



Károli Gáspár Református Egyetem
Pedagógiai Kar

Károli Gáspár Református Egyetem Pedagógiai Kar

Testnevelés műveltségterületi tételsor

Tárgykód: PK TN1123900/ PK TL1123900/ PK R10000

Tanító alapképzési szak

Hatályos: 2022.



TESTNEVELÉS MŰVELTSÉGTERÜLETI SZIGORLATI TÉTELEK 2022.
PK TN1123900/ PK TL1123900/ PK R10000

1. Testkultúra, testi nevelés, testnevelés tantárgy fogalma, céljai, jelentősége a mai magyar közoktatásban (mindennapos testnevelés, minőségi testnevelés elvei).
2. A motoros képesség fogalma, értelmezése, élettani háttere, felosztása.
3. A mozgástanulás alapvető feltételei, a mozgástanulás szakaszai. Hibajavítás lehetőségei, elvei.
4. A személyiségfejlesztés lehetőségei a sport által.
5. A gimnasztika szerepe, jelentősége a testgyakorlati ágak előkészítésében. Szabad-, társas- és kéziszeres gyakorlatanyaga.
6. Az atlétika főbb ágai: A futásokról általában, a futómozgás jellemzése, speciális bemelegítése és képességfejlesztése.
7. Az atlétika főbb ágai: az ugrások általános jellemzése, törvényszerűségek, speciális bemelegítése és képességfejlesztése. Távolsugrás és magasugrás technikája, oktatása, hibajavítása, előkészítése, rávezető gyakorlatok ismertetése.
8. Az atlétika főbb ágai: a dobásokról általában, a dobások jellemzése, törvényszerűségek, speciális bemelegítése és képességfejlesztése. A kislabdahajítás technikája, oktatása, hibajavítás, előkészítés, rávezetés.
9. A torna gyakorlatanyagának bemutatása: talajtornában oktatott technikai elemek bemutatása, oktatása, hibajavítása, előkészítése.
10. A torna gyakorlatanyagának bemutatása: tanult valódi támaszugrások bemutatása, oktatása, hibajavítása, előkészítése.
11. A torna gyakorlatanyagának bemutatása: gerendán tanult járások, gyűrűn oktatott technikai elemek bemutatása, oktatása, hibajavítása, előkészítése.
12. Sportjátékok megjelenése az iskolai testnevelésben: kézilabdázás szabályai, főbb technikai és taktikai elemek bemutatása, oktatása, hibajavítása, előkészítése.
13. Sportjátékok megjelenése az iskolai testnevelésben: kosárlabdázás szabályai, főbb technikai és taktikai elemek bemutatása, oktatása, hibajavítása, előkészítése.
14. Sportjátékok megjelenése az iskolai testnevelésben: röplabdázás szabályai, főbb technikai és taktikai elemek bemutatása, oktatása, hibajavítása, előkészítése.
15. Sportjátékok megjelenése az iskolai testnevelésben: labdarúgás szabályai, főbb technikai és taktikai elemek bemutatása, oktatása, hibajavítása, előkészítése.
16. A küzdősportok gyakorlatanyagának bemutatása az asszertivitás tükrében.
17. A testnevelés és népi játékok és az alternatív játékok tematikus bemutatása a személyiségjegyek kapcsolataival.
18. Mérések a testnevelésben. Értékelési, önértékelési formák a testnevelésben, a differenciálás elvei, lehetőségei.