



Edzői tanfolyami rendszer

Tanulmányi rend

Alapszint

2025-2026



1

Félév

2025.09.19 – 2026.01.31.

1.a

Szorgalmi időszak
2025.09.19 – 2026.01.04.

1. Szakasz – javasolt periódus: szeptember

Modul	Tantárgy	Témák
Sportági elmélet I.	Röplabda játék	A magyar röplabdázás jövőképe
		A technika oktatási metodikája
		Röplabda, mint sportágak családja (terem, strand, ülő, hó)
Egészség-tudomány	Élettani alapismeretek	Anatómiai alapok
		Az izomműködéssel járó élettani jelenségek
		A szív és keringési rendszer
		A légzőrendszer
		A táplálkozás minőségi és mennyiségi kérdései
	Sportártalmak sportsérülések megelőzése	Balesetmegelőzés, sportsérülések
	Humánbiológiai alapismeretek	Életszakaszok jellemzői, életkorok
		Mérőpontok, méretek I-II
		Testösszetétel I-II
		Testalkat

2. Szakasz – javasolt periódus: október

Modul	Tantárgy	Témák
Sportpedagógia és – pszichológia	A sportpedagógia alapjai	A sportpedagógia szerepe a fejlesztésben
		Személyiség- és jellemfejlesztés az edzői munkában
		A sport értelmi-érzelmi-akaratú tényezők
		Nevelési módszerek alapjai
		Oktatási módszerek alapjai
	A sportpszichológia alapjai	Utánpótlás nevelés és tehetséggondozás
		Sportteljesítmény, kognitív képességek, figyelem és koncentráció, döntésképeség, stressz-szorongás-teljesítményt, affektív területek
		Életkori sajátosságok, tehetséggondozás, sportpszichológiai eszközök és módszerek
		Edzői kommunikáció, konfliktuskezelés, csapatdinamika, vezetési stílusok

2. Szakasz – javasolt periódus: október

Modul	Tantárgy	Témák
Sportági elmélet I.	Játékok szerepe a röplabda sportágban	A játék, mint tanulási forma, játékos feladatmegoldások, előkészítő és alkalmazó játékok (kisjátékok),
	Röplabda előkészítő mozgásanyaga	Természetes (generikus) mozgások
		Alapmozgások és labdadobások alapjai röplabda sportágban
	Sportági alaptechnikák és taktikák elméleti alapjai	Kosárérintés alaptechnikája
		Alkarérintés alaptechnikája
		Az edzői kompetenciák és szerepkörök jelentősége a röplabdázásban
Sportági gyakorlat I.	Játékok alkalmazása a gyakorlatban	A játék, mint tanulási forma, játékos feladatmegoldások, előkészítő és alkalmazó játékok (kisjátékok),
	Röplabda előkészítő mozgásanyaga	Természetes (generikus) mozgások
		Alapmozgások és labdadobások alapjai röplabda sportágban
	Sportági alaptechnikák oktatása	Kosárérintés oktatása analitikus feladatokkal
		Alkarérintés oktatása analitikus feladatokkal

3. Szakasz – javasolt periódus: november

Modul	Tantárgy	Témák
Sportelmélet	Edzéselmélet alapjai	Alkalmazkodás, edzettség, teljesítmény kialakulásának folyamata
		Életkor szerinti képzés
		A sportteljesítmény háttérét biztosító elméleti és gyakorlati alapvetések
		Edzéstervezés alapjai
	Sportmenedzsment alapjai	Sportirányítás
		Szövetségi és klubműködés
		Érintettek a sportban, a sport menedzseri környezete / Versenyszervezés és lebonyolítás

3. Szakasz – javasolt periódus: november

Modul	Tantárgy	Témák
Sportági elmélet I.	Sportági alaptechnikák és taktikák elméleti alapjai	A nyitás alaptechnikája (alsó nyitás, nyitás talajról). A nyitás alapvető taktikái és alkalmazásuk
		Az ütés alaptechnikája, támadás légikosárérintéssel és ütés alaptaktikája
		Sánc alaptechnikája és alaptaktikája
		A védekezés alaptechnikája és alaptaktikája - elmélet
	Kondicionális fejlesztés elméleti alapjai	Kondicionális fejlesztés elméleti alapjai
	Szaknyelvi kifejezések	Szaknyelv - terminológia - elmélet

3. Szakasz – javasolt periódus: november

Modul	Tantárgy	Témák
Sportági gyakorlat I.	Sportági alaptechnikák oktatása	Nyitás oktatása analitikus feladatokkal (alsó nyitás és talajról történő nyítások)
		Ütés/támadás oktatása analitikus feladatokkal
		Sánc oktatása analitikus feladatokkal
		Védekezés oktatása analitikus feladatokkal. Lábmunka.
		Nyitás oktatása analitikus feladatokkal (alsó nyitás és talajról történő nyítások)
		Ütés/támadás oktatása analitikus feladatokkal
	Kondicionális fejlesztés gyakorlati alapjai	Kondicionális fejlesztés gyakorlati alapjai

4. Szakasz – javasolt periódus: december

Modul	Tantárgy	Témák
Sportági elmélet I.	Sportági alaptechnikák és taktikák elméleti alapjai	A feladás alaptechnikája és taktikája röplabdában
		A nyitásfogadás alaptechnikája és taktikája a röplabdában
		A sánc és a védekezés kapcsolata
	Edzéstervezés - edzésszervezés	Edzéstervezés - Foglalkozásterv készítése
	Kondicionális fejlesztés elméleti alapjai	Általános erőfejlesztő feladatok a gyermekkorban
		Gyorsaság edzése a gyermek és serdülőkorban
	Röplabda előkészítő mozgásanyaga	Motoros készségek fejlesztése nem saját sportággal (Multisport lehetőségek a foglalkozásokban)

4. Szakasz – javasolt periódus: december

Modul	Tantárgy	Témák
Sportági gyakorlat I.	Sportági alaptechnikák oktatása	Feladás oktatása analitikus feladatokkal
		Nyitásfogadás oktatása analitikus feladatokkal
		A sánc és a védekezés kapcsolata
	Edzéstervezés - edzésszervezés	Hatékony foglalkozás, edzés tervezése, szervezése, vezetése. I.
	Kondicionális fejlesztés gyakorlati alapjai	Általános erőfejlesztő feladatok a gyermekkorban
		Gyorsaság edzése a gyermek és serdülőkorban
	Röplabda előkészítő mozgásanyaga	Motoros készségek fejlesztése nem saját sportággal (Multisport lehetőségek a foglalkozásokban)

1.b

Elővizsgaidőszak
2025.11.01 – 11.15.

Elővizsgaidőszak – periódus: november

Azon hallgatók, akik a szorgalmi időszak végére, de még a fő vizsgaidőszakot megelőzően teljesítenek az aktuális félévben abszolválható modulok közül egyet, vagy akár többet, előrehozott modulzáróvizsgát tehetnek.

Amennyiben nem tesznek egy modulból sem záróvizsgát, úgy azokat a fő vizsgaidőszakban kell teljesíteniük a képzési követelmények teljesítéséhez.

Opcionális modulzáró vizsgák

Egészségtudomány	Egészségtudomány - Modulzáró Vizsga
Sportpedagógia és – pszichológia	Sportpedagógia és –pszichológia - Modulzáró Vizsga

1.c

Vizsgaidőszak
2026.01.05 – 01.31.

Vizsgaidőszak – periódus: január

A képzési követelmények teljesítéséhez a hallgatónak sikeres modulzáró vizsgát kell tennie az első félév moduljaiból.

A számonkérés elméleti modulok esetén személyes megjelenéssel, szóban, gyakorlati modulok esetén személyes megjelenéssel, tornatermi bemutatóval történik.

Kötelező modulzáró vizsgák	
Egészségtudomány	Egészségtudomány - Modulzáró Vizsga
Sportpedagógia-pszichológia	Sportpedagógia-pszichológia - Modulzáró Vizsga
Sportelmélet	Sportelmélet - Modulzáró Vizsga
Sportági elmélet I.	Sportági elmélet I. - Modulzáró Vizsga
Sportági gyakorlat I.	Sportági gyakorlat I. - Modulzáró Vizsga

2

Félév

2026.02.01 – 2026.06.15.

2.a

Szorgalmi időszak
2026.02.01 – 05.15.

5. Szakasz – javasolt periódus: február

Modul	Tantárgy	Témák
Sportági elmélet II.	Kondicionális fejlesztés elméleti alapjai	Alapvető edzés periodizációs szempontok a kondicionális felkészítésben
		Sérülés prevenció szerepe
	Sportági alaptechnikák és taktikák elméleti alapjai	Hibajavítás. Hatékony edzői beavatkozási protokollok a röplabdában
	Eseményszervezés	Eseményszervezés alapjai
	Röplabda játék	Hazai versenyrendszer + adminisztráció
	Szabályismeret	Szabályismeret I. Alapvető és általános szabályok 2-2, 3-3, 4-4, 6-6 elleni játéknál
		Szabályismeret II. Állásrend, forgás-szabály és hálós-szabály

5. Szakasz – javasolt periódus: február

Modul	Tantárgy	Témák
Sportági gyakorlat II.	Sportági alaptechnikák alkalmazása	Egyéni, páros, háromfős és négyfős gyakorlatok U10-U15 korosztályban
		Edzésfeladatok 1v1, 2v2, 3v3, 4v4 ellen
	Edzéstervezés - edzésszervezés	Hatékony foglalkozás, edzés tervezése, szervezése, vezetése. II.
	Kondicionális fejlesztés elméleti alapjai	Sérülés prevenció szerepe

5. Szakasz – javasolt periódus: március

Modul	Tantárgy	Témák
Sportági elmélet II.	Korosztályspezifikus képzés	Fizikai képzés alapjai korosztályspezifikusan. (4 kategóriába lebontva) - elméleti
		U10-es manó és fiatalabb korosztály sajátosságai, foglalkozások célja, felépítése, játékrendszerek, alapelvek. - elmélet
		U11-U12-es korosztály sajátosságai, foglalkozások célja, felépítése, játékrendszerek, alapelvek. -elmélet
		U13-as korosztály sajátosságai, foglalkozások célja, felépítése, játékrendszerek, alapelvek. - elmélet
Sportági gyakorlat II.	Korosztályspezifikus képzés	Fizikai képzés alapjai korosztályspezifikusan. (4 kategóriába lebontva) - gyakorlati
		U10-es manó és fiatalabb korosztály sajátosságai, foglalkozások célja, felépítése, játékrendszerek, alapelvek. - gyakorlat
		U11-U12-es korosztály sajátosságai, foglalkozások célja, felépítése, játékrendszerek, alapelvek. - gyakorlat
		U13-as korosztály sajátosságai, foglalkozások célja, felépítése, játékrendszerek, alapelvek. - gyakorlat

7. Szakasz – javasolt periódus: április

Modul	Tantárgy	Témák
Sportági elmélet II.	Korosztályspezifikus képzés	Átmenet az U13-as korosztályból U15-be. Korosztályi sajátosságok, foglalkozások célja, felépítése, játékrendszerek, alapelvek. - elmélet
	Strandröplabda	Strandröplabda alapjai - elmélet
Sportági gyakorlat II.	Korosztályspezifikus képzés	Átmenet az U13-as korosztályból U15-be. Korosztályi sajátosságok, foglalkozások célja, felépítése, játékrendszerek, alapelvek. - gyakorlat
	Strandröplabda	Strandröplabda alapjai - gyakorlat
	Sportági alaptechnikák alkalmazása	Hogyan olvasd a röplabdát? Összetettebb gyakorlatok mini korosztályban. Kommunikáció a pályán - gyakorlati

2.b

Elővizsgaidőszak
2026.03.15 – 03.31.

Elővizsgaidőszak – periódus: március

A képzési követelmények teljesítéséhez a hallgatónak sikeresen kell abszolválniuk aláírásokhoz szükséges feladatokat.

Kötelező aláírásszerző feladatok

Sportági elmélet II.

Edzéstervezés - Foglalkozásterv készítése – elméleti feladat

Sportági gyakorlat II.

Edzésrész tartása I. – gyakorlati feladat

Edzésrész tartása II. - gyakorlati feladat

2.c

Vizsgaidőszak
2026.05.16 – 06.15.

Vizsgaidőszak – periódus: május-június

A képzési követelmények teljesítéséhez a hallgatónak sikeres modulzáró vizsgát kell tennie a második félév moduljaiból.

A számonkérés elméleti modulok esetén személyes megjelenéssel, szóban, gyakorlati modulok esetén személyes megjelenéssel, tornatermi bemutatóval történik.

Kötelező aláírásszerző feladatok és modulzáró vizsgák

Sportági elmélet II.

Edzéstervezés - Foglalkozásterv készítése II. - elméleti feladat

Sportági elmélet II. - Modulzáró Vizsga

Sportági gyakorlat II.

Sportági gyakorlat II. - Modulzáró Vizsga

Köszönjük a figyelmet!



Kérdéseiteket, véleményeteket az
edzo@hunvolley.hu –ra várjuk!