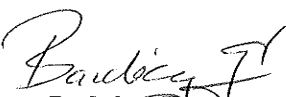



ÖNKORMÁNYZATI MINISZTERIUM

Jóváhagyták:



Dr. Csire Péter
Humánerőforrás és Civilkapcsolati Főosztály
főosztályvezető



Lukács Zsuzsanna
Sport és Stratégiai Főosztály
főosztályvezető

Szóbeli vizsgakérdések
az OKJ 52 813 01 00010 33 01 Sportoktató (sportág megjelölésével)
részsakképesítés szakmai vizsgájához

6. vizsgarész

0083-06/3 Sportoktató (sportág megjelölésével) speciális tevékenységi köre

3. vizsgafeladat

A sporttechnika oktatási folyamatának ismertetése. Stratégia, taktika

2009.

1. Az Ön egyik tanítványa 10-ből 8x bedobja a büntető dobást, más viszont 10-ből 2x jár sikerrel. Önnek ki kell javítani tanítványa technikáját, hogy nagyobb százalékkal értékesítse a dobásokat.
Fogalmazza meg, mit jelent a helyes technika és a sporttechnika, milyen szerepe van a teljesítményben?
2. Ön azt tapasztalja, hogy sportolói a megtanult, megszilárdult technikai elemeket eltérő módon hajtják végre.
Sorolja fel (sportág megjelölése) a sport technikai elemeinek végrehajtásában észlelt különbségek okait! Milyen feltételbeli különbségek lehetnek, amelyek a végrehajtás különbözőségét okozzák?
3. Önnek egy új technikai elemet kell megtanítani kezdő csoportjának. Milyen fejlődési szakaszokon keresztül történik a technika elsajátítása? Jellemezze ezeket a mozgástanulási szakaszokat!
4. Tamás levitte edzésre János barátját, akinek sokat mesélt a sportágáról. Tamás és János is 14 évesek, Tamás 6 éve jár rendszeresen edzésre. Be tud-e még kapcsolódni János a sportági munkába, lehet-e belőle versenyző? Meg tudja-e tanulni a technikai elemeket, ha motivált, és rendelkezik azokkal a fizikai adottságokkal, melyekkel a hasonló korú társai? Mikor van a sportág technikai oktatásának ideje és milyen egymásutániségben vezetné be a technikai elemek oktatását?
5. Kovács Péter szülei azzal a szándékkal viszik gyermeküket (sportág megjelölése) edzésre, hogy egyszer nemzetközi szintű versenyző váljon fiúkból. Mit tud mondani a szülőknek, milyen felkészülési szakaszokon kell végigmenni a cél eléréséhez, mennyi időt vesz igénybe, mikor várható a csúcsteljesítmény? Jellemezze ezeket a felkészülési szakaszokat!
6. Készítsen a (technikai elem megjelölése) megtanításához szükséges lábizom erősítő hatású előkészítő gyakorlatsort! Ismertesse a gyakorlatot a gimnasztikai gyakorlatok szakeírásának szabályai szerint, és rajzolja le rajzírással!
7. Készítsen a (technikai elem megjelölése) megtanításához szükséges rávezető gyakorlatsort!
Ismertesse a gyakorlatot a gimnasztikai gyakorlatok szakeírásának szabályai szerint, és rajzolja le rajzírással!
8. Készítsen a (technikai elem megjelölése) megtanításához szükséges célgyakorlatot! Ismertesse a gyakorlatot a gimnasztikai gyakorlatok szakeírásának szabályai szerint, és rajzolja le rajzírással!

9. Az edzés végén tanítványi sietnének az öltözőbe, de Ön visszatartja őket, és még beiktatja a programba a csillapító és levezető részt. Mit válaszol a „miért” kérdésre, és milyen feladatokkal oldja meg az átmenetet a regenerációhoz? Ismertessen levezető gyakorlatokat a gimnasztikai gyakorlatok szakleírásainak szabályai szerint! Egy nyújtó hatású gyakorlatot rajzírással rajzoljon le!

10. Önnek a szakosztályban különböző előképzettségű csoportjai vannak. Ismertesse, hogy az általános és speciális bemelegítés gyakorlatainak ismertetésénél milyen módszereket alkalmaz! Indokolja a választott módszereket!

11. A hét végén (sportág megjelölése) verseny (mérkőzés) lesz sportolóinak. Az ellenfeleket ismeri. Ismertesse és indokolja stratégiai és taktikai elképzelését! Magyarázza meg a taktika fogalmát, csoportosítsa és értelmezze a stratégia jelentőségét!

12. Zsuzsi a megtanult gyakorlatot minden alkalommal edzésen és versenyen is helyesen végre tudja hajtani. Botond irányító játékos a helyi kézilabda csapatban. Edzéseken gyakorolták a zárásokat, de sajnos meccs szituációban nem sikerült a feladatot megoldani, ezért a csapat elveszítette a mérkőzést. Mitől függ a két sportoló teljesítménye? Milyen készségekkel rendelkeznek, vagy nem rendelkeznek a sportolók? Ismertesse a technika és taktika összefüggéseit!

13. Sportolói felkészülése szempontjából elengedhetetlen, hogy ismerjék a taktikai feladatokat. Jellemezze a taktikai cselekvést és taktikai gondolkodást az Ön sportágában! Ismertesse a hosszú távú, a verseny előtti és verseny alatti taktikai feladatokat, taktikai elemeket!

A taktika jelentősége szempontjából az Ön sportága melyik csoportba tartozik?

14. Ismertesse a sportoktató gyakorlati képzésén tett edzés és versenylátogatás megfigyelési szempontjait! Milyen előkészítő és utómunkákat kellett elvégezni a megfigyelés során? Mondja el tapasztalatait!

15. Ön (sportág megjelölése) oktató. Sok gyerek jár a csoportjába. Mindenki kiválóan és szorgalmasan dolgozik, jó a csapat hangulat, szívesen járnak önhöz edzésre, és a versenyeken is jól szerepelnek. Mi lehet ennek az oka? Fogalmazza meg, hogy melyek a jó csapat ismérvei? Ismertesse az edzésszervezés fogalmát, alapvető feltételeit és az edzések formáit!

16. Az edzésen a technikai elemek mellett taktikai elemeket tanít sportolóinak. Milyen szempontok alapján választja ki, a technikai és taktikai elemek sorrendiségét? Melyek az oktatással kapcsolatos módszertani kérdések?

17. Ön a (sportági technikai elem)-et szeretné megtanítani tanítványának. Mutassa be az oktatási folyamatot, elemezze a mozgástanulás feltételeit tanítványánál!

18. Egyik tanítványánál nehézségeket tapasztal a helyes technika elsajátításában. Mindent megpróbál, a lehető legjobb feltételeket biztosítja, mégsem jár sikerrel. Az egyik beszélgetés során kiderül, hogy tanítványa a szülők erőltetésére jött le edzésre, egyáltalán nem motivált, nem is akarja megtanulni a technikai elemet. Mit tud tenni? A mozgástanulás feltételei közül melyik hiányzik tanítványánál? Sorolja fel a mozgástanulás feltételeit, és szakaszait!

19. Tanítványa a (technikai elem megjelölése) a tanulási fázis első szakaszában hibásan hajtja végre a gyakorlatot. Sorolja fel, hogy mik lehetnek a hiba forrásai, hogyan és milyen módszerrel javítaná ki mozgását?

20. Ismertesse a sportversenyek felosztását sportszervezési és edzésmódszertani szempontból! Jellemezze a versenyeket a felosztás szerint!