

MAGYAR TESTNEVELÉSI ÉS SPORTTUDOMÁNYI EGYETEM

EDZŐ ALAPKÉPZÉSI SZAK ÖTTUSA SPORTÁG

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

1. A Magyar Öttusa a kezdetektől az 1952-es Olimpiáig
2. A Magyar Öttusa 1952-től napjainkig
3. A Magyar Öttusa a Világbajnokságok tükrében
4. A Magyar Öttusa az Olimpiák tükrében
5. Az öttusa versenyszámainak követelmény rendszere (2025)
6. A sportágot jelentősen érintő szabályváltozások, az öt napostól az egynapos át a New Format (90 perc) versenyformáig és az OCR bevezetésének folyamata.
7. A hazai versenyrendszer és az utánpótlás versenyek követelmény rendszere
8. Kezdő öttusázók kiválasztása, beiskolázása és a felkészülés kezdetei
9. Junior, Ifjúsági versenyzők felkészülésének bemutatás
10. Öttusa akadály versenyszám (OCR) és vívás alapképzésének feladatai, menete

Ajánlott irodalom

- Dávid Sándor: [Korszerű öttusázás](#), 1983
- [Az öttusa története](#), szerk. Mészáros István
- Szabó Sándor: [TE Öttusa jegyzete](#)
- Utánpótlás és versenyrendezési adatok elérhetőek a szövetségben
- Az Egyetemen fellelhető szakdolgozatok
- TE jegyzet, elérhető az MÖSZ irodán keresztül

A sportági gyakorlati vizsga feladatai (90 pont)

- 1.) VÍVÁS
 - lábiskolai gyakorlatok
 - pengés gyakorlatok
 - kézhelyzetek és pozíciók
- 2.) ÚSZÁS
 - gyorsúszás és még egy szabadon választott úszásnemben való jártasság bemutatása
 - technikai gyakorlatok ismertetése, bemutatása
- 3.) LÖVÉS ZET
 - lövészeti alapgyakorlatok bemutatása és egy rövid 2x600 m-es kombinált feladat versenyszerű teljesítése
 - (OCR) Öttusa versenyszám alap akadályok teljesítése (5 db)