

Testnevelés kollokviumi vizsga tételsor 2017-től.

„A” összetevő – elmélet és módszertan

- A/1. Mutassa be az iskolai testnevelés helyét és szerepét az iskola oktató-nevelő munkájának hatásrendszerében.
- A/2. Mutassa be példákon keresztül, hogyan valósul meg a pszichomotoros, a kognitív és az affektív fejlesztés az iskolai testnevelésben. Részletezze a tantárgy komplex személyiségfejlesztésben betöltött szerepét.
- A/3. Mutassa be a mozgásfejlődés folyamatát az arra ható belső és külső tényezők viszonylatában. Módszertani értelemben hogyan tájékozódhat a pedagógus az egyes tanítványok mozgásfejlettségi szintjéről, és miért van ennek jelentősége?
- A/4. A minőségelvű testnevelés-oktatás pedagógiai alapelvei és kiemelt szempontjai.
- A/5. A testnevelésórákon alkalmazott mozgásanyag jellege, az alsó tagozatos testnevelés tantervi alapismeretei. (NAT 2012, KT 2012)
- A/6. A testnevelésórák felépítésének általános szabályai az egyes órárészek fő feladatainak részletezésével.
- A/7. A testnevelésóra előzetes feladatainak és bevezető részének megvalósítási lehetőségei. A bemelegítés általános felépítése, helye és szerepe a testnevelésórákon.
- A/8. Mutassa be a leggyakrabban alkalmazott térbeli alakzatokat és gyakorlási formákat a legjellemzőbb tananyagpéldákon keresztül. Mondjon példákat a hagyományos militarista jellegű, illetve ezzel szemben a korszerű tanulást támogató módszertani megoldásokra.
- A/9. Tanulásszervezési megoldások a testnevelésórán. A foglalkoztatási formák típusai, jellemzői, előnyei és hátrányai.
- A/10. A bemelegítés, a főrész és a levezetés tananyagának viszonya, összefüggései. Bemelegítés és levezetés variációk a gyakorlatból.
- A/11. A testnevelésóra főrészének felépítési lehetőségei, és az egyes gyakorlási módszerek bemutatása gyakorlati példákon keresztül.
- A/12. A mozgástanítás előfeltételei és alapjai: direkt és indirekt módszerek, elvük, szabályaik. Mutassa be a két alapvető módszert egy-egy példával.
- A/13. A mozgásfeladat kiválasztásának és adaptálásának szempontjai.
- A/14. A tanulási feladat kommunikációjának – a feladat megértésének feltételei és összefüggései.
- A/15. A tanulási környezet és a tanulók megfigyelésének módszerei testnevelésórai környezetben. Helyezkedés, figyelemmegosztás, visszajelzések.
- A/16. A testnevelésórák alapszabályai és szokásrendszere. Oktatásuk és szerepük a személyes és társas felelősség formálásában.
- A/17. A rávezető és kényszerítő gyakorlatok helye és szerepe a tananyag elsajátításában. Bemutatása konkrét gyakorlati példákon keresztül.
- A/18. Az erő- és erőállóképesség fejlesztése és módszertana az alsó tagozatos testnevelésben. Tipikus tananyagpéldák a kerettanterv felhasználásával.

A/19. A gyorsaságfejlesztés és az állóképességfejlesztés és módszertana az alsó tagozatos testnevelésben. Egy állóképességfejlesztő testnevelésóra vázlata.

A/20. Az általános ügyesség és koordináció fejlesztésének elvei, példákkal bemutatva.

A/21. A feldolgozó- és alkalmazó gyakorlatok meghatározása, szerepük a testnevelés tanításában. Példák.

A/22. A testnevelés tanmenetkészítésének szempontjai. A formatív a szummatív és a diagnosztikus értékelés módszerei.

A/23. Terhelés a testnevelésórán, a terhelésszabályozás tényezői, a fáradás. A pulzusmérés szerepe és módszertana, a NETFIT alapjai

A/24. A pozitív tanulási környezet fenntartása, a fegyelmezés módszerei.

„B” összetevő – mozgásanyag feldolgozás

B/1. A mozgásos játékok fejlesztő hatása a tanulói személyiségre. A játékfejlődés jellemzői és hatása a játékok tanórai kiválasztására különös tekintettel a kispályásokra.

B/2. A játékoktatás módszertana. A versenyjátékok, a kooperatív játékok, a kreatív játékok és a szerepjátékok jellemzői, hatásrendszere, helyes és helytelen szervezeti keretei.

B/3. Az utasításos, a folyamatos és a játékos gimnasztikavezetés elvei és módszertana. A biomechanikailag helyes testtartás kialakításának és fenntartásának gyakorlatai.

B/4. A futó- és ugróiskolai gyakorlatok helye, szerepe és oktatásmódszertana. Jellemző játékok.

B/5. A természetes hely- és helyzetváltoztató mozgások 1. – A járások és futások oktatásmódszertani alapjai.

B/6. A természetes hely- és helyzetváltoztató mozgások 2. – A szökkenés és szökdelések, valamint ugrások és érkezések oktatásmódszertani alapjai. Jellemző játékok.

B/7. A természetes hely- és helyzetváltoztató mozgások 3. – A menekülés és üldözés helye, szerepe, oktatásmódszertani alapjai. Jellemző játékok.

B/8. A természetes hely- és helyzetváltoztató mozgások 4. – A húzások, tolások, dőlések és esések oktatásmódszertana. A küzdőjátékok módszertani jellemzői.

B/9. A természetes hely- és helyzetváltoztató mozgások 5. – A támaszgyakorlatok és oktatásmódszertanuk. Állatok mozgását utánzó támaszgyakorlatok (talajon és szerekken). Jellemző játékok.

B/10. A természetes hely- és helyzetváltoztató mozgások 6. – A gurulások és átfordulások különös tekintettel a gurulóátfordulások tornaszempifikus oktatásmódszertanára.

B/11. A manipulatív természetes mozgások 1. – A labdavezetés kézzel oktatásmódszertana és gyakorlása. Jellemző játékok.

B/12. A manipulatív természetes mozgások 2. – A labdadobások oktatásmódszertana és gyakorlása különös tekintettel a mellő, felső és alsó dobásokra. Jellemző játékok.

B/13. A manipulatív természetes mozgások 3. – Az egy- és kétkézes labdagurítások oktatásmódszertana és gyakorlása. Jellemző játékok.

B/14. A manipulatív természetes mozgások 4. – Az elkapások oktatásmódszertana és gyakorlása. Jellemző játékok.

B/15. A manipulatív természetes mozgások 5. – Ütések kézzel és eszközzel oktatásmódszertana és gyakorlása. Jellemző játéka.

B/16. A manipulatív természetes mozgások 6. – A labdavezetés lábbal és a rúgások oktatásmódszertana és gyakorlása. Jellemző játéka.

B/17. Álló-, guggoló- és térdelőrajt technikája, oktatása. Rajtversenyek különböző kiindulópályákból.

B/18. Távolugrás guggoló technikája, oktatása valamint a magasugrás átlépő technikája oktatása.

B/19. A kislabdahajtás helyből és 3 lépéses dobóritmusban - előkészítés és oktatásmódszertana.

B/20. Emelés zsugorfejállásba és fejállásba. Technika, oktatás, segítségadás.

B/21. Kötélmászás előkészítése (függőfeladatok bordásfalán és kötélen), technikája. Fellendülés kézállásba oktatásmódszertana.

B/22. A labdás ügyességfejlesztés elvei, lehetőségei és módszertana. Jellemző játéka.

B/23. Felugrás keresztbe, illetve hosszába állított 3-4 részes szekrényre guggoló támaszba, és függőleges repüléssel leugrás. Technika, oktatás, segítségadás.

B/24. Támaszugrások előkészítése szökdelésekkel és ugrásfeladatokkal, ugrásfeladatok ugródeszka felhasználásával.