

Výkaz o pilotnom projekte

Sportový zväz:	Slovenský tenisový zväz
Názov a sídlo školy:	Základná škola Košická Beá 235, Košická belá 235, 044 65
Popis pohybových aktivít:	Tenisové zručnosti: zručností v hádzaní a chytaní loptičiek, driblovanie, správne držanie rakety, pohybové zručnosti, zosúladenie oko-ruka-lopta, tenisová hra, nácvik podania, bekhandu a forehandu
Meno a priezvisko osoby zodpovednej za vykonávanie pohybových aktivít:	Mgr. Patrícia Dudášová Harantová

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	15.5.2012	17.5.2012	22.5.2012	24.5.2012	29.5.2012	31.5.2012	5.6.2012	7.6.2012	12.6.2012	14.6.2012	19.6.2012	19.6.2012	26.6.2012	26.6.2012	11.9.2012	14.9.2012	18.9.2012	20.9.2012	25.9.2012	27.9.2012	2.10.2012	4.10.2012								
Miesto	Telocvična ZŠ	Telocvična ZŠ	Telocvična ZŠ	Telocvična ZŠ	Telocvična ZŠ	Telocvična ZŠ	Telocvična ZŠ	Telocvična ZŠ	Telocvična ZŠ	Telocvična ZŠ	Tenisový kurt, penzion Lesanka	Tenisový kurt, penzion Lesanka	Telocvična ZŠ	Telocvična ZŠ	Telocvična ZŠ	Telocvična ZŠ	Telocvična ZŠ	Telocvična ZŠ	Telocvična ZŠ	Telocvična ZŠ	Telocvična ZŠ	Telocvična ZŠ								
	13:00 - 14:00	13:00 - 14:00	13:00 - 14:00	13:00 - 14:00	13:00 - 14:00	13:00 - 14:00	13:00 - 14:00	13:00 - 14:00	13:00 - 14:00	13:00 - 14:00	13:00 - 14:00	14:00 - 15:00	13:00 - 14:00	14:00 - 15:00	13:00 - 14:00	13:00 - 14:00	13:00 - 14:00	13:00 - 14:00	13:00 - 14:00	13:00 - 14:00	13:00 - 14:00	13:00 - 14:00								

Mená a priezviská inštruktorov:

Patrícia Dudášová Harantová	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*									

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

12	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, hra v dvojiciach, štvoriciach
13	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností
14	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, prázdninový turnaj - preteky s tenisovou loptičkou, hra v dvojiciach
15	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností - štvorhra
16	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností - štvorhra
17	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností
18	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností
19	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností - štvorhra
20	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností - štvorhra
21	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností.
22	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností.B5