

Výkaz o pilotnom projekte

Športový zväz:	Slovenský tenisový zväz
Názov a sídlo školy:	Základná škola, Bystré 347, 094 34 Bystré
Popis pohybových aktivít:	Tenis v základnom učive
Meno a priezvisko osoby zodpovednej za vykonávanie pohybových aktivít:	PaedDr. Vladimír Štefanko

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	17. 5.	18. 5.	21. 5.	25. 5.	28. 5.	1. 6.	4. 6.	8. 6.	11. 6.	15. 6.	18. 6.	22. 6.	25. 6.	27. 6.	10. 9.	14. 9.	17. 9.	21. 9.	24. 9.	28. 9.	1. 10.	5. 10.								
Miesto	školské ihrisko	telocvičňa	školské ihrisko	telocvičňa	školské ihrisko	telocvičňa	školské ihrisko	telocvičňa	školské ihrisko	telocvičňa	školské ihrisko	telocvičňa	školské ihrisko	telocvičňa	školské ihrisko	telocvičňa	školské ihrisko	telocvičňa	školské ihrisko	telocvičňa	školské ihrisko	telocvičňa								
Čas	14:00 - 15:00	14:00 - 15:00	13:00 - 14:00	13:30 - 14:30	13:00 - 14:00	13:30 - 14:30	13:00-14:00	13:30 - 14:30	13:00 - 14:00	13:30 - 14:30	13:00 - 14:00	13:00 - 14:00	13:30 - 14:30	13:30 - 14:30	13:00 - 14:00	13:30-14:30	13:00-14:00	13:30-14:30	13:00-14:00	13:30-14:30	13:00-14:00	13:30-14:30								

Mená a priezviská inštruktorov:

Mgr. Beáta Vasiľovová	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*								

3	Nácvik základných tenisových zručností odbíjanie na rakete, o zem, o stenu s raketou a tenis. loptičkou.
4	Nácvik a zdokonaľovanie pohybových zručností s tenisovou loptičkou a raketou.
5	Zdokonaľovanie pohybových zručností odrážanie, chatanie, hádzanie, odbíjanie tenisovej lopty raketou o zem, o stenu.
6	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností,vyhadzovanie a chytanie, odrážanie tenisovej loptičky na rakete a tenisová hra.
7	Zdokonaľovanie v pohybových zručnostiach hádzanie, kotúľanie a práca s tenisovou loptičkou a raketou odbíjanie o stenu, o zem a tenisovej hry.
8	Zdokonaľovanie pohybových zručností s tenisovou loptou a raketou, rozvoj rýchlostných schopností.
9	Zdokonaľovanie pohybových zručností s tenisovou loptou, chytanie, hádzanie, tenisová hra.
10	Zdokonaľovanie pohybových zručností, oko-ruka-lopta, odrážanie tenisovej lopty na rakete, tenisová hra.
11	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Súvislé odbíjanie loptičky na rakete, prenášanie loptičiek.
12	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Žonglovanie s 2 loptičkami, hra v dvojic,úder raketou do loptičky na terč.

13	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Súvislé odbíjanie na rakete, súvislé odbíjanie vo dvojici, tlmenie loptičky na rakete.
14	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Súvislé odbíjanie loptičky s raketou nadol, hra ponad prekážku.
15	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Žonglovanie, Prehadzovaná 2 družstiev a maximálne jednou prihrávkou, hra 2:2.
16	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Kombinácia odbíjania loptičky nahor a o zem, súvislá hra na malé ihrisko pridaním terčov, hod loptičkou na diaľku.
17	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Hra vo dvojici súvislým odbíjaním loptičky, súťaž družstiev štafetovým spôsobom s 2 tenisovými loptičkami.
18	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Dribling, Súvislá hra na malé ihrisko s pridaním terčov.
19	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Súvislé odbíjanie loptičky na rakete, odbíjanie smerom nahor vo dvojici, turnaj.
20	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Kolotoč, štafetová súťaž.
21	Uplatnenie tenisových zručností v hre. Turnaj.
22	Uplatnenie tenisových zručností v hre. Turnaj.

Výkaz o pilotnom projekte

Športový zväz:	Slovenský tenisový zväz
Názov a sídlo školy:	Základná škola, Bystré 347, 094 34 Bystré
Popis pohybových aktivít:	Tenis v základnom učive
Meno a priezvisko osoby zodpovednej za vykonávanie pohybových aktivít:	PaedDr. Vladimír Štefanko

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	14. 5.	16. 5.	21. 5.	22. 5.	28. 5.	29. 5.	4. 6.	5. 6.	11. 6.	12. 6.	18. 6.	19. 6.	25. 6.	26. 6.	10. 9.	11. 9.	17. 9.	18. 9.	24. 9.	25. 9.	1. 10.	2. 10.								
Miesto	telocvičňa	školské ihrisko	telocvičňa	tenisové kurty	telocvičňa	školské ihrisko	telocvičňa	školské ihrisko	telocvičňa	tenisové kurty	telocvičňa	tenisové kurty	telocvičňa	tenisové kurty	telocvičňa	tenisové kurty	telocvičňa	tenisové kurty	telocvičňa	tenisové kurty	telocvičňa	tenisové kurty								
Čas	13:30 - 14:30	13:30 - 14:30	13:30 - 14:30	14:00 - 15:00	13:15-14:15	13:00-14:00	13:00-14:00	13:30-14:30	13:10-14:10	14:00-15:00	13:15-14:15	14:00-15:00	13:30 - 14:30	14:00 - 15:00	13:30-14:30	14:00 - 15:00	13:30-14:30	14:00-15:00	13:30-14:30	14:00-15:00	13:30-14:30	14:00-15:00								

Mená a priezviská inštruktorov:

Mgr. Marta Hermanovská	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*								

3	Nácvik základných tenisových zručností odbíjanie na rakete, o zem, o stenu s raketou a tenis. loptičkou.
4	Nácvik a zdokonaľovanie pohybových zručností s tenisovou loptičkou a raketou.
5	Zdokonaľovanie pohybových zručností odrážanie, chatanie, hádzanie, odbíjanie tenisovej lopty raketou o zem, o stenu.
6	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností,vyhadzovanie a chytanie, odrážanie tenisovej loptičky na rakete a tenisová hra.
7	Zdokonaľovanie v pohybových zručnostiach hádzanie, kotúľanie a práca s tenisovou loptičkou a raketou odbíjanie o stenu, o zem a tenisovej hry.
8	Zdokonaľovanie pohybových zručností s tenisovou loptou a raketou, rozvoj rýchlostných schopností.
9	Zdokonaľovanie pohybových zručností s tenisovou loptou, chytanie, hádzanie, tenisová hra.
10	Zdokonaľovanie pohybových zručností, oko-ruka-lopta, odrážanie tenisovej lopty na rakete, tenisová hra.
11	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Súvislé odbíjanie loptičky na rakete, prenášanie loptičiek.
12	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Žonglovanie s 2 loptičkami, hra v dvojic,úder raketou do loptičky na terč.

13	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Súvislé odbíjanie na rakete, súvislé odbíjanie vo dvojici, tlmenie loptičky na rakete.
14	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Súvislé odbíjanie loptičky s raketou nadol, hra ponad prekážku.
15	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Žongľovanie, Prehadzovaná 2 družstiev a maximálne jednou prihrávkou, hra 2:2.
16	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Kombinácia odbíjania loptičky nahor a o zem, súvislá hra na malé ihrisko pridaním terčov, hod loptičkou na diaľku.
17	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Hra vo dvojici súvislým odbíjaním loptičky, súťaž družstiev štafetovým spôsobom s 2 tenisovými loptičkami.
18	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Dribling, Súvislá hra na malé ihrisko s pridaním terčov.
19	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Súvislé odbíjanie loptičky na rakete, odbíjanie smerom nahor vo dvojici, turnaj.
20	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Kolotoč, štafetová súťaž.
21	Uplatnenie tenisových zručností v hre. Turnaj.
22	Uplatnenie tenisových zručností v hre. Turnaj.

Výkaz o pilotnom projekte

Športový zväz:	Slovenský tenisový zväz
Názov a sídlo školy:	Základná škola, Bystré 347, 094 34 Bystré
Popis pohybových aktivít:	Tenis v základnom učive
Meno a priezvisko osoby zodpovednej za vykonávanie pohybových aktivít:	PaedDr. Vladimír Štefanko

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	15.5.	17.5.	22.5.	23.5.	29.5.	30.5.	5.6.	6.6.	12.6.	13.6.	19.6.	20.6.	26.6.	27.6.	11.9.	12.9.	18.9.	19.9.	25.9.	26.9.	2.10.	3.10.								
Miesto	telocvičňa	telocvičňa	školské ihrisko	telocvičňa	školské ihrisko	telocvičňa	školské ihrisko	telocvičňa	školské ihrisko	telocvičňa	škol. ihrisko	ihrisko	školské ihrisko	telocvičňa	školské ihrisko	telocvičňa	školské ihrisko	telocvičňa	školské ihrisko	telocvičňa	školské ihrisko	telocvičňa								
Čas	13.30.-14.30.	14.00-15.00	13:30 - 14:30	14:00 - 15:00	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	14:00-15:00	13:30-14:30	14:00-15:00	13:30-14:30	14:00-15:00	13:30-14:30	14:00-15:00								

Mená a priezviská inštruktorov:

Mgr. Anna Velebírová	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*								

3	Nácvik základných tenisových zručností odbíjanie na rakete, o zem, o stenu s raketou a tenis. loptičkou.
4	Nácvik a zdokonaľovanie pohybových zručností s tenisovou loptičkou a raketou.
5	Zdokonaľovanie pohybových zručností odrážanie, chatanie, hádzanie, odbíjanie tenisovej lopty raketou o zem, o stenu.
6	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností,vyhadzovanie a chytanie, odrážanie tenisovej loptičky na rakete a tenisová hra.
7	Zdokonaľovanie v pohybových zručnostiach hádzanie, kotúľanie a práca s tenisovou loptičkou a raketou odbíjanie o stenu, o zem a tenisovej hry.
8	Zdokonaľovanie pohybových zručností s tenisovou loptou a raketou, rozvoj rýchlostných schopností.
9	Zdokonaľovanie pohybových zručností s tenisovou loptou, chytanie, hádzanie, tenisová hra.
10	Zdokonaľovanie pohybových zručností, oko-ruka-lopta, odrážanie tenisovej lopty na rakete, tenisová hra.
11	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Súvislé odbíjanie loptičky na rakete, prenášanie loptičiek.
12	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Žonglovanie s 2 loptičkami, hra v dvojic,úder raketou do loptičky na terč.

13	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Súvislé odbíjanie na rakete, súvislé odbíjanie vo dvojici, tlmenie loptičky na rakete.
14	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Súvislé odbíjanie loptičky s raketou nadol, hra ponad prekážku.
15	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Žongľovanie, Prehadzovaná 2 družstiev a maximálne jednou prihrávkou, hra 2:2.
16	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Kombinácia odbíjania loptičky nahor a o zem, súvislá hra na malé ihrisko pridaním terčov, hod loptičkou na diaľku.
17	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Hra vo dvojici súvislým odbíjaním loptičky, súťaž družstiev štafetovým spôsobom s 2 tenisovými loptičkami.
18	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Dribling, Súvislá hra na malé ihrisko s pridaním terčov.
19	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Súvislé odbíjanie loptičky na rakete, odbíjanie smerom nahor vo dvojici, turnaj.
20	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Kolotoč, štafetová súťaž.
21	Uplatnenie tenisových zručností v hre. Turnaj.
22	Uplatnenie tenisových zručností v hre. Turnaj.

Výkaz o pilotnom projekte

Športový zväz:	Slovenský tenisový zväz
Názov a sídlo školy:	Základná škola, Bystré 347, 094 34 Bystré
Popis pohybových aktivít:	Tenis v základnom učive
Meno a priezvisko osoby zodpovednej za vykonávanie pohybových aktivít:	PaedDr. Vladimír Štefanko

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	15.5.	18.5.	22.5.	25.5.	30.5.	1.6.	6.6.	8.6.	13.6.	15.6.	20.6.	21.6.	27. 6.	28.6.	11.9.	14.9.	18.9.	21.9.	25.9.	28.9.	2.10.	5.10.								
Miesto	telocvičňa	tenisové kurty	telocvičňa	školské ihrisko	telocvičňa	školské ihrisko	telocvičňa	školské ihrisko	telocvičňa	školské ihrisko	školské ihrisko	telocvičňa	telocvičňa	školské ihrisko	telocvičňa	školské ihrisko	telocvičňa	školské ihrisko	telocvičňa	školské ihrisko	telocvičňa	školské ihrisko								
Čas	13:30-14:30	14:00-15:00	13:30 - 14:30	14:00 - 15:00	14:00-15:00	13:30-14:30	13:30-14:30	14:00-15:00	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	14:00-15:00	13:30-14:30	13:30-14:30	14:00-15:00	13:30-14:30	13:30-14:30	14:00-15:00								

Mená a priezviská inštruktorov:

Mgr. Zuzana Lendáková	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*								

2	Nácvik pohybových zručností odrážanie, hádzanie a chytanie.
3	Nácvik základných tenisových zručností odbíjanie na rakete, o zem, o stenu s raketou a tenis. loptičkou.
4	Nácvik a zdokonaľovanie pohybových zručností s tenisovou loptičkou a raketou.
5	Zdokonaľovanie pohybových zručností odrážanie, chatanie, hádzanie, odbíjanie tenisovej lopty raketou o zem, o stenu.
6	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností,vyhadzovanie a chytanie, odrážanie tenisovej loptičky na rakete a tenisová hra.
7	Zdokonaľovanie v pohybových zručnostiach hádzanie, kotúľanie a práca s tenisovou loptičkou a raketou odbíjanie o stenu, o zem a tenisovej hry.
8	Zdokonaľovanie pohybových zručností s tenisovou loptou a raketou, rozvoj rýchlostných schpností.
9	Zdokonaľovanie pohybových zručností s tenisovou loptou, chytanie, hádzanie, tenisová hra.
10	Zdokonaľovanie pohybových zručností, oko-ruka-lopta, odrážanie tenisovej lopty na rakete, tenisová hra.
11	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Súvislé odbíjanie loptičky na rakete, prenášanie loptičiek.

12	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Žonglovanie s 2 loptičkami, hra v dvojici, úder raketou do loptičky na terč.
13	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Súvislé odbíjanie na rakete, súvislé odbíjanie vo dvojici, tľmenie loptičky na rakete.
14	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Súvislé odbíjanie loptičky s raketou nadol, hra ponad prekážku.
15	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Žonglovanie, Prehadzovaná 2 družstiev a maximálne jednou prihrávkou, hra 2:2.
16	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Kombinácia odbíjania loptičky nahor a o zem, súvislá hra na malé ihrisko pridaním terčov, hod loptičkou na diaľku.
17	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Hra vo dvojici súvislým odbíjaním loptičky, súťaž družstiev štafetovým spôsobom s 2 tenisovými loptičkami.
18	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Dribling, Súvislá hra na malé ihrisko s pridaním terčov.
19	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Súvislé odbíjanie loptičky na rakete, odbíjanie smerom nahor vo dvojici, turnaj.
20	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Kolotoč, štafetová súťaž.
21	Uplatnenie tenisových zručností v hre. Turnaj.

22

Uplatnenie tenisových zručností v hre. Turnaj.

Výkaz o pilotnom projekte

Športový zväz:	Slovenský tenisový zväz
Názov a sídlo školy:	Základná škola, Bystré 347, 094 34 Bystré
Popis pohybových aktivít:	Tenis v základnom učive
Meno a priezvisko osoby zodpovednej za vykonávanie pohybových aktivít:	PaedDr. Vladimír Štefanko

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.	18. 5.	24.5.	25.5.	31.5.	1.6.	7.6.	8. 6.	14.6.	15.6.	21.6.	22.6.	25.6.	28.6.	13. 9.	14.9.	20.9.	21.9.	27.9.	28.9.	4.10.	5.10.								
Miesto	telocvičňa	tenisové kurty	telocvičňa	tenisové kurty	telocvičňa	tenisové kurty	telocvičňa	tenisové kurty	telocvičňa	tenisové kurty	telocvičňa	tenisové kurty	telocvičňa	tenisové kurty	telocvičňa	tenisové kurty	telocvičňa	tenisové kurty	telocvičňa	tenisové kurty	telocvičňa	tenisové kurty								
Čas	13:30 - 14:30	13:30 - 14:30	13:30 - 14:30	14:00 - 15:00	13:30 - 14:30	14:00 - 15:00	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	14:00-15:00	13:30-14:30	14:00-15:00	13:30-14:30	14:00-15:00	13:30-14:30	14:00-15:00								

Mená a priezviská inštruktorov:

PaedDr. Vladimír Štefanko	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*									

2	Nácvik pohybových zručností odrážanie, hádzanie a chytanie.
3	Nácvik základných tenisových zručností odbíjanie na rakete, o zem, o stenu s raketou a tenis. loptičkou.
4	Nácvik a zdokonaľovanie pohybových zručností s tenisovou loptičkou a raketou.
5	Zdokonaľovanie pohybových zručností odrážanie, chatanie, hádzanie, odbíjanie tenisovej lopty raketou o zem, o stenu.
6	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností,vyhadzovanie a chytanie, odrážanie tenisovej loptičky na rakete a tenisová hra.
7	Zdokonaľovanie v pohybových zručnostiach hádzanie, kotúľanie a práca s tenisovou loptičkou a raketou odbíjanie o stenu, o zem a tenisovej hry.
8	Zdokonaľovanie pohybových zručností s tenisovou loptou a raketou, rozvoj rýchlostných schpností.
9	Zdokonaľovanie pohybových zručností s tenisovou loptou, chytanie, hádzanie, tenisová hra.
10	Zdokonaľovanie pohybových zručností, oko-ruka-lopta, odrážanie tenisovej lopty na rakete, tenisová hra.
11	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Súvislé odbíjanie loptičky na rakete, prenášanie loptičiek.

12	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Žonglovanie s 2 loptičkami, hra v dvojici, úder raketou do loptičky na terč.
13	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Súvislé odbíjanie na rakete, súvislé odbíjanie vo dvojici, tľmenie loptičky na rakete.
14	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Súvislé odbíjanie loptičky s raketou nadol, hra ponad prekážku.
15	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Žonglovanie, Prehadzovaná 2 družstiev a maximálne jednou prihrávkou, hra 2:2.
16	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Kombinácia odbíjania loptičky nahor a o zem, súvislá hra na malé ihrisko pridaním terčov, hod loptičkou na diaľku.
17	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Hra vo dvojici súvislým odbíjaním loptičky, súťaž družstiev štafetovým spôsobom s 2 tenisovými loptičkami.
18	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Dribling, Súvislá hra na malé ihrisko s pridaním terčov.
19	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Súvislé odbíjanie loptičky na rakete, odbíjanie smerom nahor vo dvojici, turnaj.
20	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Kolotoč, štafetová súťaž.
21	Uplatnenie tenisových zručností v hre. Turnaj.

22

Uplatnenie tenisových zručností v hre. Turnaj.

Výkaz o pilotnom projekte

Športový zväz:	Slovenský tenisový zväz
Názov a sídlo školy:	Základná škola, Bystré 347, 094 34 Bystré
Popis pohybových aktivít:	Tenis v základnom učive
Meno a priezvisko osoby zodpovednej za vykonávanie pohybových aktivít:	PaedDr. Vladimír Štefanko

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	17. 5.	18. 5.	23.5.	24.5.	30.5.	31. 5.	6.6.	7.6.	13.6.	14.6.	20.6.	21.6.	26.6.	28.6.	12. 9.	13.9.	19.9.	20.9.	26.9.	27.9.	3.10.	4.10.								
Miesto	tenisové kurty	školské ihrisko	tenisové kurty	tenisové kurty	tenisové kurty	tenisové kurty	tenisové kurty	tenisové kurty	tenisové kurty	tenisové kurty	školské ihrisko	tenisové kurty	tenisové kurty	tenisové kurty	tenisové kurty	tenisové kurty	tenisové kurty	tenisové kurty	tenisové kurty	tenisové kurty	tenisové kurty	tenisové kurty								
Čas	14:00 - 15:00	14:00 - 15:00	14:00 - 15:00	14:00 - 15:00	14:00 - 15:00	14:00 - 15:00	14:00 - 15:00	14:00 - 15:00	14:00 - 15:00	14:00 - 15:00	14:00 - 15:00	14:00 - 15:00	14:00 - 15:00	14:00 - 15:00	14:00 - 15:00	14:00-15:00	14:00-15:00	14:00-15:00	14:00-15:00	14:00-15:00	14:00-15:00	14:00-15:00								

Mená a priezviská inštruktorov:

Jozef Katica	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*										

2	Nácvik pohybových zručností odrážanie, hádzanie a chytanie.
3	Nácvik základných tenisových zručností odbíjanie na rakete, o zem, o stenu s raketou a tenis. loptičkou.
4	Nácvik a zdokonaľovanie pohybových zručností s tenisovou loptičkou a raketou.
5	Zdokonaľovanie pohybových zručností odrážanie, chatanie, hádzanie, odbíjanie tenisovej lopty raketou o zem, o stenu.
6	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností,vyhadzovanie a chytanie, odrážanie tenisovej loptičky na rakete a tenisová hra.
7	Zdokonaľovanie v pohybových zručnostiach hádzanie, kotúľanie a práca s tenisovou loptičkou a raketou odbíjanie o stenu, o zem a tenisovej hry.
8	Zdokonaľovanie pohybových zručností s tenisovou loptou a raketou, rozvoj rýchlostných schpností.
9	Zdokonaľovanie pohybových zručností s tenisovou loptou, chytanie, hádzanie, tenisová hra.
10	Zdokonaľovanie pohybových zručností, oko-ruka-lopta, odrážanie tenisovej lopty na rakete, tenisová hra.
11	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Súvislé odbíjanie loptičky na rakete, prenášanie loptičiek.

12	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Žonglovanie s 2 loptičkami, hra v dvojici, úder raketou do loptičky na terč.
13	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Súvislé odbíjanie na rakete, súvislé odbíjanie vo dvojici, tlmenie loptičky na rakete.
14	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Súvislé odbíjanie loptičky s raketou nadol, hra ponad prekážku.
15	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Žonglovanie, Prehadzovaná 2 družstiev a maximálne jednou prihrávkou, hra 2:2.
16	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Kombinácia odbíjania loptičky nahor a o zem, súvislá hra na malé ihrisko pridaním terčov, hod loptičkou na diaľku.
17	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Hra vo dvojici súvislým odbíjaním loptičky, súťaž družstiev štafetovým spôsobom s 2 tenisovými loptičkami.
18	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Dribling, Súvislá hra na malé ihrisko s pridaním terčov.
19	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Súvislé odbíjanie loptičky na rakete, odbíjanie smerom nahor vo dvojici, turnaj.
20	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností. Kolotoč, štafetová súťaž.
21	Uplatnenie tenisových zručností v hre. Turnaj.

22

Uplatnenie tenisových zručností v hre. Turnaj.