

<b>Óbudai Egyetem Alba Regia Műszaki Kar</b>		<b>Óra helyszíne: Árpád Szakképző és Kollégium, Székesfehérvár, Seregélyesi u. 183.</b>	
<b>Tantárgy: TESTNEVELÉS – TOLLASLABDÁZÁS</b>		<b>Tantárgy kódja: AMITESTNEV</b>	
<b>Kreditérték: 0</b>			
Nappali tagozat	2014-2015. tanév	2. félév	
Szakok, melyeken a tárgyat oktatják: valamennyi szakon			
Tantárgyfelelős oktató: Fokvári Adrien		Oktató: Fokvári Adrien	
Előtanulmányi feltételek: nincs		Óra ideje: <b>SZERDA</b> 15.20-17.00	
Heti óraszámok: 2	Előadás: 0	Tornatermi gyakorlat: 2	Konzultáció: csütörtök 12.35-14.15 Budai u. 45. „K” ép.34.
Számonkérés módja:	jelenléti ív		
Oktatási cél: Tollaslabdázás sportági ismeretek elsajátítása-rajta keresztül egészséges életmódra nevelés			
Tematika:			
<b>Témakör</b>			<b>Óraszám 26</b>
- 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,			2
- 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
<b>Félévközi követelmények</b>			órák látogatása
<b>A GYAKORLATI FOGLALKOZÁSOK LÁTOGATÁSA – sportfelszerelésben - KÖTELEZŐ!</b>			
A pótlás módja:	megbeszélés után más gyakorlati órán részvétel		
Aláírás feltétele:	gyakorlati foglalkozásokon aktív részvétel		
összesen 13 oktatási hét	A félév során min. 10 foglalkozáson kötelező a megjelenés		