

**Követelmények a sportelmélet szakaszvizsgához 2022/2023****11.C osztály**

Az 60 perces írásbeli vizsga és a szóbeli tételek az alábbi témakörökre épülnek:

1. Újkori olimpiák
2. Ókori olimpiák
3. Dopping
4. Sportártalmak és sérülések
5. Egészséges életmód
6. Sportszervezetek
7. Nem olimpiai sportágak világversenyei
8. Teljesítmény összetevői
9. Terhelés összetevői
10. Edzettség (túledzettség)
11. Bemelegítés (gimnasztika)
12. A mozgástanulás szakaszai
13. A sport személyiségfejlesztő hatásai
14. Magyar sikersportok
15. Formaidőzítés és rajtállapot
16. Magyar sikersportok
17. Labdajátékok
18. Atlétika
19. Torna
20. Úszás

