



**2020/21. tanév**

**Intézet neve:** DE Sporttudományi Koordinációs Intézet

**Szak megnevezése:** Osztatlan testnevelő tanári szak

**Tagozat:** nappali

**Specializáció megnevezése:** nincs

**Félév:** 4. félév

**Tantárgy neve, Neptun-kódja:** LABDARÚGÁS 1. (TSTLA\_0001)

**Tantárgy óraszám:** 2GY

**Kreditértéke:** 1

**A tantárgy előkövetelménye:** nincs

**1. A KURZUS OKTATÓI:**

CZÓBELNÉ MESTER KATA OLIMPIA

LENTE LAJOS

**2. A KURZUS CÉLJA:**

A labdarúgás világának és történetének megismerése. A technika, a taktika és a játékhelyzetek alkalmazásához szükséges elméleti és gyakorlati alapismeretek elsajátítása. A labdarúgás elhelyezése az iskolai testnevelés anyagában. A sportág személyiségfejlesztő, közösségformáló erejének és motoros képességfejlesztő hatásának megismerése, a testnevelési órán és a tanórán kívüli sportfoglalkozásokon való alkalmazása, és ezek oktatására.

**3. A KURZUS ÜTEMEZÉSE, TANANYAGA**

| időpont | téma                                                                                                | megjegyzés |
|---------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 1.      | A félév követelményeinek ismertetése. Balesetvédelemi oktatás. A labdarúgás története és jellemzése |            |
| 2.      | A labdarúgás játékszabályai. Utánpótlás játékszabályok                                              |            |
| 3.      | A labdarúgás technikai elemeinek felosztása. (Labdanélküli, labdás)                                 |            |



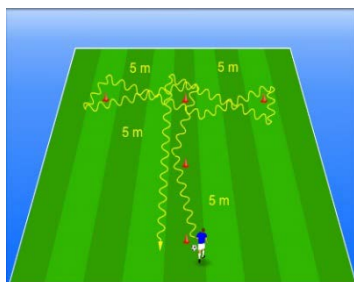
|     |                                                                                                          |  |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 4.  | Labdaérzékelés fajtái és oktatása, az utánzó játékok szerepe a labdarúgás oktatásában                    |  |
| 5.  | Labdavezetés fajtái és oktatása, a szerep játékok használata a labdarúgás oktatásában                    |  |
| 6.  | Cselezés fajtái és oktatása, 1:1 elleni játék.                                                           |  |
| 7.  | Szerelés fajtái és oktatása, két játékos együttműködése támadásban, védekezésben (2-1, 2-2 elleni játék) |  |
| 8.  | Írásbeli számonkérés, 3 játékos együttműködése támadásban (3-1 elleni játék)                             |  |
| 9.  | Átadások, átvételek fajtái és oktatása 4 játékos együttműködése támadásban (4-2 elleni játék)            |  |
| 10. | Rúgások, levételek fajtái és oktatása 3 játékos együttműködése védekezésben (6-3 elleni játék)           |  |
| 11. | Fejelések fajtái és oktatása, 4 játékos együttműködése védekezésben (6-4 elleni játék)                   |  |
| 12. | A kapus védő és támadó technikája                                                                        |  |
| 13. | Írásbeli számonkérés, gyakorlati bemutatás                                                               |  |
| 14. | Gyakorlati bemutatás                                                                                     |  |

#### 4. FÉLÉVKÖZI ÉS VIZSGAKÖVETELMÉNYEK

Gyakorlati követelmények bemutatása a 13. - 14. héten. Minden feladatból 2 kísérlet megengedett, az érdemjegyhez a feladatok legalább elégséges szintű bemutatása szükséges.

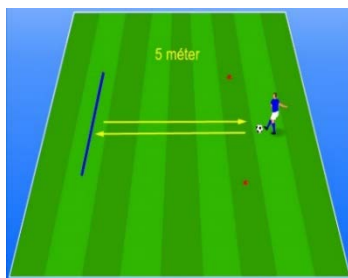


## Szlalom labdavezetés (T-próba teszt labdával)



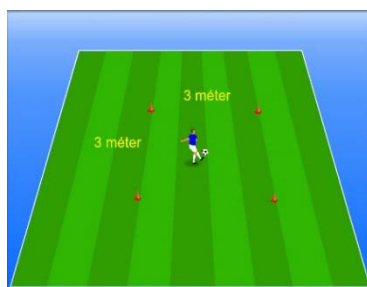
|          |    |             |
|----------|----|-------------|
| Nők:     | 5: | 18,99-      |
|          | 4: | 20,99-19,00 |
|          | 3: | 22,99-21,00 |
|          | 2: | 24,99-23,00 |
| Férfiak: | 5: | 14,99-      |
|          | 4: | 16,99-15,00 |
|          | 3: | 18,99-17,00 |
|          | 2: | 20,99-19,00 |

## Átadás (labdapassz tornapadra – 30”)



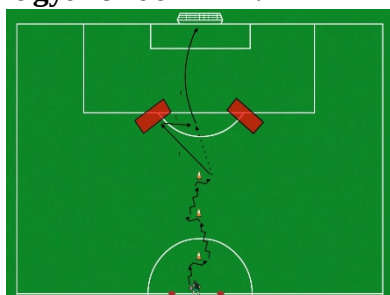
|          |    |        |
|----------|----|--------|
| Nők:     | 5: | 12 db. |
|          | 4: | 10 db. |
|          | 3: | 8 db.  |
|          | 2: | 6 db.  |
| Férfiak: | 5: | 16 db. |
|          | 4: | 14 db. |
|          | 3: | 12 db. |
|          | 2: | 10 db. |

## Labdaemelgetés lábbal



|          |    |        |
|----------|----|--------|
| Nők::    | 5: | 15 db  |
|          | 4: | 12 db. |
|          | 3: | 9 db.  |
|          | 2: | 6 db.  |
| Férfiak: | 5: | 30 db. |
|          | 4: | 25 db. |
|          | 3: | 20 db. |
|          | 2: | 15 db, |

## Kombinált gyakorlat .



Az elemek (labdavezetés, cselezés, átadás, átvétel, kapura rúgás), helyes technikai végrehajtásának osztályozása.



## ELMÉLETI KÖVETELMÉNYEK

Zárthelyi dolgozat a 8. és 13. héten, az órákon tanultakból.

### 5. ÉRTÉKELÉS MÓDJA: gyakorlati jegy

Gyakorlati jegy kialakításának módja:

- az órákon való aktív részvétel, (10%)
- a félév elején ismertetett gyakorlati követelmények teljesítése, Minden gyakorlati követelményt teljesíteni kell, minimum elégséges szinten, (40%)
- 2 zárthelyi dolgozat legalább elégséges szintű teljesítése (50%)

### 6. KÖTELEZŐ IRODALOM

- A labdarúgás játékszabályai  
2018/19 [http://dokumentumtar.mlsz.hu/02\\_Szabalyzatok/02\\_Labdarugas\\_uzemelteti\\_szabalyzatok/01\\_Versenyeztetesi\\_szabalyzatok/JSZ/A%20labdar%C3%BAg%C3%A1s%20j%C3%A1t%C3%A9kszab%C3%A1lyai%202018\\_19.pdf](http://dokumentumtar.mlsz.hu/02_Szabalyzatok/02_Labdarugas_uzemelteti_szabalyzatok/01_Versenyeztetesi_szabalyzatok/JSZ/A%20labdar%C3%BAg%C3%A1s%20j%C3%A1t%C3%A9kszab%C3%A1lyai%202018_19.pdf)
- A labdarúgás játékszabályai 2019/20 Változtatások és pontosítások  
[https://bacs.mlsz.hu/adat/dokumentum/4711/dokumentumok/a-labdarugas-jatekszabaly-valtozasai-2019\\_20.pdf](https://bacs.mlsz.hu/adat/dokumentum/4711/dokumentumok/a-labdarugas-jatekszabaly-valtozasai-2019_20.pdf)
- MLSZ OTP Bank Bozsik Program eljárási rend U6/7, U8/9 fesztivál 2019/2020  
[https://gyor.mlsz.hu/adat/dokumentum/4949/dokumentumok/bep-eljarasi-rend-bozsik-fesztivalok\\_-2019-2020.pdf](https://gyor.mlsz.hu/adat/dokumentum/4949/dokumentumok/bep-eljarasi-rend-bozsik-fesztivalok_-2019-2020.pdf)
- MLSZ OTP Bank Bozsik Program eljárási rend U10/11, U12/13 fesztivál 2019/2020  
[https://gyor.mlsz.hu/adat/dokumentum/4948/dokumentumok/bep-eljarasi-rend-bozsik-tornak\\_-2019-2020.pdf](https://gyor.mlsz.hu/adat/dokumentum/4948/dokumentumok/bep-eljarasi-rend-bozsik-tornak_-2019-2020.pdf)
- Sisa Tibor (2018): Döntésképeség és kreativitás fejlesztése a labdarúgásban I., Sisa Tibor,

### 7. AJÁNLOTT IRODALOM

- MLSZ Edzőképző Központ: Labdarúgás gyerekeknek 5-7 éves korig, MLSZ, Budapest
- MLSZ Edzőképző Központ: Labdarúgás gyerekeknek 8-11 éves korig, MLSZ, Budapest
- MLSZ Edzőképző Központ: Labdarúgás gyerekeknek 12-13 éves korig, MLSZ, Budapest
- MLSZ Edzőképző Központ: Grassroots „C” munkafüzet, MLSZ, Budapest



- Horst Wein (2013): Funino – Egy csodálatos játék gyerekeknek, MLSZ, Budapest
- Göltl Béla (2002): Labdarúgás lépésről lépésre. Magyar Sporttudományi Társaság, Budapest
- Bicskei Bertalan (2000): Utánpótlás labdarúgók felkészítése. Aréna kiadó. Budapest
- Mónus András (2001): Új kihívások a gyermek labdarúgásban. Budapest
- Gáborfalvi-Király-Kovács (2000): Ovisfocitól a focisuliig. KI-VA Bt. Győr
- Somodi László (2002): Mozgáskoordináció és gyorsaságfejlesztés. Budapest
- Coerver-W. (1983): Soccer fundamentals for players and coaches. Prentice Hall. Paramus, New Jersey 5-9.

## 8. EGYÉB INFORMÁCIÓK

Az oktatók elérhetősége:

Czóbelné Mester Kata: [czobelne@sport.unideb.hu](mailto:czobelne@sport.unideb.hu), Tel: +36 52 512 900 / 88153  
4032. Debrecen, Böszörményi út 138., Kecskeméti János Sport Játékcarnok  
(Böszörményi úti Campus), 1. emelet, iroda.

Lente Lajos: [lente@sport.unideb.hu](mailto:lente@sport.unideb.hu), Tel: +36 52 512 900 / 63209 44032.  
Debrecen, Egyetem tér 1. Sporttudományi Oktatóközpont, földszint 024 iroda.

**Debrecen, 2021. január 25.**

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