

MAGYAR TESTNEVELÉSI ÉS SPORTTUDOMÁNYI EGYETEM

SZAKEDZŐ MESTERKÉPZÉSI SZAK TORNA (FÉRFI) SPORTÁG

A sportági elmélet szóbeli (20 pont) és írásbeli (20 pont) vizsga témakörei

1. Melyek a nemzetközi tornatörténet jelentős állomásai a szerfejlődés vonatkozásában?
2. Ismertesse a hazai tornatörténetet, kiemelten az olimpiákon részt vett bajnokaink, érmeseink, helyezetteink tükrében!
3. Ismertesse a tornasport szervezeti felépítését nemzetközi és hazai vonatkozásban!
4. Melyek a hazai versenyrendezési módok? Mindegyiket ismertesse részletesen!
5. Ismertesse a sportági kiválasztás, szűrés általános szabályait és magyarországi lehetőségeit!
6. Milyen kiegészítő szereket alkalmaznak a tornasportban? Ismertessen gyakorlati példákat!
7. Melyek a tornaedzés és versenyzés legfontosabb pedagógiai kérdései?
8. Melyek a tornaedzés és versenyzés legfontosabb pszichológiai kérdései?
9. Melyek a legfontosabb motoros képességek a tornasportban, sportágspecifikus fejlesztésük?
10. Mekkora az örökletes és szerzett tulajdonságok szerepe a tornásszá válás folyamatában?
Tornászmodell.

Ajánlott irodalom:

- Karácsony I., Hamza I., Keleti J. (1998): Torna A-tól Z-ig. Hamza István, Budapest
https://lib.tf.hu:443/liberty/OpacLogin?mode=BASIC&openDetail=true&corporation=HU_TF&action=search&queryTerm=uuid%3D%221556c688c0a808687574b5ad000be233%22&operator=OR&url=%2Fopac%2Fsearch.do
- A pontozás szabályai. Code of Points (2022-2024) F.I.G.
https://www.google.hu/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://www.gymnastics.sport/publicdir/rules/files/en_1.1%2520-%2520MAG%2520CoP%25202025-2028.pdf&ved=2ahUKEwiriK_-9cmJAXW0_7sIHaiACS8QFnoECBUQAQ&usq=AOvVaw0fKhgTB39i7nhsyoISHAme
- Karácsony I. (2002): A magyar tornasport krónikája. Gulliver, Budapest
https://lib.tf.hu:443/liberty/OpacLogin?mode=BASIC&openDetail=true&corporation=HU_TF&action=search&queryTerm=uuid%3D%22159b7d0fc0a8086869d2d8ea001b02f1%22&operator=OR&url=%2Fopac%2Fsearch.do
- Karácsony, I. (1989) Képességfejlesztés a férfi tornában. TF Közlemények, Budapest.
https://lib.tf.hu:443/liberty/OpacLogin?mode=BASIC&openDetail=true&corporation=HU_TF&action=search&queryTerm=uuid%3D%2215293744c0a808681eb9729a0001ffd1%22&operator=OR&url=%2Fopac%2Fsearch.do

MAGYAR TESTNEVELÉSI ÉS SPORTTUDOMÁNYI EGYETEM

- Dubecz József (2009): Általános edzéselmélet és módszertan Rectus Kft. 2009. Budapest.
https://lib.tf.hu:443/liberty/OpacLogin?mode=BASIC&openDetail=true&corporation=HU_TF&action=search&queryTerm=uuid%3D%22159ee6d7c0a808680d5b2aad001d5826%22&operator=OR&url=%2Fopac%2Fsearch.do
- Radák Zsolt (2019): Edzésélettan 2.0. Magyar Olimpiai Bizottság, Budapest.
https://lib.tf.hu:443/liberty/OpacLogin?mode=BASIC&openDetail=true&corporation=HU_TF&action=search&queryTerm=uuid%3D%22d408de35c106d61e736bb49500110bb4%22&operator=OR&url=%2Fopac%2Fsearch.do
- Tóth Ernő (1985): A női versenytorna. Sportpropaganda Vállalat, Budapest.
https://lib.tf.hu:443/liberty/OpacLogin?mode=BASIC&openDetail=true&corporation=HU_TF&action=search&queryTerm=uuid%3D%2215b962e9c0a8086848f6676f00255fca%22&operator=OR&url=%2Fopac%2Fsearch.do

A sportági komplex gyakorlati vizsgafeladat (30 pont)

Állítson össze egy 10 perces sportágspecifikus bemelegítést akrobatikus elemek előkészítéséhez (kézenátfordulás, rundel; flick-flack; szabadátfordulások előre, hátra)!