

MAGYAR TESTNEVELÉSI ÉS SPORTTUDOMÁNYI EGYETEM

EDZŐ ALAPKÉPZÉSI SZAK JUDO SPORTÁG

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

1. A judo kialakulása, története.
2. A judo helye és szerepe a küzdősportok között.
3. A judo helye az iskolai testnevelésben.
4. A judo versenyszabályai.
5. Az övvizsgák rendszere, szerepe a judóban.
6. A judo technikák rendszerezése.
7. Állástechnikák a judóban.
8. Földharc technikák a judóban.
9. Kondicionális képességek fejlesztése a judóban.
10. A judo verseny szervezésének és lebonyolításának feladatai. A versenyrendszer sajátosságai a korosztályok esetében.

Ajánlott irodalom:

1. Galla F. – Horváth I. (1982): Judo övvizsgák Sport Bp.
https://lib.tf.hu:443/liberty/OpacLogin?mode=BASIC&openDetail=true&corporation=HU_TF&action=search&queryTerm=uuid%3D%2215ab6340c0a80868566448f40020772a%22&operator=OR&url=%2Fopac%2Fsearch.do
2. Nagy Gy. Ósze Attila (2002): Judo kyu vizsgák Delta Mosonmagyaróvár 94 p.
https://lib.tf.hu:443/liberty/OpacLogin?mode=BASIC&openDetail=true&corporation=HU_TF&action=search&queryTerm=uuid%3D%2215a816e5c0a80868466a2a99001ecb35%22&operator=OR&url=%2Fopac%2Fsearch.do
https://lib.tf.hu:443/liberty/OpacLogin?mode=BASIC&openDetail=true&corporation=HU_TF&action=search&queryTerm=uuid%3D%2215612c02c0a808686f6259c10010a7cc%22&operator=OR&url=%2Fopac%2Fsearch.do
3. Németh E. (2005) Önvédelem, küzdősportok. In: Kézikönyv a testnevelés tanításához (5-8 osztály). Szerk: Rétsági Erzsébet, Dialóg Campus Kiadó, Budapest-Pécs 300-337.
https://lib.tf.hu:443/liberty/OpacLogin?mode=BASIC&openDetail=true&corporation=HU_TF&action=search&queryTerm=uuid%3D%22156b7406c0a808682367c8be00154325%22&operator=OR&url=%2Fopac%2Fsearch.do
4. Plavec T-Bíró N. (2012) Új judo kisenciklopédia. www.judoegled Kiadó
5. Schafer A (2006) Judo. Cser Kiadó, Budapest
https://lib.tf.hu:443/liberty/OpacLogin?mode=BASIC&openDetail=true&corporation=HU_TF&action=search&queryTerm=uuid%3D%221586b24dc0a808682e9a64070018a62c%22&operator=OR&url=%2Fopac%2Fsearch.do

MAGYAR TESTNEVELÉSI ÉS SPORTTUDOMÁNYI EGYETEM

A sportági gyakorlati vizsga feladatai (90 pont)

1. Mutassa be kedvenc állás- és földharc technikáit!
2. Mutasson be három különböző állástechnika kombinációt!
3. Mutasson be három állás-földharctechnikai átmenetet!