



2020/21. tanév

Intézet neve: DE Sporttudományi Koordinációs Intézet

Szak megnevezése: Testnevelő osztatlan tanárszak

Tagozat: nappali

Specializáció megnevezése:

Félév: 2.félév

Tantárgy neve, Neptun-kódja: KÉZILABDÁZÁS II. TSTKE_0002

Tantárgy óraszám: 2GY

Kreditértéke: 2

A tantárgy előkövetelménye: A KÉZILABDÁZÁS I. kurzus sikeres teljesítése

1. A KURZUS OKTATÓI: Dr. Balogh László PhD. egyetemi docens

Bíró Imre

2. A KURZUS CÉLJA: a kézilabdázás segítségével, módszeres oktatásával segítsük elő a csapatsportok magasabb szintű megismerését. A hallgatók sajátítsák el azon elméleti és gyakorlati ismereteket, amely az alapvető technika és taktika elemek 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. Tájékoztató a kurzus teljesítésének, elfogadásának feltételeiről. A követelmények részletes ismertetése, Az elméleti és gyakorlati anyag számonkérés időtervének egyeztetése.	
2.	Az emberfogásos védekezés - alkalmazása, játék az emberfogásos védekezési formák ellen.	
3.	Páros, társas kapcsolatok a védekezésben. Kiemelt feladat: a belső védők kapcsolata, kapus - védők kapcsolata	
4.	Páros, társas kapcsolatok a támadásban. Kiemelt feladat: irányító - beálló; átlövő - beálló; irányító - átlövő kapcsolati viszonylatban	



5.	A területvédekezés - alkalmazása, játék a területvédekezési formák ellen. Kiemelt feladat elsajátítása: egymás melletti védők kapcsolata.	
6.	A tanult területvédekezési formák elleni támadás: húzás, súlypontképzés. Pozíciós és helycserés támadás és az ellene való védekezés.	
7.	Támadás rendezetlen védelem ellen. Kiemelt feladat elsajátítása: indítások formái és alkalmazásuk, védekezési lehetőségek. Gyakorlatok az indítások és a rendezetlen védelem elleni játékhoz.	
8.	Védekezés számbeli előnyben és számbeli hátrányban, támadás számbeli hátrányban és számbeli előnyben. Védekezés a különleges játék szituációkban - feldobás, szabaddobás, büntetődobás, stb.	
9.	A képességfejlesztés lehetőségei a kézilabdázásban. Kiemelt feladat elsajátítása: lövő-erő és vertikális láberő, valamint az állóképesség-fejlesztés területe az iskolás korosztálynál. Játékok a képességek fejlesztéséhez	
10.	Ügyességfejlesztés lehetőségei a kézilabdázásban. Kiemelt feladat: a testtartás javítása a a végtagok korrekt használata/használatossága érdekében	
11.	Az átlövő és átlövő-irányító játékos szerepe és feladatai. Gyakorlatok az átlövők és átlövő-irányítók képzéséhez	
12.	A szélső játékos szerepe és feladatai. Gyakorlatanyag a szélső játékosok képzéséhez.	
13.	A beálló játékos szerepe és feladatai. Gyakorlatok a beálló játékos képzéséhez	
14.	A kapus képzése és képességfejlesztése. A támadás gyors megszervezésének elvei és feladatai és az ellene való védekezés. Indítási gyakorlatok	

4. FÉLÉVKÖZI ÉS VIZSGAKÖVETELMÉNYEK

A gyakorlati órákon való aktivitás: minimum elégséges

A kézilabdázás technika és taktikai elemeinek bemutatása: minimum elégséges

Beadandó:

A megadott szempontok alapján mérkőzés elemzése: minimum elégséges



A zárthelyi dolgozat:

minimum elégséges

A gyakorlati órákon való alkotó, tevékeny részvétel, a kézilabdázás technika és taktikai elemeinek bemutatása, valamint a megadott szempontok alapján történő mérkőzés elemzése házi feladat formájában és a félév utolsó előtti óráján írt zárthelyi dolgozat.

5. Értékelés módja: Kollokvium

Gyakorlati jegy, amelyet az évközi részjegyek (4db) átlaga ad:

Félév végén: Kollokvium

A kollokvium során a hallgatók szóbeli vizsgán számot adnak mind elméleti, mind gyakorlati/oktatási ismereteikről

A félévzáró kollokviumi vizsgán szereshető érdemjegy: 1- től 5-ig.

6. KÖTELEZŐ IRODALOM

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

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

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

7. AJÁNLOTT IRODALOM

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

8. EGYÉB INFORMÁCIÓK

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

Fogadóóra (a szorgalmi időszakban): Hétfő 10,00-11,00 és péntek 9,00-10,00 óra között Sporttudományi Oktatóközpont, első emelet. 9. szoba

Debrecen, 2021. január 25.

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.