**nappali tagozat testnevelő edző röplabda II.TNB 2131**

**Tantárgyi tematika**

**Féléves tematika:**

1.hét: Követelményrendszer ismertetése

Alkarérintés változatai

2.hét: Nyitásfogadás test mellett technikája.

3.hét: „Méter” labda feladása, támadóérintés elől méter ( 5 .jelz támadás) labdából.

4.hét: Nyitásfogadás támasztott gát alakzatban. Támadóérintés „ méter” hátul (6. jelz .

támadás) labdából

5.hét: Egyszerű támadás saját pozícióból 4.-es 3-as helyről, támasztott gát alakzatban történő

fogadás után. Egyéb támadóérintések (ejtés, gyenge ütés, sáncra ütés, lyukra játszás)

6.hét: Hátsó sorköteles feladó, „beállás” . Csere a hátsó sorban.

7.hét: 4: 2 –es csapatszerkezet első, hátsó sorköteles feladóval és vegyes módon

8.hét: Kettes sánc középről szélre zárással

9.hét: „tyuk” elől ( 1.-es jelzésű ) feladás, és támadóérintés . A „ center” támadás -sánc

10.hét: Összetett támadások elmélete,

Néhány összetett támadási forma (kerülés) gyakorlása

11.hét Védekezés sarkos rendszerben

12.hét: 5:1 –es csapatszerkezet elmélete

5:1 –es csapatszerkezetben nyitásfogadás, befutó feladó szerepkör megismerése

13.hét: Védekezés hátsós rendszerben

Játék + játékvezetés, edzői feladatok mérkőzésen ( csere, protokoll, időkérés,)

14.hét: Gyakorlati bemutató a vizsgára bocsátás feltételeként.

Kollokviumi tételek megbeszélése

**A foglalkozásokon történő részvétel:**

* A gyakorlati foglalkozásokon a részvétel kötelező. A félévi hiányzás megengedhető mértéke teljes idejű képzésben a tantárgy heti kontakt óraszámának háromszorosa. Ennek túllépése esetén a félév nem értékelhető (TVSz 8.§ 1.)

**Félévi követelmény: kollokvium**

**Az értékelés módja, ütemezése:**

**a: vizsgára bocsátás feltétele**: 1 gyakorlat: Feladó – ütő párban, a labda bejátszása, feladás előre „méter” a labda megütése. Értékelése 1-5 érdemjeggyel a mozgás szabályokkal, sportági technikával, és dinamikai jegyekkel történő egyezősége alapján.

2. gyakorlat: Kiindulóhelyzet: Labdával a kézben a faltól 3 m távolságra. A labda feldobása, egykezes felső ütés, a visszaérkező labda alkarérintéssel való fogadása, feladás kosárérintéssel és ismételt ütés. Folyamatosan 3 ismétléssel. Értékelése 1-5 érdemjeggyel a mozgás szabályokkal, sportági technikával, és dinamikai jegyekkel történő egyezősége alapján.

***b: A kollokvium típusa***: írásbeli vagy szóbeli

Kollokviumi témakörök: A: szabály, B: technika: C: taktika

1, A játékterület jellemző méretei (pálya ,háló)

B labdanélküli mozgásminták (helyezkedés, alapállás,-mozgás, igazodás, vetődés, gurulás)

technikája,

C a játék rövid története,a magyar bajnoki rendszer lebonyolítása

2,A játék menete, pontszerzés, játszma nyerés , mérkőzés nyerés

B kosárérintés és változatainak technikája

C a röplabdajáték általános jellemzése, játékos posztok

3, A állásrend, forgásrend ,helytartás

B alkarérintés és változatainak technikája

C nyitásfogadási alakzatok

4, A labdaérintés jellemzői, érintési hibák, hálóérintés, átnyúlás a háló felett,ellentérfélbe hatolás

B támadóérintések (ütések, ejtések) technikája

C védekezési rendszerek sánc nélkül, egyes sánccal

5,A nyitás szabályai

B nyitás, egyes, és csoportos sánc technikája

C sarkos és a hátsós védekezési rendszerek

6, A támadóérintés, sáncolás szabályai, hibái

B különböző feladás módok technikája

C feladó poszt sajátosságai ( befutás , beállás, 4:2- 5:1 rendszerek )

7,A szabályos játékmegszakítás, csere, időkérés, technikai szünet, játszmák közti szünet

B soron belüli helycserék , sánc és ütés biztosítása

C egyszerű támadási minták

8, A libero játékos, játékvezetői síp,-és karjelzések

B mentő-kényszer és egyéb érintések, hálóból kipattanó labda

C összetett támadási variációk ( kerülés követés ugratás kilépés)

**Az érdemjegy kialakításának módja:**

**A vizsgára bocsátás feltételét képező két gyakorlat számtani átlaga, valamint a vizsgán szerzett érdemjegy 50-50%-ban képezi az kollokviumi érdemjegyet.**