

**NAPPALI (osztatlan) – LEVELEZŐ (rövid ciklusú)**  
**TESTNEVELŐ TANÁR**

**ZÁRÓSZIGORLATI TEMATIKA**

**2025**

1. Az iskolai testnevelés és sport cél- és feladatrendszere, műveltség tartalma, érték közvetítő szerepe. A mozgás-, játék- és sportműveltség, valamint a testkulturális értékek értelmezése iskolai környezetben.
2. A képességfejlesztés szerepe és megjelenése a tantervi célokban. A motoros képességek fogalma, rendszere, fajtái, főbb jellemzői, fejlesztésük módszerei. A motoros képességek fejlesztésének szenzitív időszakai, az iskolai testnevelésben való megvalósításának módozatai.
3. Gimnasztika szerepe, cél- és eszközrendszere, felhasználási lehetőségei a testnevelésben és a sportban. A gimnasztika mozgásanyagának csoportosítási lehetőségei. A szabadgyakorlati alapformájú és természetes gyakorlatok mozgásanyaga, oktatásmódszertani kérdései a testnevelés és sport területein.
4. A torna szerepe, cél-, és eszközrendszere, felhasználási lehetőségei a testnevelésben és a sportban. A torna mozgásanyagának hatásjellemzői. A férfi és női tornaszerek iskolai testnevelésben alkalmazott mozgásanyagának rendszerezése, szaknyelve. A tornaoktatás módszertani sajátosságai.
5. Az aerobik és a ritmikus gimnasztika (RG) célja és feladata, megjelenése a testnevelési tantervekben, iskolai alkalmazásuk lehetőségei és módja. A zenés-táncos mozgásformák (különböző táncstílusok, zenés-táncos képességfejlesztő gyakorlatok) megjelenése, tartalma, felhasználási lehetőségei és hatásmechanizmusa az iskolai környezetben.
6. Az atlétika mozgásanyagának felhasználása, tantervi helye, szerepe és jelentősége az iskola testkulturális tevékenységében. Az atlétikai futások felosztása, jellemzői, a futómozgás fejlesztésének módszerei, oktatásának metodikai eljárásai. A futásokra jellemző alapvető versenyszabályok.
7. Az atlétikai ugrások felosztása, tantervi helye és szerepe, jellemzői, az el- és felugrások összehasonlító elemzése, a fő- és részmozdulatainak oktatása, felépítése. Az ugrásokra jellemző alapvető versenyszabályok.
8. Az atlétikai dobások alapmozgásainak felosztása, tantervi helye és szerepe, jellemzői, az eredményességüket befolyásoló tényezők. Az atlétikai dobások fő- és részmozdulatainak ismertetése, oktatásának felépítése. A dobásokra vonatkozó alapvető versenyszabályok.
9. Az úszás élettani jelentősége, hatásai az ember életében, szerepe a tanulók egészségének kialakításában, megőrzésében. A különböző úszásnemek jelentősége az úszásoktatásban, a vízbiztonság kérdésköre.
10. Az úszásoktatás megjelenése a tantervekben. Az iskolai úszásoktatás megszervezésének és lebonyolításának feltételei, sajátosságai. Az iskolai úszásoktatás, az úszáskompetenciák és a Magyar Úszónemzet Program kapcsolata.

11. Küzdősportok helye, szerepe és megjelenése az érvényben lévő tantervekben (NAT, kerettanterv). A küzdő- és harci játékok jelentősége a testnevelés oktatásában, lehetőségei a tanulók személyiségének fejlesztésében.
12. A kézilabdázás szerepe a tantervekben, technikai elemeinek felosztása, oktatásuk játékos formában. A sulikézi fesztivál módszertana, megvalósítása és hatása a mozgásfejlesztésben.
13. A kisjátékok megjelenése a kézilabdázás oktatásában. A kézilabda-specifikus képességfejlesztő feladatok jelentősége és hatása a koordinációs képességek fejlesztésében.
14. A kosárlabdázás jellemzése, mozgásanyagának felosztása, csoportosítása, a sportág szerepe az iskolai testnevelésben. A "Mini kosárlabdázás" (játék könnyített feltételekkel) technikai elemeinek ismertetése, sarkalatos pontok az oktatás módszertanában.
15. A kisjátékok megjelenése a kosárlabdázás oktatásában. A kosárlabda-specifikus képességfejlesztő feladatok jelentősége és hatása a koordinációs képességek fejlesztésében.
16. A labdarúgás jellemzése, a labdarúgás sportágból kialakult sportjátékok. A labdarúgás változatainak megjelenése, helye és szerepe az iskolai kerettantervekben, jelentősége és felhasználási lehetőségei az iskolai testnevelésben és sportban.
17. A labdarúgás mozgásanyagának felosztása, előkészítő játékok, rávezető gyakorlatok és didaktikai alapelvek az oktatásukban. A kisjátékok megjelenése a labdarúgás mozgásanyagának oktatásában.
18. Jellemezze a röplabdázást, ismertesse helyét, szerepét a tantervekben, az iskolai testnevelésben a sportág alternatív lehetőségeit, megjelenési formáit. Mutassa be mozgásanyagát, oktatásának nehézségeit, didaktikai elveit.
19. Mutassa be a röplabdázás alapvető mozgásanyagának oktatását segítő előkészítő, rávezető gyakorlatokat, játékokat, oktatásmetodikai szempontjait. A röplabda-specifikus képességfejlesztő feladatok jelentősége és hatása a koordinációs képességek fejlesztésében.
20. Az iskolai testnevelés kategóriái. A gyógytestnevelés oktatásának célja, a gyógytestnevelő tanárok feladatai. A gyógytestnevelésre utaltak leggyakoribb mozgásszervi és belgyógyászati betegségei, esetükben alkalmazható mozgásformák.
21. A rekreáció fogalma, jelentősége az egyén és a társadalom életében. A rekreáció tartalma, módosítói, megjelenési formái. Célcsoportok a rekreációban. A rekreációs szemlélet megjelenése az iskolai testnevelésben.
22. Mutassa be a Testnevelés és egészségfejlesztés műveltségterületen belül az alternatív környezetben űzhető mozgásformák (sportok) helyét és szerepét az iskolai testnevelésben (floorball, frizbi, kötélugrás stb.). Rekreatív sporttevékenységek alkalmazása és képességfejlesztő lehetőségei a korosztályi sajátosságok figyelembevételével.
23. A testnevelési és népi játékok, valamint a mozgásos játékok csoportosítása, szerepük és lehetőségeik a sportági mozgások elsajátításának előkészítésében; jelentőségük az iskolai testnevelésben és sportfoglalkozásokon, oktatásmódszertani sajátosságaik.

24. A játék pedagógiai szerepe a tanulók személyiségfejlesztésében. A játékkóra felépítése, didaktikai szempontok. A mozgásos játékok oktatásmódszertani sajátosságai, valamint a játékvezetési ismeretek alkalmazásának módszertana.
25. Az inkluzív szemlélet és az esélyegyenlőség lehetőségei az iskolai testnevelésben. Az integrált testnevelési órák értelmezése, az érzékenyítés lehetőségei iskolai környezetben. A testnevelés oktatásában rejlő alternatív és adaptált módozatok a tantervi mozgásanyagban, mozgásos játékokban.

## **SZAKMÓDSZERTAN**

1. A Nemzeti alaptanterv és a kerettanterv fogalmi meghatározása (2003, 2007, 2012, 2020) jellemzői, a változások/változtatások lényege. Az érvényben lévő Nemzeti alaptanterv (2020) Testnevelés és egészségfejlesztés műveltségterület bemutatása.
2. Az iskolai pedagógiai program meghatározása, jelentősége és szerepe az iskola életében. Az iskola pedagógiai programja és a testnevelés tantárgy kapcsolata.
3. A kerettantervekre épülő tervező munka szintjei. A testnevelés tantárgyi program készítésének szempontjai. A tanmenetkészítés menete. A tematikus terv (fogalma/tartalma) és az óraterv (fogalma/tartalma) kapcsolata.
4. A testnevelés óra típusai, jellemzésük. A testnevelés óra szerkezeti felépítése, az egyes órarészek indokai, lehetséges feladatai és tartalma. A motoros tanítási-tanulási folyamat értelmezése. A mozgásos cselekvéstanulás szerkezeti felépítése, és oktatásmódszertani feladatai. A mozgásos cselekvésoktatás didaktikai sajátosságai.
5. A mozgásos cselekvéstanítás-tanulásban alkalmazott metodikai eljárások, módszerek. A verbális- és vizuális eljárások rendszerezett bemutatása, alkalmazásukkal kapcsolatos szempontok. A differenciálás fogalma, értelmezése, célja és feladata, megjelenési formái és lehetőségei a testnevelés oktatásában.
6. A segítségadás és biztosítás jelentősége, fajtái a mozgásos cselekvéstanítás folyamatában. A gyakorlás szerepe, a hibák fajtái és a hibajavítás célja, elvei és módszertani vonatkozásai.
7. Az értékelés, ellenőrzés értelmezése, célja és funkciói, megjelenési formái (típusai) a testnevelés oktatási folyamatában. A tanulói teljesítmény meghatározása, összetevői az iskolai testnevelésben.
8. A minőségi testnevelés és a pozitív tanulási környezet fogalma/tartalma, fenntartásának módszerei. A fegyelmezés kérdésköre az iskolai testnevelésben, sportban.
9. A testnevelő tanár pedagógiai tevékenységrendszer, kapcsolata tanítványaival, szerepe a személyiségfejlesztésben. A tanári kommunikáció meghatározása, kommunikációs eljárások bemutatása/felosztása, hatékony kommunikációs metodikai eljárások testnevelés órán.
10. A pedagógus egészsége, felelőssége a tanulók egészségtudatos magatartásra való nevelésében. A testnevelő tanár személyisége, mintaadó szerepe a nevelésben. A testnevelő tanár motivációs szerepe, motiváló módszereinek jellemzői.