

**Tartalom**

Edzéselmélet .....2

Sport és szervezetei .....3

Sportági ismeretek.....4

Sportetika .....5

Sportpszichológia.....6

Sporttörténet.....7

Testneveléelmélet.....8

## Edzéselmélet

### Házi dolgozat

Tekintsd meg a következő videókat és foglald össze 3 videóból a látottakat esszé formájában:

<http://zanza.tv/testneveles-es-sport/edzeselmelet>

### A házi dolgozat követelményei:

- készíts címlapot ( írd rá az neved, osztályod és a dolgozat címét, esetleg alcímét)
- a dolgozatot írd 12-es betűmérettel, 2 cm-es margóval, Times New Roman betűtípussal, másfeles sorközzel, sorkizárttal
- a dolgozat terjedelme 2-3 A4-es oldal legyen
- a dolgozat végén szerepeljen összegzés, írd le a témával kapcsolatos saját véleményed is
- a dolgozat mellé képek csatolhatóak

Dzsobák Tamás

## Sport és szervezetei

### Házi dolgozat

Tekintsd meg a következő videókat és foglald össze 3 videóból a látottakat esszé formájában:

<http://zanza.tv/testneveles-es-sport/sport-es-szervezetei>

### A házi dolgozat követelményei:

- készíts címlapot ( írd rá az neved, osztályod és a dolgozat címét, esetleg alcímét)
- a dolgozatot írd 12-es betűmérettel, 2 cm-es margóval, Times New Roman betűtípussal, másfeles sorközzel, sorkizárttal
- a dolgozat terjedelme 2-3 A4-es oldal legyen
- a dolgozat végén szerepeljen összegzés, írd le a témával kapcsolatos saját véleményed is
- a dolgozat mellé képek csatolhatóak

Dzsobák Tamás

## Sportági ismeretek

### Házi dolgozat

Tekintsd meg a következő videókat és foglald össze 3 sportágból a látottakat esszé formájában:

<http://zanza.tv/testneveles-es-sport/sportagi-ismeretek> Labdarúgás, Kézilabda, Kosárlabda, Vízilabda, Röplabda, kajak-kenu, Tenisz (7 videó)

### A házi dolgozat követelményei:

- készíts címlapot ( írd rá az neved, osztályod és a dolgozat címét, esetleg alcímét)
- a dolgozatot írd 12-es betűmérettel, 2 cm-es margóval, Times New Roman betűtípussal, másfeles sorközzel, sorkizárttal
- a dolgozat terjedelme 2-3 A4-es oldal legyen
- a dolgozat végén szerepeljen összegzés, írd le a témával kapcsolatos saját véleményed is
- a dolgozat mellé képek csatolhatóak

Dzsobák Tamás

## Sportetika

### Házi dolgozat

Tekintsd meg a következő videókat és foglald össze a látottakat esszé formájában:

<http://zanza.tv/testneveles-es-sport/sportetika>

### A házi dolgozat követelményei:

- készíts címlapot ( írd rá az neved, osztályod és a dolgozat címét, esetleg alcímét)
- a dolgozatot írd 12-es betűmérettel, 2 cm-es margóval, Times New Roman betűtípussal, másfeles sorközzel, sorkizárttal
- a dolgozat terjedelme 2-3 A4-es oldal legyen
- a dolgozat végén szerepeljen összegzés, írd le a témával kapcsolatos saját véleményed is
- a dolgozat mellé képek csatolhatóak

Zsámboki Zsoltné

## Sportpszichológia

### Házi dolgozat

Tekintsd meg a következő videókat és foglald össze a látottakat esszé formájában (**SAJÁT SZAVAIDDAL**):

<https://zanza.tv/testneveles-es-sport/sport-pszichologiaja/sportkarrier-lezarasa>

<https://zanza.tv/testneveles-es-sport/sport-pszichologiaja/csucsteljesitmeny-psziches-jellemzoi>

### **A házi dolgozat követelményei:**

- készíts címlapot ( írd rá az neved, osztályod és a dolgozat címét, esetleg alcímét)
- a dolgozatot írd 12-es betűmérettel, 2 cm-es margóval, Arial betűtípussal, másfeles sorközzel, sorkizárttal
- a dolgozat terjedelme 2-3 A4-es oldal legyen
- a dolgozat végén szerepeljen összegzés, írd le a témával kapcsolatos saját véleményed is
- a dolgozat mellé képek csatolhatóak

## Sporttörténet

Válassz egy témát az alábbiakból és dolgozd ki házi dolgozat formájában:

1. Őskorésókor (neolitikum)
2. Ókoriolimpia (Hellász)
3. Rómaibirodalom (olimpiák, nerónia)
4. Középkor: lovagitornák
5. Középkor: városiéspóriasjátékok
6. A reneszánsz (XV-XVII. sz.)
7. Előolimpiarendezvények (XVI-XIX. sz.)
8. Újkoriolimpiáka II. világháborúig (1896-1936)
9. Újkoriolimpiák a hidegháborúban (1948-1988)
10. Magyarokazújkoriolimpiákon (1896-2012)
11. A sport árnyoldalai (teljesítménynövelőszerek, politika )
12. Napjainkolimpiái, egyéb sportversenyei

### **A házi dolgozat követelményei:**

- készíts címlapot ( írd rá az neved, osztályod és a dolgozat címét, esetleg alcímét)
- a dolgozatot írd 12-es betűmérettel, 2 cm-es margóval, Arial betűtípussal, másfeles sorközrel, sorkizárttal
- a dolgozat terjedelme 2-3 A4-es oldal legyen
- a dolgozat végén szerepeljen összegzés, írd le a témával kapcsolatos saját véleményed is
- a dolgozat mellé képek csatolhatóak

## Testnevelésmélet

### Házi dolgozat

Tekintsd meg a következő videókat és foglald össze a látottakat esszé formájában:

<http://zanza.tv/testneveles-es-sport/testneveles-elmelet>

### A házi dolgozat követelményei:

- készíts címlapot ( írd rá az neved, osztályod és a dolgozat címét, esetleg alcímét)
- a dolgozatot írd 12-es betűmérettel, 2 cm-es margóval, Times New Roman betűtípussal, másfeles sorközzel, sorkizárttal
- a dolgozat terjedelme 2-3 A4-es oldal legyen
- a dolgozat végén szerepeljen összegzés, írd le a témával kapcsolatos saját véleményed is
- a dolgozat mellé képek csatolhatóak

Dzsobák Tamás