

## Edző alapképzési szak (BSc)

### Felvételi követelmények

Biológia írásbeli	50 pont
Sportági elmélet szóbeli	30 pont
Sportági elmélet írásbeli	30 pont
Sportági gyakorlat	90 pont
<b>Összesen</b>	<b>200 pont</b>

Az összpontszámot a felvételi vizsgán elért pontszám kétszerese adja.

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 szerezhet pontot a jelentkező.

Felmentést (maximális pontszámot) kapnak mind az elméleti, mind a gyakorlati vizsgák alól azok a jelentkezők, akik Olimpión, Világbajnokságon, Európa-bajnokságon, Világ Kupán **saját sportágukban** 1-3. helyezést értek el, valamint azok, akik edzőként rendelkeznek ugyanilyen szintű eredményekkel.

Felmentést (maximális pontszámot) kapnak a gyakorlati vizsgák alól azok a jelentkezők, akik Olimpión, Világbajnokságon, Európa-bajnokságon, Világ Kupán **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 sporteredményeket az adott országos sportági szakszövetség által kiállított dokumentum igazolja.

### Képzés

**Az alapképzési szak megnevezése:** edző (Physical Training)

**Végzettségi szint:** alap- (baccalaureus, bachelor; rövidítve: BA-) fokozat

**Szakképzettség:** szakedző (megjelölve a sportágot) (Physical Trainer)

**Képzési terület:** sporttudomány

**A képzési idő félévekben:** 6 félév

**Az alapfokozat megszerzéséhez összegyűjtendő kreditek száma:** 180 kredit

## BIOLÓGIA ÍRÁSBELI

A Biológia tárgy felvételi követelményei a **középiskolában oktatott anatómiai, élettani ismeretek** alapján összeállított **írásbeli** teszt, amelynek minimálisan 50%-os teljesítése esetén érhet el pontot a felvételiző.

### Témakörök:

<http://tudasbazis.sulinet.hu/hu/termeszetudomanyok/biologia/emberi-test>

### Kötelező szakirodalom:

1. LÉNÁRD G. (2015): Biológia 11. tankönyv a gimnáziumok számára, Eszterházy Károly Egyetem, OFI, NT-17308
2. LÉNÁRD G. (2015): Biológia 12. tankönyv a gimnáziumok számára, Eszterházy Károly Egyetem, OFI, NT-17408

## GYAKORLATI VIZSGA

### ATLÉTIKA

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

1. Sprint, gát, váltó futás stílus története.
2. Közép-, hosszú, akadályfutás és gyaloglás stílus története.
3. Marathon futásról általában (1896-2016).
4. Kondicionális képességek fejlesztése az atlétika mozgásanyagával.
5. Szökdelések-ugrások koordinációs mintájának kialakítása.
6. Távol-, magas-, hármas és rúdugrás stílus története.
7. Dobások koordinációs mintájának kialakítása.
8. Súlylökés, gerelyhajítás, diszkosz-, kalapácsvetés stílus története.
9. Összetett versenyzésről általában.
10. Az atlétika szakágainak legfontosabb szabályai.

### Irodalom

- IAAF Atlétikai szabálykönyv 2020.

Elektronikus dokumentum:

<https://atletika.hu/sites/default/files/masz/dokumentumok/versenybirokvversenyiroda/worldathleticsszabalykonyv20200215.pdf>

- Takács L. (szerk.)(2004): Atlétika: technika, oktatás, edzés. SE TSK, Bp.

- Krasovec F., (szerk.)(1997): Száz év atlétika. MASZ, Bp.

#### A gyakorlati vizsga feladatai (90 pont)

1. gyakorlat: futás
  - 60 m síkfutás és 2000 m síkfutás időre.
2. gyakorlat: ugrás
  - gát fölött szökdelés páros lábon folyamatosan (8 gát/76 cm, illetve 91 cm) és ráfutásból 5-ös ugrás váltott lábon.
3. gyakorlat: dobás
  - kétkezes vetés előre (3-5 kg súlygolyó) és kétkezes vetés hátra fej felett (3-5 kg).

Atlétika edző alapszak

Női 60m	Ffi 60m	Pont	Női 2000m	Ffi 2000m
8,6	7,5	15	8:05	7:15
8,8	7,7	13	8:20	7:30
9	7,9	11	8:35	7:45
9,2	8,1	9	8:50	8:00
9,4	8,3	7	9:10	8:20
9,6	8,5	5	9:25	8:40
9,8	8,7	3	9:40	9:00
10	8,9	1	10:00	9:20
Női gátsz.	Ffi gátsz.	Pont	Női 5-ös	Ffi 5-ös
8 gát	8 gát	15	15.00	16.50
7 gát	7 gát	13	14.50	16.00
6 gát	6 gát	11	14.00	15.50
5 gát	5 gát	9	13.60	15.00
4 gát	4 gát	7	13.20	14.50
3 gát	3 gát	5	12.80	14.00
2 gát	2 gát	3	12.40	13.50
1 gát	1 gát	1	12.00	13.00
Női 3kg	Ffi 5kg	Pont		
12.00	14.00	15		
11.35	13.30	13		
10.60	12.60	11		
9.80	11.80	9		
9.00	11.00	7		
8.40	10.40	5		
7.70	9.70	3		
7.00	9.00	1		