

BA Edző szak
Felvételi vizsga

Cheerleading

BA gyakorlati követelmények:

- Mutassa be a cheerleading alap kéztartásait!
- Mutasson be a cheerleading alap ugrásai vagy talajelemei közül hármat vagy mutasson be a performance cheerleading alap ugrásai közül hármat.
- Mutasson be egy három emelés (stunt) részből álló gyakorlatsort, választott 4 fős csapatban. A 4 fős csapatot, mindenki saját maga szervezi meg a vizsgára és úgy érkezik meg a vizsga helyszínére.

Megszerezhető maximum: 90 pont

BA elméleti kérdések:

- Ismertesse a Cheerleading válfajait!
- Írja le egy cheerleading csapatgyakorlat alapvető részeit!
- Milyen szempontok szerint igazítsuk a cheerleading edzés menetét?
- Mit értünk az edzői kommunikáció témakörében a COACH betűszó alatt?

Megszerezhető maximum: 30 pont

Cheerleading irodalom

1. Kovácsik R., Bán T. (2021): Így lehetsz igazi Cheerleader, Budapest, Budapesti Egyetemi Atlétikai Club
2. Derzsy B. (2013): A gimnasztika alapjai, Budapest Fit Forma Wellness Kft
3. Christina F., Courtney A. Clark (2011): Complete Guide to Cheerleading. Minneapolis, MVP Books.
4. History of Cheerleading, The International Cheer Union Website.

https://cheerunion.org.ismmedia.com/ISM3/std-content/repos/Top/docs/ICU_History_2018.pdf (letöltés: 2021. 10. 18.)

5. Metzing Miklós (2010): Gimnasztika. Budapest, Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar.
6. Donna C. McKay (2006): Complete cheerleading. Champaign, Human Kinetics.
7. Leslie Wilson (2003): The ultimate guide to cheerleading. New York, Three Rivers Press.