

Tárgytematika / Course Description

Ütős sportok I. (tenisz, asztalitenisz)

ALTSRB2171

Tárgyfelelős neve /

Teacher's name: dr. Bánhidi Miklós

Félév / Semester: 2019/20/2

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