

Tantárgy: SPORTJÁTÉKOK I-II (KÉZILABDA)**Szak: BSc Testnevelő-Edző I. évfolyam 2. szemeszter****Tagozat: nappali****Vizsgaforma: kollokvium****Aláírás megszerzése:**

- Az órák 30%-án jelen kell lenni, az órák 50%-án aktívan részt kell venni. Az órákon időben, az előzetesen meghatározott felszerelésben kell megjelenni és részt venni.
- A szemeszter során 2db felnőtt NBI vagy NBI/b-s kézilabda mérkőzést kell megtekinteni személyesen, és arról versenyjegyzőkönyvet készíteni. A jegyzőkönyvet a mérkőzés végén az edző vagy a játékvezető, aláírásával hitelesíti. A jegyzőkönyveket a 12. hétig el kell készíteni és beadni.

Gyakorlati jegy:

- A félév kollokviummal zárul, melynek feltétele a hallgatók minimum elégséges szintű jártassága az ellenőrző gyakorlatokban. Az ellenőrző gyakorlatokat a 7. és a 12. héten mutathatják be a hallgatók, illetve a kollokvium napján. Mindig a jobbik kísérlet számít.
- 1. ellenőrző gyakorlat: célkeretre dobás. A hallgató a felező vonaltól felső dobással passzol az adogatónak, aki 11m-re a kaputól és 4m-re az oldalvonalától helyezkedik el, a bemutatást végző dobókarjával azonos oldalon. Az átadást követően a bemutatást végző lendületes futással megindul a kapu irányába, majd az adogatótól kb. 12m-re a kaputól, visszakapja a labdát. A labdával keresztlépést hajt végre, és a szabaddobási vonalon kívül talajról felső lövéssel kapura lő, a vele szembeni oldal felső sarkába rögzített célkeretbe. Öt kísérletből minimum kétszer a labdának át kell haladnia a célkereten ahhoz, hogy a technikai végrehajtásra elégségesnél jobb osztályzatot kapjon a hallgató.
- 2. ellenőrző gyakorlat: védő lábmunka. Hat zsámolyt helyezünk le egy téglalap négy sarkára és a hosszabbik oldalak felező pontjaira. A téglalap rövidebb oldala 4m, a hosszabbik oldal 8m hosszú. A hallgató egy fektetett 8-as alakban mozog a zsámolyokat kerülve úgy, hogy a hosszú oldalakon oldalazó mozgással halad, a rövid oldalakon és középen előre, illetve hátra futómozgást végez. A gyakorlat alatt végig arccal előre egy meghatározott irányba kell maradnia, a zsámolyokat kívülről kell a leírt módon kerülni. Két „kört” kell menni: a fiúknak 23”, a lányoknak 26” szint időt kell teljesíteni.