

DR. TÓTH ÁKOS

Személyes információk:

- Született: Kiskunfélegyháza, 1943. november 2.
- Állampolgárság: magyar
- Családi állapot: Nős, két gyermek
- Edzői fokozat: mesteredző
- Nyelvismeret: angol középfok, orosz alafok

Tanulmányok:

- 1965. Magyar Testnevelési Egyetem, testnevelő tanár
- 1970. Magyar Testnevelési Egyetem, szakedző – úszás
- 1987. egyetemi doktori fokozat
- 1996. neveléstudományok kandidátusa

Tanári kinevezések:

- 1966-1973 tanársegéd, TF
- 1973-1991 egyetemi adjunktus
- 1991- egyetemi docens
- 1991-2008 tanszékvezető

Edzői kinevezések:

- 1966-1976 TFSE, úszóedző
- 1977-1984 MÚSZ, szövetségi kapitány
- 1987-1990 Kazma Club (Kuvait), úszóedző
- 1991-1993 Koreai Úszó Szövetség (évente 3-3 hónap), úszóedző
- 1998-2001 Görög Úszó Szövetség, szövetségi kapitány

Fő oktatói témakörök:

- A négy úszásnem alaptechnikája és a korszerű technika felépítésének módszertana.
- Az úszásoktatás módszertani felépítése a gyermekek pszichológiai, életkori jellemzői alapján.
- A négy úszásnem oktatásának egymásra épülése, a rávezető és előkészítő gyakorlatok jelentősége.
- Az emocionális hatások feltárása az úszásoktatás folyamán.
- Az utánpótláskorú úszóversenyzők felkészítése: pedagógiai, élettani, pszichológiai kérdések.
- Az edzésfolyamat hosszútávú tervezése.
- Világklasszis versenyzők felkészülésének elemzése.
- Versenyszámalelemzés, prognosztizálás.

Fenti témakörökben 1970-1998. között tartottam előadásokat a TF nappali és levelező tanári és edzői szakán, valamint hazai és külföldi továbbképzéseken. Mint a Nemzetközi Úszó

Szövetség instruktora edzőtovábbképzést tartottam: Manilában, Quatarban, Kölnben, Leuvenben, Szöulban.

Egyéni feladatom a testnevelőtanár- és edzőképzés és továbbképzés irányítása, előadások tartása, szakmai konferenciák szervezése.

Tanári, kutatói tevékenység:

- 1970-1974. Az úszóversenyzők aerob kapacitására utaló tényezők.
- 1970-1974. Az anaerob kapacitás és a serdülőkori fizikai fejlődés összefüggése úszóversenyzőknél.
- 1980-1984. Az úszó válogatott keret munkájának értékelése a '80-'84-es felkészülés tükrében.
- 1985-1986. A videó szerepe az úszóversenyző technikai képzésében és az úszástechnika oktatásának sajátos vonásai.
- 1987-1991. A 400 m-es vegyesúszás eredményeinek fejlődése, elemzése.
- 1990-1993. Az edzéstervezés fiziológiai alapjai.
- 1990-1993. Új törekvések az úszók szárazföldi felkészítésében.
- 1995-1996. Korszerű törekvések az úszásoktatás módszertanában.

Közeleti tevékenység, bizottsági tagság:

- Egyetemi Tanács tagja
- Tanszékvezetői Kollégium elnöke
- Oktatási- Nevelési Bizottság tagja
- Tudományos Bizottság tagja
- Rectori Tanács tagja
- Minőségellenőrzési és Minőségbiztosítási Bizottság tagja
- TFSE Elnökség tagja
- Külső biz. Magyar Úszó Szövetség Elnökség tagja
- MÚSZ szakmai alelnöke
- Mesteredzői Kollégium tagja

Kitüntetések, díjak:

- 1971 Testnevelés és Sport érdemes dolgozója
- 1980 Sportérdemérem Arany fokozat
- 1985 Mesteredzői cím
- 1994 Ezüstgerely művészeti díj (film-videó kategória) I. helyezés
- 1996. Kerecsi Endre díj
- 2008 - Semmelweis "TF" vésetű Aranygyűrű díj

Irodalmi munkásság

1. **Arold I.**(1974): *Úszás* (társszerző) főiskolai jegyzet, Tankönyvkiadó
2. **Szabó S. – Tóth Á.**(1971): *Úszás Szemelvénygyűjtemény II.* Tankönyvkiadó Bp.
3. **Tóth Á.**(1969): *A fiatalok úszóversenyzők edzésterhelésének néhány tapasztalata* TF. Tud. Közlemények 3. p.348-366.
4. **Tóth Á.**(1972): *A kisgyermek nem félnek a víztől.* Sportélet 5. p.18-20.

5. **Tóth Á.**(1973): *Történeti áttekintés a TF -en folyó úszásoktatásról* TF. Tud. Közl. 1-2. sz. p.199-210
6. **Tóth Á.**(1974): *A kiválasztás problémái az úszás sportágban* Testneveléstudomány 1-2. sz. p.103-111.
7. **Tóth Á.- Gombocz J.**(1975): *A főiskolai hallgatók úszókészségének és pedagógiai képességének fejlődése a főiskolai III. évf. során* Tudományos Közlemények 4.sz. p.34-35.
8. **Tóth Á.**(1977): *A gyorsúszás levegővételének oktatásával kapcsolatos tapasztalataim*
9. *Testnevelés Tanítása* 1. sz. p.20-28.
10. **Tóth Á.**(1976): *Úszás c. jegyzet a középiskolák III-IV. osztálya számára* Művelődésügyi Minisztérium módszertani füzetek 1976. november
11. **Tóth Á.**(1971): *Az úszóversenyzők aerob kapacitására utaló tényezőkről (társszerző)* Magyar Sportorvosi Társaság Tudományos kongresszusa
12. **Tóth Á.**(1979): *Az úszás oktatása Főiskolai tankönyv (társszerző)* Bp. Sport
13. **Tóth Á.**(1985): *Az úszó válogatott keret munkájának értékelése az 1980-1984-es felkészülés tükrében* TF Közleményei 3. sz. p.65-67.
14. **Tóth Á.**(1987): *A 400 m-es vegyesúszás eredményeinek, edzés módszereinek fejlődése 1964-től napjainkig*, Bp.
15. **Tóth Á.**(1987): *A 400 m-es vegyesúszás*, Bp. Úszósport 8. sz p.1-11.
16. **Tóth Á.**(1988): *A 400 m-es férfi vegyesúszás eredményeinek fejlődése*, TF Közlemények . p.188-193.
17. **Tóth Á.**(1992): *Barcelonai visszatekintés: Úszás*, Mesteredző 5. sz. p.1-8.
18. **Tóth Á.**: Éves edzéstervezés az úszóversenyző felkészítésében, Korean Swim Magazine 1992. 3. sz. p.8-10.
19. **Tóth Á.**(1992): *A technikajavító gyakorlatok jelentősége*, Korean Swim Magazine 3. sz. p.11-14.
20. **Tóth Á.**(1993): *Úszóedzők Nemzetközi Továbbképző előadás sorozat (FINA rendzés)* Doha, Quatar szept. 18-23.
21. **Tóth Á.**(1993): *A vízhezszoktatás módszertana (pedagógiai megfontolások)*, Úszásoktatók Országos Konferenciája január p.6-16.
22. **Tóth Á.**(1993): *Az utánpótlás nevelés fő időszakai az úszásban*, Korean Swim Magazine 3.sz. p.6-8.
23. **Tóth Á.**(1993): *A technikai képzés jelentősége a magyar úszóversenyzők felkészítésében*. Európai Úszóedzők Konferenciája november 18. Leusen
24. **Tóth Á.**(1993): *Az úszók szárazföldi felkészítése*, Korean Swim Magazine 3.sz. p.10-13.
25. **Tóth Á.**(1993): *A négy úszásnem technikajavító gyakorlatai*, Úszóedzők Országos Konferenciája Módszertani füzet június p. 37-43.
26. **Tóth Á.**(1994): *Az edzőképzés korszerűsítése*, Országos Úszóedzői Konferencia Módszertani füzet április Bp. p.18-21.
27. **Tóth Á.**(1994): *Az úszósportban alkalmazott próbák az edzettség ellenőrzésére és a képességek felmérésére*, Országos Úszóedző Konferencia Módszertani füzet április p.22-29. Bp.
28. **Tóth Á.**(1994): *A magyar úszósport eredményességének vizsgálata néhány oktatási módszertani és edzéselméleti kérdés alapján*, Kandidátusi Értekezés Bp. Magyar Tudományos Akadémia és TF Könyvtár
29. **Hamza-Földi-Tóth**(1995): *Játék, egyensúlyozás, vízhezszoktatás* Bp. 1995. Nagy-Gáspár Kft.
30. **Tóth Á.**(1994): *A 400 m-es vegyesúszás nemzetközi mezőnyének elemzése*, Kalokagathia 3. sz. p.125-150.

31. **Tóth Á. – Egressy J.**(1996): *Versenyszámalelemzés az úszásban*, Testnevelés és sporttudomány 4. sz. p.5-11.
32. **Tóth Á.**(1996): *Darnyi Tamás 400 m-es vegyesúszó eredményeinek elemzése*, Bericht Sport-Fahnemann, Köln p. 62-67.
33. **Tóth Á.**(1996): *Versenyszámalelemzés az úszásban*. Mozcásbiológiai Szimpózium előadás Agárd szeptember 27.
34. **Tóth Á.**(1996): *The Analyzis of Darnyi Tamás' results of the 400 meter individual medly*. Nemzetközi Konferencia Előadás Köln, április 20.
35. **Tóth Á.**(1996): *Training theorie in swimming*. Nemzetközi Konferencia, Manila, május 19-24.
36. **Mészáros J.-Prókai A. – Rostás K. – Mohácsi J. – Tóth Á.**(1997): *A relatív plazmatérfogat csökkenés összehasonlító elemzése fizikailag aktív nőknél*. Testnevelés és Sporttudomány 3. p.3-11.
37. **Tóth Á.**(1997): *Úszás (Technika)* szerk. és társszerző Bp. Print 17. Kft.
38. **Tóth Á.**(1998): *Úszás Szöveggyűjtemény I.* szerk. és társszerző Bp. Print 17. Kft
39. **Tóth Á.**(2000): *A technika tanításának módszertana, speciális megnyilvánulásai a kezdők oktatásától a versenyzésig. Úszás Szöveggyűjtemény II.* Budapest Obender & Co. Studio Kft. p. 5-19.
40. **Tóth Á.**(2000): *A vízhez szoktatás módszertana. Úszás Szöveggyűjtemény II.* Bp. Obender & Co. Studio Kft. p.19-31.
41. **Tóth Á.**(2000): *A négy úszásnem technikajavító gyakorlatai Úszás Szöveggyűjtemény II.* Bp. Obender & Co. Studio Kft. p.81-86.
42. **Tóth Á.**(2000): *Az úszósportban alkalmazott próbák az edzettség ellenőrzésére és a képességek felmérésére Úszás Szöveggyűjtemény II* Bp. Obender & Co. Studio Kft. p.120-127.
43. **Tóth Á.**(2001): *Zeusz földjén edzősködtem*. Magyar Edző 1-4. p. 33-38.
44. **Tóth Á.**(2002): *Úszás Oktatás (sportági szakmódszertan)* egyetemi tankönyv Bp. Print 17. Kft.
45. **Tóth Á.**(2002): *A gyermek személyiségjegyeinek fejlesztési lehetőségei az úszásban*. Mozcásbiológiai Konferencia Előadás Bp. november 22.
46. **Tóth Á.**(2002): *Mozgástanulás-mozgástanítás. Testnevelő tanári, úszóedzői továbbképzés*. Szeged, november 8-9. Előadássorozat
47. **Tóth Á.**(2003): *Korszerű törekvések a hátúszás oktatásában*. Úszásoktatók Országos Konferenciája Bp. május 31. Előadás
48. **Tóth Á.**(2003): *Mozgás tanítás és mozgás tanulás a vízben* , Bp. Magyar Edző 4. sz. p. 44- 47.
49. **Tóth Á.**(2004): *A korszerű oktatásmódszertan elemei a négy úszásnem tanításánál*. Testnevelő tanári, úszóedzői továbbképzés. Hódmezővásárhely március 12-13. Előadássorozat
50. **Tóth Á.**(2004): *Korszerű oktatás-módszertani követelmények a mellúszás tanításánál*. Úszásoktatók Országos Konferenciája Bp. március 27.
51. **Tóth Á.** (2006): *Versenyszámalelemzés az úszásban*, TF 36. Mozcásbiológiai Konferencia Bp.
52. **Tóth Á.** (2006): *The Methodology of teaching swimming*, Bp. Print 17 Kft.
53. **Tóth Á.** (2007): *Úszás Edzésmódszertan*, társszerző Bp. Viva Média Holdig Kft nyomda
54. **Tóth Á.** (2008): *Az úszás tankönyve*, egyetemi tankönyv Bp. Reálszisztéma Dabasi Nyomda

1. **Tóth Á.** (1993): *Aquarázs* Bp. TF 23s. PAL
2. **Tóth Á.** (1993): *A vízhezszoktatás gyakorlatanyaga segédeszközökkel* Bp. TF 60 s.
3. **Széles S.- Kovácshegyi F.** (1993): *A négy úszásnem korszerű technikájának felépítése* Bp. TF 32 sec. PAL
4. **Tóth Á.** (1994): *A négy úszásnem technikajavító gyakorlatai* Bp. TF 40 sec. PAL
5. **Tóth Á.** (1995): *Ki viszi át a szerelmet...?* Bp. TF 24 sec. PAL
6. **Tóth Á.-Egressy J.**(1996): *A korszerű hátúszás technikája (Egerszegi Krisztina)*Bp. TF 23 sec. PAL
7. **Tóth Á.**(1996): *Úszásoktatás alulnézetből (ahogy a gyermek látja)*Bp. TF 22 sec. PAL
8. **Tóth Á.-Egressy J.** (1997): *A korszerű mellúszás technikája (Güttler Károly)* Bp. TF 24 sec. PAL
9. **Tóth Á.-Egressy J.**(1997): *A vegyesúszás korszerű technikája (Darnyi Tamás)* Bp. TF 32 sec PAL
10. **Tóth Á.** (2002): *Vízcseppek* Bp. Tf 32 sec. PAL
11. **Tóth Á.** (2003): *Gyermekálmok* Bp. TF 17 sec. PAL
12. **Tóth Á.** (2004): *In memoriam Széchy Tamás* BP: TF 16 sec. PAL
13. **Tóth Á.** (2006): *A gyorsúszás levegővételének oktatása segédeszközökkel*, Bp. TF 41 sec. PAL