

BA EDZŐ SZAK

ÖTTUSA

Sportági elmélet szóbeli (30 pont) és írásbeli (30 pont) vizsga témakörei

1. A Magyar Öttusa a kezdetektől az 1952-es Olimpiáig.
2. A Magyar Öttusa 1952-től napjainkig.
3. A Magyar Öttusa a Világ bajnokságok tükrében.
4. A Magyar Öttusa az Olimpiák tükrében.
5. Az öttusa versenyszámainak követelmény rendszere (2022).
6. A sportágat jelentősen érintő szabályváltozások, az öt napostól az egynaposon át a New Format (90 perc) versenyformáig.
7. A hazai versenyrendszer és az utánpótlás versenyek követelmény rendszere.
8. Kezdő öttusázók kiválasztása, beiskolázása és a felkészülés kezdete.
9. Junior, Ifjúsági versenyzők felkészülésének bemutatása.
10. Vívás alapképzésének feladatai, menete.

A gyakorlati vizsga feladatai (90 pont)

- 1.) VÍVÁS
 - lábiskolai gyakorlatok
 - pengés gyakorlatok
 - kézhelyzetek és pozíciók
 - konvencionális gyakorlatok bemutatása vívómester segítségével
- 2.) ÚSZÁS
 - gyorsúszás és még egy szabadon választott úszásnemben való jártasság bemutatása
 - technikai gyakorlatok ismertetése, bemutatása
- 3.) LÖVÉSZET
 - lövészeti alapgyakorlatok bemutatása és egy rövid 2x600 m-es kombinált feladat versenyszerű teljesítése

Irodalom

- Dávid Sándor: Korszerű öttusázás, 1983
- Az öttusa története, szerk. Mészáros István
- Szabó Sándor: TE Öttusa jegyzete
- Utánpótlás és versenyrendezési adatok elérhetőek a szövetségben
- A TE-n fellelhető szakdolgozatok
- TE jegyzet, elérhető az MÖSZ irodán keresztül

2022. november