

Kosárlabdázás – BSc záróvizsgatételek

1. A. A kosárlabda játék jellemzése, a sportág profilja. Fejlődési tendenciák a nemzetközi kosárlabdázásban.
B. A labdavezetés technikája, oktatása. Jellegzetes hibák, a hibajavítás módszertana.
2. A. A tehetség ismérvei a kosárlabdázásban, egy kiválasztó program bemutatása.
B. Az egyéni védekezés oktatása, a jellegzetes hibák és javításuk módszerei.
3. A. Az edzés alapelvei. Az edzői munka jellemzői a különböző korosztályoknál. A felnőtt és az utánpótláskorú kosárlabdázók felkészítésének szakaszai.
B. A fektetett dobás technikája, oktatása, jellegzetes hibái, a hibajavítás lehetőségei.
4. A. A tempódobás technikája, oktatásmódszertana, jellegzetes hibái és a hibajavítás lehetőségei.
B. Támadás rendezetlen védelem ellen. A gyorsindítás lehetőségei, részmozzanatai. A rendezetlen védelem elleni támadás oktatása.
5. A. A kosárlabdázás labdás és labdanélküli alapelemeinek oktatásmódszertana.
B. A kondicionális képességek fejlesztésének életkori sajátosságai. A képességfejlesztés jellemzése a különböző korosztályokban.
6. A. Támadójáték emberfogásos védekezés ellen. A támadási kombinációk megválasztásának szempontjai.
B. Az emberfogásos csapatvédekezés oktatása. Jellegzetes hibák a hibajavítás lehetőségei.
7. A. A sarkazás, cselezés technikája és oktatása. Védőtérfélre visszajutott labda meghatározása, szabálya.
B. A kosárlabdázó edzettségének jellemzői, a teljesítmény összetevői.

8. A. Az 1:1 és a 2:2 elleni játék oktatása, a támadók és a védők feladatai.
B. Stratégia-taktika. Taktikai feladat, taktikai gondolkodás, a döntés mechanizmusa.
9. A. A 3:3 elleni játék oktatása, a támadók és a védők lehetőségei a helyzetmegoldásokban.
B. Az edzés tervezése. A felkészülési időszakok jellemzői.
10. A. Területvédekezés a kosárlabdázásban, alapfelállások. A területvédekezés oktatása.
B. A labdaátadások oktatása támadó-védő egységben, jellegzetes hibák és a hibajavítás módszertana.
11. A. Csapatszerkezet, csapatépítés. Az általános és a speciális képzés sajátosságai.
B. A koordinációs képességek szerepe a kosárlabdázásban. A koordinációs képességek fejlesztése az életkori sajátosságok figyelembevételével.
12. A. Területvédekezés elleni játék, alapfelállások, támadási taktikák.
B. A gyorsaság fejlesztése a kosárlabdázásban az életkori sajátosságok figyelembevételével.

Irodalom:

- Ránky M. (1999): Játék a kosárlabda - , a kosárlabda játék. Panz-Westermann, Celldömölk.
- Bácsalmási G., Bácsalmási L. (2005): Tanulj meg kosárlabdát tanítani. Magánkiadás, Budapest.
- Páder J. (1988): Kosárlabdázás. (4. jav. kiad.) Tankönyvkiadó, Budapest.
- Varga M.(1999): Az elzárás nélküli, mozgó rendszerű támadás elvei és oktatása. Sport-Vet Bt., Pilisjászfalu.
- Varga M.(2005): Az elzárás és oktatása a kosárlabda játékban. Sport-Vet Bt., Pilisjászfalu.
- Mondoni M. (1996): Mini kosárlabdázás. II. MKOSZ, Budapest.
- Hartyányi Zs.(2004): Kosárlabda mindenkinek. Göttinger Bt., Budapest.