

Tollaslabdázás – BSc záróvizsgatételek

1. A. A tollaslabdázás, mint játék jellemzése, a sportág profilja. Fejlődési irányzatok, tendenciák a nemzetközi tollaslabdázásban.
B. A nyitások oktatása. Jellegzetes hibák, a hibajavítás lehetősége.

2. A. A tehetség ismérvei a tollaslabdázásban, egy kiválasztó program ismertetése.
B. Mély tenyeres- és fonákütés oktatása. Jellegzetes hibák, a hibajavítás lehetősége.

3. A. Edzésfeladatok, edzésszerek a tollaslabdázók felkészítésében, a kondicionális-képességek, mint a teljesítmény feltételei.
B. Középmagas tenyeres- és fonákütés oktatása. Jellegzetes hibák, a hibajavítás lehetősége.

4. A. A tollaslabdázó edzettségének jellemzői, teljesítmény-összetevői, Teljesítő-képességének elemzése.
B. A tenyeres adogatás oktatása. Jellegzetes hibák, a hibajavítás lehetősége.

5. A. Az edzés alapelvei. Az edzői munka jellemzői különböző korosztályoknál. A felnőtt és az utánpótláskorú tollaslabdázók felkészítésének szakaszai.
B. A fonák adogatások oktatása. Jellegzetes hibák, a hibajavítás lehetősége.

6. A. A kondicionális képességek komplex jellege.
B. A fej feletti tenyeres ütések oktatása. Jellegzetes hibák, a hibajavítás lehetősége.

7. A. Az erőfejlesztés életkori sajátosságai. Az erő edzése felnőtt és utánpótláskorú tollaslabdázóknál.
B. A váll feletti fonákütés oktatása. Jellegzetes hibák, a hibajavítás lehetősége.

8. A. Felkészülési időszakok, a felkészítés jellemzői, azonosságok és különbségek. Edzésterv, edzéstervezés.
B. A lábmunka oktatása. Jellegzetes hibák, a hibajavítás lehetősége
9. A. Az adogatás és adogatás fogadás taktikája egyes játékokban.
B. A felnőtt amatőr, illetve professzionális játékosok felkészítésének és foglalkozásvezetésének eltérő sajátosságai.
10. A. Az egyes játékok taktikája.
B. Versenyek, tanfolyamok, sporttáborok szervezési és vezetési elvei.
11. A. Támadó és védekező felállások páros játékokban. Az adogatás és fogadás taktikája.
B. Tesztek kiválasztása és alkalmazása a játékosok technikai biztonságának jellemzésére.
12. A. Vegyes páros játékok taktikája
B. A tollaslabdázók állóképessége. Állóképesség-fajták. A fejlesztés eszközei és módszerei az életkori sajátosságok figyelembevételével.

Irodalom:

Fodor-Rázsó-Kaplony: Tollaslabdázás (1984)