

| | | | |
|---|--|--|---|
| Óbudai Egyetem Alba Regia Műszaki Kar <i>Mérnöki Intézet, Geoinformatikai Intézet</i> | | Óra helyszíne: AMK-MI, Székesfehérvár, Budai u. 45. „K” épület, alagsor, asztalitenisz terem | |
| Tantárgy: TESTNEVELÉS – TABLE TENNIS/ asztaliteniszezés Tantárgy kódja: AMTTE1KBNE Kreditérték: 0 Nappali tagozat 2019/2020. tanév I. félév | | | |
| Szakok, melyeken a tárgyat oktatják: valamennyi szakon | | | |
| Tantárgyfelelős oktató: Fokvári Adrien | | Oktató: Fokvári Adrien | |
| Előtanulmányi feltételek: „labdás” múlt | | Óra ideje: KEDD 15.20-17.00 | |
| Heti óraszám: 2 14 oktatási hét | Előadás: 0 | Gyakorlat: 2 2 db pp.asztal | Konzultáció ideje, helye: szerda 14.15-15.15, Székesfehérvár, Budai u. 45. „K” épület I. emelet 35. |
| Számonkérés módja: | jelenléti ív | | |
| Oktatási cél: Az asztaliteniszezés 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, | | | 6 |
| - szerválás, játék közben alkalmazza a tanult technikákat, | | | 2 |
| - taktikai ismeretek elsajátítása, | | | 2 |
| - taktika gyakorlati alkalmazása, | | | 4 |
| - legyen képes különböző játékhelyzetek helyes megoldására, | | | 2 |
| - a sportághoz szükséges alapképességek (erő) fejlesztése. | | | 2 |
| - a sportághoz szükséges alapképességek (gyorsaság, ruganyosság) fejlesztése. | | | 2 |
| - a sportághoz szükséges alapképességek (állóképesség) fejlesztése. | | | 2 |
| Félévközi követelmények | | | órák látogatása |
| A GYAKORLATI FOGLALKOZÁSOK LÁTOGATÁSA – sportfelszerelésben - KÖTELEZŐ! | | | |
| A pótlás módja: | megbeszélés után más gyakorlati órán részvétel | | |
| Aláírás feltétele: | A félév során min. 10 gyakorlati foglalkozások aktív részvétel | | |