

Óbudai Egyetem Alba Regia Műszaki Kar		Óra helyszíne: Árpád Szakképző és Kollégium, Székesfehérvár, Seregélyesi u. 183.	
Tantárgy: TESTNEVELÉS – TOLLASLABDÁZÁS			
Tantárgy kódja: AMITESTNEV		Kreditérték: 0	
Nappali tagozat		2016-17. tanév	1. félév
Szakok, melyeken a tárgyat oktatják: valamennyi szakon			
Tantárgyfelelős oktató: Fokvári Adrien		Oktató: Fokvári Adrien	
Előtanulmányi feltételek: nincs		Óra ideje: SZERDA 15.20-17.00	
Heti óraszámok: 2	Előadás: 0	Tornatermi gyakorlat: 2	Konzultáció: szerda 14.15-15.15 Budai u. 45. „K” ép.35.
Számonkérés módja:	jelenléti ív		
Oktatási cél: Tollaslabdázás sportági ismeretek elsajátítása-rajta keresztül egészséges életmódra nevelés			
Tematika:			
Témakör			Óraszám 28
- sportági kurzusválasztás, követelményrendszer ismertetése, balesetvédelem			2
- a hallgató ismerje meg a sportág jellegzetességeit, szabályait, eszközeit, játéktérületét, sajátítsa el a helyes ütőfogás technikáját,			4
- a tenyeres és fonákütés technikájának végrehajtását,			4
- játék közben alkalmazza a tanult technikákat,			4
- taktikai ismeretek elsajátítása,			2
- taktika gyakorlati alkalmazása,			2
- legyen képes különböző játékhelyzetek helyes megoldására,			2
- a sportághoz szükséges alapképességek (erő) fejlesztése.			2
- a sportághoz szükséges alapképességek (gyorsaság) fejlesztése.			2
- a sportághoz szükséges alapképességek (állóképesség) fejlesztése.			2
- a sportághoz szükséges alapképességek (ruganyosság) fejlesztése.			2
Félévközi követelmények			órák látogatása
A GYAKORLATI FOGLALKOZÁSOK LÁTOGATÁSA – sportfelszerelésben - KÖTELEZŐ!			
A pótlás módja:	megbeszélés után más gyakorlati órán részvétel		
Aláírás feltétele:	gyakorlati foglalkozásokon aktív részvétel		
összesen 14 oktatási hét	A félév során min. 10 foglalkozáson kötelező a megjelenés		