató szóban köteles beszámolni).
- A félévzáró zárthelyi dolgozat eredménye 25 %- ban, az önálló otthoni feladatok 25 – 25 % és a gyakorlati bemutatás 25% - ban érvényesül a gyakorlati jegy kialakításában.

6. KÖTELEZŐ IRODALOM:

Kristóf-Gál-Csillag-Tóth (1992): Sportjátékok II. - Sportjátékok elmélete és módszertana – Kézilabdázás-Röplabdázás. Nemzeti Tankönyvkiadó. ISBN: 9789631945843

Marczinka Zoltán Kézilabdázás Egy átfogó tanulmány a játékról. Kék Európa Stúdió (2014).

Szabó József (2004): Kézilabdázás JGYF Kiadó Szeged, ISBN: 963 9167 82 7

7. AJÁNLOTT IRODALOM



Juhász - Kovács – Mocsai (2006): Sport kezdőknek- Kézilabda II. Papyrusz Duola Kiadó, Budapest. ISBN: 9637452095

Marczinka Zoltán (1994): Kézilabdázás Egy átfogó tanulmány a játékról Trió Budapest Kiadó, Budapest, ISBN: 963 8142 06 5

Juhász - Kovács – Mocsai (2006): Sport kezdőknek- Kézilabda II. Papyrusz Duola Kiadó, Budapest. ISBN: 9637452095

8. EGYÉB INFORMÁCIÓK

Az oktató elérhetősége: biro.imre@sport.unideb.hu

Debrecen, 2022. augusztus 31..

Bíró Imre
oktató

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