

Érettségi témakörök testnevelés tantárgyból

2026.

1. Az ókori és az újkori olimpiák kialakulása, lebonyolítása. Ókori sportágak. Olimpiai jelképek. Magyar olimpiai bajnokok.
2. Serdülőkori testi fejlődés bemutatása.
3. A csont és izomrendszer felépítése és egészségtana.
4. Az egészséges életmód. Vitaminok csoportosítása oldhatóság szerint.
5. Kondicionális és koordinációs képességek.
6. A szenvedélybetegségek és megelőzésük.
7. A gimnasztika mozgás anyaga és a bemelegítés jelentősége.
8. Az atlétika sportág ismertetése.
9. A torna, mint versenysport ismertetése.
10. Az úszás ismertetése.
11. Szabadban űzhető sportágak.
12. A tanult labdajátékok kialakulása, szabályai, technikája, taktikája.
13. Küzdősportok eredete és jellemformáló hatásuk.
14. A csapatsportok személyiségfejlesztő hatásai.
15. Mai modern edzésformák.