

**Tárgytematika / Course Description****Ütős sportok I. (tenisz, asztalitenisz)**

ALTSRB2171

**Tárgyfelelős neve /****Teacher's name:** dr. Bánhidi Miklós**Félév / Semester:** 2017/18/1**Beszámolási forma /****Assesment:** Folyamatos számonkérés**Tárgy heti óraszám /****Teaching hours(week):** 0/0/0**Tárgy féléves óraszám /****Teaching hours(sem.):** 0/6/0**OKTATÁS CÉLJA / AIM OF THE COURSE**

Az ütős sportok közül a tenisz sportág mozgásanyagára építve olyan alapmozgások kialakítása, melyek a hallgató számára az egyéni legjobb teljesítmény elérést teszi, lehetővé. A szerzett mozgástapasztalatok birtokában saját önfejlesztésükön túl legyenek képesek az adott mozgásrendszer átszarmaztatására.

Feladata, hogy ismertesse a tenisz korszerű elméletét és gyakorlatát, szakmódszertani elveit, eljárásait, versenyszabályait, megfelelő alapot biztosítva a későbbiekben, a rekreációban végzett munka eredményes elvégzéséhez.

Készítse fel a hallgatókat a tenisz mozgásanyagának – elsősorban az alapmozgások – készségszintű, a rekreációs tevékenységekkel illetve a versenyekkel kapcsolatos feladatok jártasság szintű elsajátítására.

Biztosítsa a tenisz sajátosságaiból adódó rekreációs és nevelési lehetőségek kihasználását

**TANTÁRGY TARTALMA / DESCRIPTION**

A hallgató legyen képes a félév végére a tenisz mozgásanyagából az alapütések, adogatás, adogatás fogadás illetve a röpte játékelemeinek elsajátítására. Folyamatos játékra illetve a játékszabályok ismeretére. Képesek legyenek ezen mozgásanyag rekreációs tevékenységbe való átültetésére

**A tantárgy tartalma**

A tenisz mozgásanyagából elsősorban az alapütések (tenyeres, fonák), illetve az adogatás, fogadás készségszintű elsajátítása. A folyamatos játék és játékszabályok elsajátítása, valamint ezen sportjáték rekreációba történő átszarmaztatása.

**SZÁMONKÉRÉSI ÉS ÉRTÉKELÉSI RENDSZERE / ASSESSMENT'S METHOD**

tenisz mozgásanyagának feldolgozása. Versenyszabályok ismerete. Versenyrendezés. A tanult mozgások technikailag helyes végrehajtása.

**Követelmény:**

Gyakorlati jegy

Összetevői:

Ř Tanulmányi és Vizsgaszabályzatban rögzített óralátogatás.

Ř Tenyeres, fonák alapütések folyamatos játékban való bemutatása, adogatás illetve adogatás fogadás és a röpte helyes bemutatása. Szabályok helyes ismerete.

---

## **KÖTELEZŐ IRODALOM / OBLIGATORY MATERIAL**