

## Kajak-kenu BSc záróvizsgatételek

1. A. Ősi vízi közlekedési eszközök, fejlődésük.  
B. A tudomány szerepe a kajak-kenu sportban. (táplálkozás, táplálék kiegészítők, magaslát, aklimatizáció, dopping, mérnöki munka, sportsérülések, ellenőrzések).
2. A. A kajak-kenu sport története.  
B. Gyermek-kölyök korosztály alapvető képzési feladatai.
3. A. A sportfelszerelések változásainak hatása a kajak-kenu sport fejlődésére.  
B. Az edzéselmélet fejlődésének hatása a kajak-kenu sport eredményeinek javulásában.
4. A. Serdülő-ifjúsági korosztály alapvető képzési feladatai.  
B. Utánpótlás csoport indításának (szervezési, élettani, pedagógiai, edzéselméleti) problémái.
5. A. Sportágunkban használt edzés módszerek egymásból való építkezése.  
B. Különböző versenyek céljai, feladatai és a versenyekre való közvetlen felkészülés.
6. A. Az állóképesség fejlesztése különböző életkori, versenyéletkori és versenyző minőségi szakaszokban.  
B. Csapathajók felkészítése és összeállításának szempontjai.
7. A. Az erő fejlesztése különböző életkori, versenyéletkori és versenyző minőségi szakaszokban.  
B. A műszaki fejlődés és versenyzői kreativitás hatása a sportágra (sportfelszerelések, video - mozgáselemzés, orvosi műszerek, számítógép, pulzuszámoló óra, stb.).
8. A. A gyorsaság fejlesztése különböző életkori, versenyéletkori és versenyző minőségi szakaszokban.  
B. Szakágak: sárkányhajó, szlalom, rafting, kajakpóló, maraton (felszerelés, technika, szabály, verseny).

9. A. Junior-felnőtt korosztály alapvető képzési feladatai.
  - B. Sportágspecifikus sérülések.
  
10. A. Technikai képzés (kajak) a különböző korosztályokban és minőségi szinten.
  - B. Versenyrendezési, szervezési feladatok.
  
11. A. Technikai képzés (kenu) a különböző korosztályokban és minőségi szinten.
  - B. Kiegészítő sportok szerepe a különböző korosztályok felkészülésében.
  
12. A. A bemelegítés célja, gyakorlata (edzés, versenyzés) és a specialitások szerepe a bemelegítésben, felkészülésben, rehabilitációban.
  - B. Sportfelszerelések (hajók, lapátok) fejlődése (súly, méret, típusok), hatása a technikára, sebességre, stb.

**Irodalom:**

- Füzesséry Gy. (1980): Kajakozás-kenuzás. TF Továbbképző Intézet, Budapest
- Balogh J. (1996/2): A túrakajak sport technikai elemeinek rendszere és a tanulási folyamat főbb állomásai. Testnevelés-és Sporttudomány
- Pápai F. (1979): Kajakozás-kenuzás verseny és játékszabályok. Sport, Budapest.
- Bokody J. (1988): Vizi KRESZ. Sport, Budapest.
- Bokody, Hábl, Susoczky (1977): Vizi túrázás. Sport, Budapest.