

Labdarúgás – BSc záróvizsgatételek

1. A. Labdarúgó-technika, az oktatás feltételei, a mozgástanulás szakaszai a kiválasztástól az érésig.
B. A labdaátvételek oktatása gyermeklabdarúgóknak. Jellegzetes hibák, a hibajavítás lehetősége.
2. A. Edzésfeladatok, edzésszerek a labdarúgók felkészítésében, a kondicionális képességek mint a teljesítmény feltételei.
B. Az egyéni játék eszközei és oktatásuk módszerei. Jellegzetes hibák, a hibajavítás lehetősége.
3. A. A labdarúgó edzettségének jellemzői, teljesítmény-összetevői. A labdarúgó teljesítő-képességének elemzése.
B. A napjainkban alkalmazott játékrendszerek elemzése.
4. A. Az edzés alapelvei. Az edzői munka jellemzői különböző korosztályoknál. A felnőtt és az utánpótláskorú labdarúgók felkészítésének szakaszai.
B. Stratégiai és taktikai alapfogalmak.
5. A. Taktika. Taktikai feladat, játékhelyzetek, taktikai gondolkodás, választás, döntés.
B. A labdaszerzések technikai megoldásai, felosztásuk, oktatásuk. Jellegzetes hibák, a hibajavítás lehetősége.
6. A. Felkészülési időszakok, a felkészítés jellemzői, azonosságok és különbségek (nyár-ősz, tél-tavaszi). Edzésterv, edzéstervezés.
B. A kondicionális képességek komplex jellege.

7. A. Az együttes labdaszerzési eljárások elemzése, oktatásuk módszerei. Jellegzetes hibák, a hibajavítás lehetősége.
B. Az erőfejlesztés életkori sajátosságai. Az erő edzése felnőtt és utánpótláskorú labdarúgóknál.
8. A. A támadás taktikája. Támadás rendezetlen és felállt védelem ellen. Típushelyzetek az alapvonaljátékban.
B. Fejlesztések. Felosztásuk, oktatásuk gyermeklabdarúgóknál. Jellegzetes hibák, a hibajavítás lehetősége.
9. A. A gyorsaság edzése labdarúgóknál, gyorsaságfejlesztés az életkori sajátosságok figyelembevételével.
B. A támadás és a védekezés taktikája az egyes játékkorszakokban. A támadás és a védekezés egysége.
10. A. Labdarúgó-állóképesség. Az állóképesség fajtái, a fejlesztés eszközei és módszerei az életkori sajátosságok figyelembevételével.
B. A védekezés taktikája. Egyéni és együttes védelem. Emberfogás, területvédekezés, vegyes védekezés, letámadás, pressing.
11. A. Versenyek, tanfolyamok, sporttáborok szervezési és vezetési elvei.
B. Együttes labdaszerzési eljárások elemzése, oktatásuk módszerei. Jellegzetes hibák, a hibajavítás lehetősége.
12. A. A kapus edzése, valamennyi edzéselméleti és -módszertani szempont figyelembevételével.
B. A tehetség ismérvei a labdarúgásban, egy kiválasztó program ismertetése.

Irodalom:

Bicskei B. (1998): Utánpótláskorú labdarúgók felkészítése. Aréna 2000-Sportfutár, Budapest.

Görtl B. (2002): Labdarúgás lépésről lépésre. Magyar Sporttudományi Társaság, Budapest.

Tóth J., Pári S. (2006): Utánpótláskorú labdarúgók felkészítésének szakmai követelményei.

Magánkiadás, Budapest.

Mezey Gy.(1988): Élvonalbeli labdarúgók felkészítése. Sport, Budapest.

Benedek E., Pálfai J. (1978): 600 Labdarúgó edzésjáték. Sport, Budapest.

Zalka A. (1991): A labdarúgóedzés elmélete és módszertana Sport, Budapest.

Hargitay Gy. (1975): A korszerű kapusjáték. Sport, Budapest.