

### Výkaz o pilotnom projekte

Športový zväz:	Slovenský tenisový zväz Príkopova 6, 831 03 Bratislava
Názov a sídlo školy:	ZŠ Lada, Lada 97, 082 12 Lada
Popis pohybových aktivít:	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností . Zdokonaľovanie základných tenisových zručností .
Meno a priezvisko osoby zodpovednej za vykonávanie pohybových aktivít:	Mgr. Dagmar Chovancová

Poradové číslo aktivity	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Dátum	16.5.2012	18.5.2012	22.5.2012	23.5.2012	29.5.2012	30.5.2012	6.6.2012	8.6.2012	12.6.2012	13.6.2012	19.6.2012	20.6.2012	26.6.2012	27.6.2012	4.9.2012	6.9.2012	10.9.2012	11.9.2012	17.9.2012	20.9.2012										
Miesto	ihrisko Lada	ihrisko Lada	ihrisko Lada	ihrisko Lada	ihrisko Lada	ihrisko Lada	ihrisko Lada	ihrisko Lada	ihrisko Lada	ihrisko Lada	ihrisko Lada	ihrisko Lada	ihrisko Lada	ihrisko Lada	ihrisko Lada	ihrisko Lada	ihrisko Lada	ihrisko Lada	ihrisko Lada	ihrisko Lada										
Čas	12.30-13.30	13.30-14.30	13.30-14.30	13.30-14.30	13.30-14.30	13.30-14.30	13.30-14.30	13.30-14.30	13.30-14.30	13.30-14.30	13.30-14.30	13.30-14.30	13.30-14.30	13.30-14.30	13.30-14.30	13.30-14.30	13.30-14.30	13.30-14.30	13.30-14.30	13.30-14.30										

#### Mená a priezviská inštruktorov:

Mgr. Dagmar Chovancová	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*										



3	Chôdza s loptičkou na rakete, odbíjanie loptičky nahor a o zem, údery raketou do loptičky proti stene striedavo, štafeta
4	Dvíhanie loptičky zo zeme pomocou rakety, nadhadzovanie vo dvojiciach, údery raketou proti stene, odbíjanie loptičky nahor a o zem hádzanie loptičiek do terča,
5	Dribling rukou-odbíjanie loptičky dlaňou o zem, hádzanie loptičky o stenu, následne chytanie po jednom dopade, odrážanie loptičky na rakete nahor a o zem, odbíjanie loptičky raketami vo dvojiciach ponad prekážku.
6	Vyhodenie a jej chytanie po jednom odraze od zeme, odbíjanie loptičky striedavo na rakete, pokus o súvislú hru medzi dvoma žiakmi ponad prekážku.
7	Odbíjanie loptičky o stenu a jej chytanie po jednom odraze od zeme, jeden z dvojice hádže loptičku oblúkom a druhý ju chytá po odraze kotúľa späť, odbíjanie loptičky pri stene, na rakete, súvislá výmena vo dvojiciach, odbíjanie loptičky raketou zhora na diaľku.
8	Kolotoč s hádzaním lopty cez prekážku, odbíjanie loptičky striedavo na rakete nahor a o zem, odbíjanie loptičky raketou pri stene, súvislá výmena vo dvojiciach.
9	Dribling loptičkou dlaňovou časťou ruky P,L, striedavo, hádzanie ten. Loptičky o stenu a následné chytanie do oboch rúk, odbíjanie loptičky bez dopadu na zem, súvislé odbíjanie ponad rôzne predmety.
10	Nadhadzovanie tenisovej lopty z chrbtovej časti ruky a následne chytanie do dlane zdola a zhora, odbíjanie loptičky na rakete s vytáčaním zápästia, odbíjanie vo dvojiciach ponad prekážku, kolotoč v odbíjaní.
11	Vybíjaná s penou loptičkou, súvislé odbíjanie loptičky na rakete, odbíjanie loptičky nad hlavou na diaľku, štafeta.
12	Žonglovanie s dvomi loptičkami a rukami, súvislá výmena dvojíc raketami a 1 loptičkou ponad sieť, úder raketou do loptičky na terč, strečing.

13	Odbíjanie loptičky na rakete nahor striedavo výpletom a rámom, vo dvojiciach súvislé odbíjanie bez dopadu na zem, tlmenie loptičky na rakete, prenášanie loptičiek štafetovou formou
14	Súvislé odbíjanie loptičky raketou nadol rámom, súvislé odbíjanie loptičky vo dvojiciach len jednou stranou(forhend,bekhend), naháňačka s raketami a penovou loptičkou, podávanie tenisových loptičiek v družstvách
15	Hádzanie loptičky o zem v kruhu, žonglovanie 2 loptičkami jednou rukou, prehadzovaná 2 družstiev s jednou prihrávkou, hra 2:2
16	Kombinácia odbíjania loptičky nahor a o zem, súvislá hra na malé ihrisko pridaním terčov,hod na diaľku, podávanie loptičiek
17	Odbíjanie loptičky na súperovu polovicu, hra vo dvojici súvislyým odbíjaním loptičky, súťaž družstiev štafetovým spôsobom - podávanie loptičiek.
18	Dribling jednou rukou tenisovou loptičkou, súvislá hra na malé malé ihrisko pridaním terčov, volejová výmena vo dvojiciach, hra vo dvojiciach so stlmením a následným odbitím loptičky súperovi, súťaž štafetovou formou okolo kužeľov.
19	Súvislé odbíjanie loptičky na rakete smerom na hor, súvislé odbíjanie loptičky smerom nahor vo dvojiciach, hra na body.
20	Kolotoč , štafetová súťaž s nosením loptičky na chrbtovej časti ruky.



**Mená, priezviská a triedy žiakov:**

Zdenka Peterová, 1.	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*													
Katarína Sláviková, 1.	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	Z	Z	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*												
Jakub Sučko, 1.	*	*	*	*	Z	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*												
Tímea Šlezingerová, 1.	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*												
Tomáš Končár, 2.	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*												
Kristián Krupa, 2.	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*												
Adam Matuščák, 2.	*	*	Z	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*												
Zuzana Onderová, 2.	*	*	*	*	*	*	*	*	Z	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*												
Kristína Krišťanová, 3.	*	*	*	*	*	*	*	Z	Z	*	*	*	*	*	*	*	*	*	Z	Z	*	*												
Veronika Krupová, 3.	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	Z	Z	*	*												
Slavomír Onder, 3.	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*												
Sára Šlezingerová, 3.	*	*	*	*	*	*	*	*	Z	Z	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*												

**Vysvetlivky:**

prítomný	*
zdravotné dôvody	Z
študijné dôvody	S
rodinné dôvody	R
iné dôvody	I

**Popis vykonávaných činností:**

Poradové číslo aktivity	Popis vykonávaných činností
1	Nadhadzovanie tenisovej lopty, púšťanie loptičky z vystretej paže, hádzanie loptičky do steny jednou rukou a chytanie loptičky, odbíjanie loptičky raketou nad seba, štafeta s loptami
2	Dribling rukou-odbíjanie loptičky dlaňou o zem, hádzanie vo dvojiciach, odrážanie loptičky na rakete nahor a o zem, súťaž podávanie lopty
3	Chôdza s loptičkou na rakete, odbíjanie loptičky nahor a o zem, údery raketou do loptičky proti stene striedavo, štafeta
4	Dvíhanie loptičky zo zeme pomocou rakety, nadhadzovanie vo dvojiciach, údery raketou proti stene, odbíjanie loptičky nahor a o zem hádzanie loptičiek do terča,

5	Dribling rukou-odbíjanie loptičky dlaňou o zem, hádzanie loptičky o stenu, následne chytanie po jednom dopade, odrážanie loptičky na rakete nahor a o zem, odbíjanie loptičky raketami vo dvojiciach ponad prekážku.
6	Vyhodenie a jej chytanie po jednom odraze od zeme, odbíjanie loptičky striedavo na rakete, pokus o súvislú hru medzi dvoma žiakmi ponad prekážku.
7	Odbíjanie loptičky o stenu a jej chytanie po jednom odraze od zeme, jeden z dvojice hádže loptičku oblúkom a druhý ju chytá po odraze kotúľa späť, odbíjanie loptičky pri stene, na rakete, súvislá výmena vo dvojiciach, odbíjanie loptičky raketou zhora na diaľku.
8	Kolotoč s hádzaním lopty cez prekážku, odbíjanie loptičky striedavo na rakete nahor a o zem, odbíjanie loptičky raketou pri stene, súvislá výmena vo dvojiciach.
9	Dribling loptičkou dlaňovou časťou ruky P,L, striedavo, hádzanie ten. Loptičky o stenu a následné chytanie do oboch rúk, odbíjanie loptičky bez dopadu na zem, súvislé odbíjanie ponad rôzne predmety.
10	Nadhadzovanie tenisovej lopty z chrbtovej časti ruky a následne chytanie do dlane zdola a zhora, odbíjanie loptičky na rakete s vytáčaním zápästia, odbíjanie vo dvojiciach ponad prekážku, kolotoč v odbíjaní.
11	Vybíjaná s penou loptičkou, súvislé odbíjanie loptičky na rakete, odbíjanie loptičky nad hlavou na diaľku, štafeta.
12	Žonglovanie s dvomi loptičkami a rukami, súvislá výmena dvojíc raketami a 1 loptičkou ponad sieť, úder raketou do loptičky na terč, strečing.
13	Odbíjanie loptičky na rakete nahor striedavo výpletom a rámom, vo dvojiciach súvislé odbíjanie bez dopadu na zem, tlmenie loptičky na rakete, prenášanie loptičiek štafetovou formou
14	Súvislé odbíjanie loptičky raketou nadol rámom, súvislé odbíjanie loptičky vo dvojiciach len jednou stranou(forhend,bekhend), naháňačka s raketami a penovou loptičkou, podávanie tenisových loptičiek v družstvách
15	Hádzanie loptičky o zem v kruhu, žonglovanie 2 loptičkami jednou rukou, prehadzovaná 2 družstiev s jednou prihrávkou, hra 2:2

16	Kombinácia odbíjania loptičky nahor a o zem, súvislá hra na malé ihrisko pridaním terčov, hod na diaľku, podávanie loptičiek
17	Odbíjanie loptičky na súperovu polovicu, hra vo dvojici súvislyým odbíjaním loptičky, súťaž družstiev štafetovým spôsobom - podávanie loptičiek.
18	Dribling jednou rukou tenisovou loptičkou, súvislá hra na malé malé ihrisko pridaním terčov, volejová výmena vo dvojiciach, hra vo dvojiciach so stlmením a následným odbitím loptičky súperovi, súťaž štafetovou formou okolo kužeľov.
19	Súvislé odbíjanie loptičky na rakete smerom na hor, súvislé odbíjanie loptičky smerom nahor vo dvojiciach, hra na body.
20	Kolotoč , štafetová súťaž s nosením loptičky na chrbtovej časti ruky.