



elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem
Pedagógiai és Pszichológiai Kar

Edző alapképzési szak – felvételi követelmények

Pontszámítás

Biológia írásbeli: 50 pont
Sportági elmélet szóbeli: 30 pont
Sportági elmélet írásbeli: 30 pont
Sportági gyakorlat: 90 pont
Összesen: 200 pont

Az összpontszámot a felvételi vizsgán elért pontszám kétszerese adja (tehát a maximum $200 \times 2 =$ maximum 400). Amennyiben a jelentkező a felvételi vizsga elemei közül bármelyikben „0” pontot ér el, a felvételi eljárásból kizárásra kerül. A biológia írásbeli felvételi vizsgán minimum 50% elérése esetén szerezhethet pontot a jelentkező.

Felmentés

Felmentést (maximális pontszámot) kapnak a **felvételi vizsgák alól** azok a jelentkezők, akik felnőtt korosztályban Olimpíán, Világbajnokságon, Európa-bajnokságon saját sportágukban 1-3. helyezést értek el, valamint azok, akik edzőként rendelkeznek ugyanilyen szintű eredményekkel.

Felmentést (maximális pontszámot) kapnak a **sportági elméleti és gyakorlati vizsgák alól** azok a jelentkezők, akik felnőtt korosztályban Olimpíán, Világbajnokságon, Európa-bajnokságon saját sportágukban 4-6. helyezést értek el, valamint azok, akik edzőként rendelkeznek ugyanilyen szintű eredményekkel.

Felmentést (maximális pontszámot) kapnak a **sportági gyakorlati vizsgák alól** azok a jelentkezők, akik saját sportágukban Nemzeti vagy Országos Bajnokságon felnőtt korosztályban 1. helyezést értek el.

A felmentés a kar saját honlapján elérhető [felmentési nyilatkozattal](#) kérhető. A sporteredményeket az adott országos sportági szakszövetség által kiállított hivatalos dokumentum igazolja.

A biológia írásbeli felvételi témakörei

A biológiai felvételi témája az emberi szervezet, ennek felépítése és működése.

A felvételi a 2010 és 2017 közötti középszintű biológiai érettségi feladatsorokból várhatóak az alábbi témakörökben:

1. Homeosztázis
2. Kültakaró – bőr, a bőr gondozása, védelme
3. A mozgás – vázrendszer, csont- és izomrendszer, szabályozása, a mozgás és mozgásrendszer egészségtana
4. A táplálkozás – jelentősége, anatómiája, élettana, emésztés, felszívódás, szabályozása, egészségtana
5. A légzés – anatómiája, élettana, légcsere, gázcsere, hangképzés, szabályozása, egészségtana
6. Az anyagszállítás, a keringési rendszer – a testfolyadékok, a szöveti keringés, a szív és az erek, szabályozása, egészségtana
7. A kiválasztás – a vizeletkiválasztó rendszer anatómiája, működése, szabályozása, egészségtana
8. A szabályozás – az idegrendszer felépítése és működése, sejtszintű folyamatok, szinapszis, az idegrendszer általános jellemzése, a gerincvelő, az agy, testérző rendszerek, érzékelés, látás, hallás és

egyensúlyérzés, kémiai érzékelés, testmozgató rendszerek, vegetatív érző és mozgató rendszerek, az emberi magatartás biológiai-pszichológiai alapjai (öröklött és tanult elemek, emlékezés, pszichés fejlődés), az idegrendszer egészségtana

9. A szabályozás – a hormonrendszer, hormonális működések, belső elválasztású mirigyek, a hormonrendszer egészségtana

10. Az immunrendszer – immunitás, vércsoportok, az immunrendszer egészségtana

11. Szaporodás és egyedfejlődés – szaporítószervek, egyedfejlődés, a szaporodás, fejlődés egészségtana

A felkészüléshez javasolt irodalmak:

1. a jelenleg használatos gimnáziumi tankönyvek

2. Gál Viktória, Gutai Zita (2009): Érettségi feladatsorok biológiából, Maxim Kiadó Szeged, ISBN 978 963 261 050 4

3. <https://www.oktatas.hu/koznevelés/erettsegi/feladatsorok>

A sportági elmélet szóbeli, írásbeli és gyakorlati követelményei specializációnként

KAJAK-KENU SPECIALIZÁCIÓ (BUDAPESTEN INDUL)

A sportági elmélet szóbeli (30 pont) és írásbeli (30 pont) vizsga témakörei:

1. Vízi sporteszközök fejlődése.
2. A nemzetközi kajak-kenu sport története.
3. A hazai kajak-kenu sport története.
4. Sporteszközök fejlődése (hajók, lapátok, kiegészítők), hatásuk.
5. A modern kajakozás és kenuzás technikája.
6. A kajak-kenu sport szakágainak ismertetése (jellemzői, használatos sporteszközök ismertetése stb.).
7. A kajak-kenu sport szakágainak szabály- és versenyrendszere.
8. A kajak-kenu sport szerepe a szabadidő-eltöltésben.
9. A kondicionális képességek fontossága a kajak-kenu sportban.
10. A koordinációs képességek fontossága a kajak-kenu sportban.

Irodalom:

Füzesséry Gy. (1970): Kajak-kenu ABC. Sport Kiadó, Bp.

Szántó Cs. (2004): Flatwater Racing Level I. Beginning Coach. ICF, Madrid, Spain

A gyakorlati vizsga feladatai (90 pont):

1. gyakorlat: szabadon választott sporteszközben (verseny kajak vagy kenu) 500 méter teljesítése helyes alaptechnikával.
2. gyakorlat: szabadon választott sporteszközben (verseny kajak vagy kenu) álló helyzetből maximális sebességre gyorsítás helyes technika alkalmazásával, fékezés, megállás, fordulás és visszavezetés a rajthelyre.
3. gyakorlat: túrakenu kormányzása egyedül, lapátátvétel nélkül 5 bójás szlalom pályán.

KOSÁRLABDA SPECIALIZÁCIÓ (BUDAPESTEN ÉS SZOMBATHELYEN INDUL)

A sportági elmélet szóbeli (30 pont) és írásbeli (30 pont) vizsga témakörei:

1. A kosárlabda sportág nemzetközi és hazai története
2. A kosárlabda aktuális alapjátékszabályai, különös tekintettel a legújabb szabálymódosításokra

3. A kosárlabda sportág hazai érdekeltségű jelentősebb nemzetközi eredményei, nagy edző és játékos egyéniségei
4. A koordinációs képességek megjelenése a kosárlabda játékban
5. A kondicionális képességek megjelenése a kosárlabda játékban
6. A támadó játékosok technikai elemei
7. A védő játékosok technikai elemei
8. A kosárlabda játékosok posztok szerinti megnevezése és rövid ismertető jellemzésük
9. A támadó taktikai rendszerek és elemek
10. A védő taktika jellemzői, védekezés fajtái

Irodalom:

Ránky M. (1999): Játék a kosárlabda, a kosárlabda játék. Pauz-Westermann, Celldömölk

Bácsalmási G., Bácsalmási L. (2005): Tanulj meg kosárlabdát tanítani. Magánkiadás, Bp.

Hartyáni Zs. (szerk.) (2004): Kosárlabda mindenkinek. Göttinger Bt., Bp.

Magyar kosárlabda versenyszabályok 2015. MKOSZ, Bp. 2015.

Elektronikus dokumentum:

http://asp01.ex-lh.hu:1801/webclient/DeliveryManager?application=DIGITool-3&owner=resourcediscovery&custom_att_2=simple_viewer&pid=14400

A gyakorlati vizsga feladatai (90 pont):

1. gyakorlat: labdavezetés hosszú indulással a kosárlabda pálya alapvonalától, szlalom labdavezetés bóják kerülésével a félpályáig, fordulás labdavezetés közben a gyűrű felé, bal kezes labdavezetéssel a büntetőterület sarkánál keresztleütéssel irányváltoztatás, jobb kezes fektetett dobás. Ellenkező kézzel és oldalra egyaránt.
2. gyakorlat: 3 büntető dobás.
3. gyakorlat: 3-3 elleni játék 5 percig egy palánkra, váltogatva a támadó és védő szerepet.

TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS SPECIALIZÁCIÓ (SZOMBATHELYEN INDUL)

A sportági elmélet szóbeli (30 pont) és írásbeli (30 pont) vizsga témakörei

1. A tájékozódási futás sportág nemzetközi és hazai története, a magyarok legkiemelkedőbb eredményei
2. A különböző szakágak legfontosabb jellemzői (tájékozódási futás, sítájékozódási futás, tájkerékpározás, trail-O)
3. A tájékozódási futás versenyszabályzata
4. Sportági profil, képességek és készségek rendszere a tájékozódási futásban
5. A tájékozódás technikai elemei- és edzésgyakorlatok
6. A tájékozódás oktatásának menete
7. A tájfutók kondicionális felkészítésének alapvető jellemzői
8. A tájfutók mentális felkészítésének lehetőségei, gyakorlatai, - szellemi felkészülés
9. Taktika a tájékozódási futásban
10. A terepfutás és az atlétikai futás összehasonlítása

Irodalom

A tájékozódási futás versenyszabályzata

Elektronikus dokumentum: http://admin.mtfsz.hu/fajl/get/fajl_id/2911/tipus/download

Dosek Á. (szerk.) (1997): Erdők hegyek sportjai. MTF SZ, Bp.

Andersson, G.: Tájékozódási futás az iskolában 6-12 éveseknek (letölthető 2016 októbertől)

http://adatbank.mtfsz.hu/dokumentum/show/dokumentum_id/94/dokkategoria_id/26

Tájékozódási futó térképek jelei, szabványai (ISOM, ISSOM)

http://adatbank.mtfsz.hu/dokumentum/lista/dokkategoria_id/9

Tájfutó edzésgyakorlatok, oktatás alapjai

http://adatbank.mfhsz.hu/dokumentum/lista/dokkategoria_id/18

A gyakorlati vizsga feladatai (90 pont)

1. gyakorlat: útvonal követéses gyakorlat terepen, a térképre jelölt vonal mentén egyszerű, majd átvágásokkal megoldható feladattal, végül domborzati idomok közötti tájékozódással, időméréssel (térképre nem jelölt ellenőrzőpontok bizonyítják a tájékozódás sikerét).
2. gyakorlat: finom térképolvasás gyakorlata, sok ellenőrzőpont megfogása szintidőre, pontbegyűjtés.
3. gyakorlat: útvonal választási feladat tervezése és a kiválasztott variáció megoldása, (iránymenetes szakasz beépítésével).