

Felvételi BA edző szak

Ritmikus Gimnasztika

Gyakorlati követelmények:

- Önállóan összeállított szabadgyakorlat, melynek időtartama 1.15-1.30 mp. Tartalmaznia kell 3-3 különböző ugrást, forgást és egyensúlyhelyzetet, ezenkívül 2 táncos lépéssort. Kiemelten fontos a zene-mozgás összhangja.
- Önállóan összeállított szabadon választott kéziszer gyakorlat, melynek időtartama 1.15-1.30 mp. Tartalmaznia kell 2-2 különböző ugrást, forgást és egyensúlyhelyzetet, valamint a szerre jellemző fundamentális és egyéb szertechnikai elemcsoportokat. Ezenkívül 2 táncos lépéssort. Kiemelten fontos a zene-mozgás összhangja.

Megszerezhető maximum: 90 pont

Elméleti kérdések:

- Ismertesse az RG hazai és nemzetközi sportágtörténetét a sportág kialakulásától napjainkig!
- Soroljon fel hazai neves személyiségeket az RG kialakulásától napjainkig!
- Ismertesse a kéziszerek megjelenését a hazai és nemzetközi versenykiírásban az 1970- es évektől napjainkig!
- Ismertesse vázlatosan az általános versenyszabályokat!
- Ismertesse vázlatosan a jelenleg érvényben lévő szabálykönyv alapján a testtechnikai követelményeket!
- Ismertesse vázlatosan a jelenleg érvényben lévő szabálykönyv alapján a szertechnikai követelményeket!
- Ismertesse vázlatosan a jelenleg érvényben lévő szabálykönyv alapján az együttes kéziszer csapatgyakorlatokra vonatkozó követelményeket!
- Soroljon fel kiegészítő szereket, melyeket használhatunk a ritmikus gimnasztika felkészítési folyamatában!
- Ismertesse a ritmikus gimnasztikára jellemző sportági sajátosságokat, szükséges adottságokat és speciális képességeket!
- Ismertesse véleményét a gyermek és felnőtt korosztályú versenyzők pedagógiai felkészítésének módszertani különbözőségeiről!

Megszerezhető maximum: 30 pont

Irodalom:

- Szabálykönyv
- Szécsényiné Fekete Irén: Ritmikus gimnasztika – Kéziszergyakorlatok technikája, oktatása (2007)