

Röplabdázás – BSc záróvizsgatételek

1. A. A röplabdázás mint csapatjáték jellemzése, a sportág profilja. Fejlődési irányzatok, tendenciák a nemzetközi röplabdázásban.
B. A nyitások oktatása. Jellegzetes hibák, a hibajavítás lehetősége.
2. A. A tehetség ismérvei a röplabdázásban, egy kiválasztó program ismertetése.
B. Az alkarérintés oktatása. Jellegzetes hibák, a hibajavítás lehetősége.
3. A. Edzésfeladatok, edzésszerek a röplabdázók felkészítésében, a kondicionális képességek mint a teljesítmény feltételei.
B. A kosárérintés – feladás oktatása. Jellegzetes hibák, a hibajavítás lehetősége.
4. A. A röplabdázó edzettségének jellemzői, teljesítmény-összetevői, Teljesítő-képességének elemzése.
B. A leütés oktatása. Jellegzetes hibák, a hibajavítás lehetősége.
5. A. Az edzés alapelvei. Az edzői munka jellemzői különböző korosztályoknál. A felnőtt és az utánpótláskorú röplabdázók felkészítésének szakaszai.
B. A sáncolás oktatása. Jellegzetes hibák, a hibajavítás lehetősége.
6. A. A kondicionális képességek komplex jellege.
B. A mezőnyvédekezés oktatása. Jellegzetes hibák, a hibajavítás lehetősége.
7. A. Az erőfejlesztés életkori sajátosságai. Az erő edzése felnőtt és utánpótláskorú röplabdázóknál.
B. A támadási kombinációk megválasztásának szempontjai. A gyakorlás eltérő vonásai a különböző képzettségű csapatoknál.

8. A. Felkészülési időszakok, a felkészítés jellemzői, azonosságok és különbségek. Edzésterv, edzéstervezés.
B. A gyorsaság edzése röplabdázóknál, a gyorsaság fejlesztése az életkori sajátosságok figyelembevételével.

9. A. Támadási taktikák a röplabdázásban.
B. A felnőtt amatőr, illetve professzionális csapatok felkészítésének és foglalkozásvezetésének eltérő sajátosságai.

10. A. Védekezési (háló menti) taktikák a röplabdázásban.
Védekezési (mezőnyvédekezés) taktikák a röplabdázásban, védekezési rendszerek.
B. Versenyek, tanfolyamok, sporttáborok szervezési és vezetési elvei.

11. A. Az általános és a speciális képzés sajátosságai. Csapatszerkezet, csapatépítés.
B. Tesztek kiválasztása és alkalmazása a játékosok technikai biztonságának jellemzésére.

12. A. A röplabdázás stratégiája és taktikája. A játékrendszerek megválasztásának szempontjai.
B. A röplabdázók állóképessége. Állóképesség-fajták. A fejlesztés eszközei és módszerei az életkori sajátosságok figyelembevételével.

Irodalom:

Garamvölgyi M.(2004): A röplabdázás technikája és taktikája. TF, Budapest.

Hancik, V., Belaj, J., Macura, I., Horsky, L. (1990): Röplabdaedzés utánpótláskorú és felnőtt csapatok részére. HungáriaSport, Budapest.

Rigler E., Koltai M.(2001): Gyakorlatgyűjtemény a röplabda iskolai oktatásához. TF, Budapest.

Kiss L., Porubszky L., Tarnawa F.(1981): Röplabdázás. Sport, Budapest.

Németh L. (Szerk.) (2002):Röplabdázás: szöveggyűjtemény. I. MRSZ, Budapest.

Oláh L. (Szerk.) (2004): Röplabdázás: szöveggyűjtemény. II. MRSZ, Budapest.