



# SZEGEDI TUDOMÁNYEGYETEM

## Juhász Gyula Pedagógusképző Kar

### Testnevelési és Sporttudományi Intézet

6725 Szeged Hattyas u. 10.

Tel.: 62 544 729

---

### **Edző alapképzési szak (BA)**

#### **Záróvizsga „B” tételek**

#### **Kézilabda specializáció**

1. A kézilabdázás hazai és nemzetközi története.
2. A támadó játékosok által alkalmazott alap technikai elemek rendszerezése. Egy megadott technikai elem leírása, oktatásának menete a kezdőktől a felnőtt versenyzői szintig.
3. A védő játékosok által alkalmazott alap technikai elemek rendszerezése. Egy megadott technikai elem leírása, oktatásának menete a kezdőktől a felnőtt versenyzői szintig.
4. A kapus helyezkedése és védési technikái a különböző támadó posztokról érkező lövések ellen. Előforduló jellegzetes hibák, a hibajavítás lehetősége.
5. Az átlövő és/vagy irányító játékos szerepének és támadó tevékenységének jellemzése. Helyezkedés, előkészítés, támadásbefejezés.
6. A beálló játékos szerepének és támadó tevékenységének jellemzése. Helyezkedés, előkészítés, támadásbefejezés.
7. A szélső játékos szerepének és támadó tevékenységének jellemzése. Helyezkedés, előkészítés, támadásbefejezés.
8. A kézilabdázás stratégiája és taktikája. A támadás taktikája.
9. A kézilabdázás stratégiája és taktikája. A védekezés taktikája.
10. A mérkőzésen alkalmazott, rendezett védelem elleni támadó taktika megválasztásának szempontjai és lehetőségei. Oktatásának főbb irányelvei.
11. A mérkőzésen alkalmazott rendezett védekezési rendszerek és alapfelállások megválasztásának szempontjai és lehetőségei. Oktatásának főbb irányelvei.
12. A rendezetlen és a rendeződő védelem elleni támadás taktikai lehetőségei és oktatásának főbb irányelvei.
13. A visszarendeződés folyamatának leírása és oktatásának edzésgyakorlatai.
14. A különleges játékhelyzetek bemutatása és alkalmazásának jelentősége. A kapus nélküli játék és a kapuelőtér közelében végrehajtott szabaddobások lehetőségei.
15. Az edzés alapelvei. Az edzői munka jellemzői különböző korosztályoknál. Felnőtt és utánpótláskorú kézilabdázók felkészítésének szakaszai.
16. Edzésfeladatok, edzésszerek a kézilabdázók felkészítésében. A koordinációs képességek fajtái, szerepük a játék során, fejlesztésük lehetséges módjai.

17. A kondicionális képességfejlesztés életkori sajátosságai. Az erő, a gyorsaság és az állóképesség megjelenése a kézilabdázásban, és ezek edzése felnőtt és utánpótláskorú versenyzőknél.
18. Edzéstervezés. Az éves edzésterv különböző időszakaira jellemző edzőmunka bemutatása,
19. Az edző feladatai a mérkőzés előtt, alatt és után.
20. A tehetség ismérvei a kézilabdázásban, egy kiválasztó program ismertetése. Utánpótlás versenyek, tanfolyamok, sporttáborok szervezési és vezetési elvei.