

Výkaz o pilotnom projekte

Športový zväz:	Slovenský tenisový zväz
Názov a sídlo školy:	ZŠ Obchodná 5 Sečovce
Popis pohybových aktivít:	Nácvik a zdokonaľovanie pohybových aktivít, základných tenisových zručností
Meno a priezvisko osoby zodpovednej za vykonávanie pohybových aktivít:	Miloš Kolesár

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	17.5.2012	18.5.2012	23.5.2012	25.5.2012	28.5.2012	30.5.2012	4.6.2012	6.6.2012	11.6.2012	13.6.2012	18.6.2012	20.6.2012	25.6.2012	27.6.2012	10.9.2012	12.9.2012	17.9.2012	19.9.2012	24.9.2012	26.9.2012	1.10.2012	4.10.2012								
Miesto	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce								
Čas	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	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								

Mená a priezviská inštruktorov:

Miloš Kolesár	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*										

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, pohybová príprava
3	Nácvik základných tenisových zručností odbíjanie na rakete, o zem, o stenu s raketou a krátke výmeny medzi hráčmi
4	Nácvik a zdokonaľovanie pohybových zručností s tenisovou loptičkou a raketou, šprint na krátke vzdialenosti
5	Zdokonaľovanie pohybových zručností odrážanie, chytanie, hádzanie, odbíjanie tenis. lopty raketou o zem, pohybové hry
6	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností, vyhadzovanie a chytanie, odrážanie tenis. loptičky na rakete a tenis. hra na krátku vzdialenosť
7	Zdokonaľovanie v pohybových zručnostiach hádzanie, kotúľanie a práca s tenisovou loptou a raketou odbíjanie o stenu, o zem a tenisovej hry
8	Zdokonaľovanie pohybových zručností s tenis. loptou a raketou, rozvoj rýchlostných schopností, naháňačka v skupinách
9	Zdokonaľovanie pohybových zručností s tenis. loptou, chytanie, hádzanie, tenisová hra na dlhšie ihrisko
10	Zdokonaľovanie pohyb. zručností, oko-ruka-lopta, odrážanie tenis. lopty na rakete, tenisová hra

11	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, tenisová hra striedanie v skupinkách
12	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, hra na terče, nadhody pre podanie
13	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, súvislé odbýjanie na rakete , tenisová hra, rozvíjanie rýchlostných schopností
14	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, súvislé odbýjanie lopty nadol, naháňačka s raketami a loptami, hra cez sieť
15	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, hádzanie chytanie lopty, dribling, prehody cez sieť a krátke výmeny
16	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, hod loptičky na diaľku, podávanie loptičky v skupinách, voľná hra
17	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, hádzanie lopty v skupinách na 5 prihrávk, súvislé odbíjanie lopty cez sieť na počet prehodení, strečing
18	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, naháňačka, dribling rukou, súvislá hra na malé ihrisko s pridaním terčov, volejová výmena vo dvojiciach, súťaž okolo kužeľov štafetovou formou.
19	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, súvislé odbíjanie loptičky na rakete smerom nahor, odbíjanie loptičky nahor na rakete vo dvojiciach, hra na body do 10 turnaj
20	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, reakčné cvičenia s loptičkou, štafetová hra cez prekážku odbíjanie loptičky pokiaľ je v hre, nosenie loptičky na chrbtovej časti ruky

21	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, turnaj v na malé ihrisko
22	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, turnaj v na malé ihrisko, vyhodnotenie a nábor žiakov do tenisových krúžkov pokračujúcich na škole.

Výkaz o pilotnom projekte

Športový zväz:	Slovenský tenisový zväz
Názov a sídlo školy:	ZŠ Obchodná 5 Sečovce
Popis pohybových aktivít:	Nácvik a zdokonaľovanie pohybových aktivít, základných tenisových zručností
Meno a priezvisko osoby zodpovednej za vykonávanie pohybových aktivít:	Miloš Kolesár

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	21.5.2012	23.5.2012	30.5.2012	31.5.2012	6.6.2012	7.6.2012	13.6.2012	14.6.2012	20.6.2012	21.6.2012	27.6.2012	28.6.2012	5.9.2012	6.9.2012	12.9.2012	13.9.2012	19.9.2012	20.9.2012	26.9.2012	27.9.2012	3.10.2012	4.10.2012								
Miesto	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce								
Čas	14:00 - 15:00	16:00 - 17:00	18:00 - 19:00	16:00 - 17:00	16:00 - 17:00	16:00 - 17:00	16:00 - 17:00	16:00 - 17:00	16:00 - 17:00	16:00 - 17:00	16:00 - 17:00	16:00 - 17:00	16:00 - 17:00	16:00 - 17:00	16:00 - 17:00	16:00 - 17:00	16:00 - 17:00	16:00 - 17:00	16:00 - 17:00	16:00 - 17:00	16:00 - 17:00	16:00 - 17:00								

Mená a priezviská inštruktorov:

Miloš Kolesár	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*										

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, pohybová príprava
3	Nácvik základných tenisových zručností odbíjanie na rakete, o zem, o stenu s raketou a krátke výmeny medzi hráčmi
4	Nácvik a zdokonaľovanie pohybových zručností s tenisovou loptičkou a raketou, šprint na krátke vzdialenosti
5	Zdokonaľovanie pohybových zručností odrážanie, chytanie, hádzanie, odbíjanie tenis. lopty raketou o zem, pohybové hry
6	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností, vyhadzovanie a chytanie, odrážanie tenis. loptičky na rakete a tenis. hra na krátku vzdialenosť
7	Zdokonaľovanie v pohybových zručnostiach hádzanie, kotúľanie a práca s tenisovou loptou a raketou odbíjanie o stenu, o zem a tenisovej hry
8	Zdokonaľovanie pohybových zručností s tenis. loptou a raketou, rozvoj rýchlostných schopností, naháňačka v skupinách
9	Zdokonaľovanie pohybových zručností s tenis. loptou, chytanie, hádzanie, tenisová hra na dlhšie ihrisko
10	Zdokonaľovanie pohyb. zručností, oko-ruka-lopta, odrážanie tenis. lopty na rakete, tenisová hra

11	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, tenisová hra striedanie v skupinkách
12	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, hra na terče, nadhody pre podanie
13	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, súvislé odbýjanie na rakete , tenisová hra, rozvíjanie rýchlostných schopností
14	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, súvislé odbýjanie lopty nadol, naháňačka s raketami a loptami, hra cez sieť
15	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, hádzanie chytanie lopty, dribling, prehody cez sieť a krátke výmeny
16	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, hod loptičky na diaľku, podávanie loptičky v skupinách, voľná hra
17	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, hádzanie lopty v skupinách na 5 prihrávk, súvislé odbíjanie lopty cez sieť na počet prehodení, strečing
18	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, naháňačka, dribling rukou, súvislá hra na malé ihrisko s pridaním terčov, volejová výmena vo dvojiciach, súťaž okolo kužeľov štafetovou formou.
19	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, súvislé odbíjanie loptičky na rakete smerom nahor, odbíjanie loptičky nahor na rakete vo dvojiciach, hra na body do 10 turnaj
20	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, reakčné cvičenia s loptičkou, štafetová hra cez prekážku odbíjanie loptičky pokiaľ je v hre, nosenie loptičky na chrbtovej časti ruky

21	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, turnaj v na malé ihrisko
22	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, turnaj v na malé ihrisko, vyhodnotenie a nábor žiakov do tenisových krúžkov pokračujúcich na škole.

Výkaz o pilotnom projekte

Športový zväz:	Slovenský tenisový zväz
Názov a sídlo školy:	ZŠ Obchodná 5 Sečovce
Popis pohybových aktivít:	Nácvik a zdokonaľovanie pohybových aktivít, základných tenisových zručností
Meno a priezvisko osoby zodpovednej za vykonávanie pohybových aktivít:	Miloš Kolesár

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	21.5.2012	23.5.2012	30.5.2012	31.5.2012	6.6.2012	7.6.2012	13.6.2012	14.6.2012	20.6.2012	21.6.2012	27.6.2012	28.6.2012	5.9.2012	6.9.2012	12.9.2012	13.9.2012	19.9.2012	20.9.2012	26.9.2012	27.9.2012	3.10.2012	4.10.2012								
Miesto	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce								
Čas	13:00 - 14:00	15:00 - 16:00	17:00 - 18:00	15:00 - 16:00	17:00 - 18:00	15:00 - 16:00	17:00 - 18:00	15:00 - 16:00	17:00 - 18:00	15:00 - 16:00	17:00 - 18:00	15:00 - 16:00	15:00 - 16:00	15:00 - 16:00	17:00 - 18:00	15:00 - 16:00	17:00 - 18:00	15:00 - 16:00	17:00 - 18:00	15:00 - 16:00	17:00 - 18:00	15:00 - 16:00								

Mená a priezviská inštruktorov:

Miloš Kolesár	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*										

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, pohybová príprava
3	Nácvik základných tenisových zručností odbíjanie na rakete, o zem, o stenu s raketou a krátke výmeny medzi hráčmi
4	Nácvik a zdokonaľovanie pohybových zručností s tenisovou loptičkou a raketou, šprint na krátke vzdialenosti
5	Zdokonaľovanie pohybových zručností odrážanie, chytanie, hádzanie, odbíjanie tenis. lopty raketou o zem, pohybové hry
6	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností, vyhadzovanie a chytanie, odrážanie tenis. loptičky na rakete a tenis. hra na krátku vzdialenosť
7	Zdokonaľovanie v pohybových zručnostiach hádzanie, kotúľanie a práca s tenisovou loptou a raketou odbíjanie o stenu, o zem a tenisovej hry
8	Zdokonaľovanie pohybových zručností s tenis. loptou a raketou, rozvoj rýchlostných schopností, naháňačka v skupinách
9	Zdokonaľovanie pohybových zručností s tenis. loptou, chytanie, hádzanie, tenisová hra na dlhšie ihrisko
10	Zdokonaľovanie pohyb. zručností, oko-ruka-lopta, odrážanie tenis. lopty na rakete, tenisová hra

11	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, tenisová hra striedanie v skupinkách
12	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, hra na terče, nadhody pre podanie
13	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, súvislé odbýjanie na rakete , tenisová hra, rozvíjanie rýchlostných schopností
14	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, súvislé odbýjanie lopty nadol, naháňačka s raketami a loptami, hra cez sieť
15	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, hádzanie chytanie lopty, dribling, prehody cez sieť a krátke výmeny
16	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, hod loptičky na diaľku, podávanie loptičky v skupinách, voľná hra
17	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, hádzanie lopty v skupinách na 5 prihrávk, súvislé odbíjanie lopty cez sieť na počet prehodení, strečing
18	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, naháňačka, dribling rukou, súvislá hra na malé ihrisko s pridaním terčov, volejová výmena vo dvojiciach, súťaž okolo kužeľov štafetovou formou.
19	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, súvislé odbíjanie loptičky na rakete smerom nahor, odbíjanie loptičky nahor na rakete vo dvojiciach, hra na body do 10 turnaj
20	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, reakčné cvičenia s loptičkou, štafetová hra cez prekážku odbíjanie loptičky pokiaľ je v hre, nosenie loptičky na chrbtovej časti ruky

21	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, turnaj v na malé ihrisko
22	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, turnaj v na malé ihrisko, vyhodnotenie a nábor žiakov do tenisových krúžkov pokračujúcich na škole.

Výkaz o pilotnom projekte

Športový zväz:	Slovenský tenisový zväz
Názov a sídlo školy:	ZŠ Obchodná 5 Sečovce
Popis pohybových aktivít:	Nácvik a zdokonaľovanie pohybových aktivít, základných tenisových zručností
Meno a priezvisko osoby zodpovednej za vykonávanie pohybových aktivít:	Miloš Kolesár

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	18.5.2012	23.5.2012	25.5.2012	30.5.2012	31.5.2012	6.6.2012	7.6.2012	13.6.2012	14.6.2012	20.6.2012	21.6.2012	27.6.2012	28.6.2012	12.9.2012	13.9.2012	19.9.2012	20.9.2012	26.9.2012	27.9.2012	3.10.2012	4.10.2012								
Miesto	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce								
Čas	17:30 - 18:30	17:00 - 18:00	14.00 - 15.00	17:00 - 18:00	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:

Miloš Kolesár	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*								

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, pohybová príprava
3	Nácvik základných tenisových zručností odbíjanie na rakete, o zem, o stenu s raketou a krátke výmeny medzi hráčmi
4	Nácvik a zdokonaľovanie pohybových zručností s tenisovou loptičkou a raketou, šprint na krátke vzdialenosti
5	Zdokonaľovanie pohybových zručností odrážanie, chytanie, hádzanie, odbíjanie tenis. lopty raketou o zem, pohybové hry
6	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností, vyhadzovanie a chytanie, odrážanie tenis. loptičky na rakete a tenis. hra na krátku vzdialenosť
7	Zdokonaľovanie v pohybových zručnostiach hádzanie, kotúľanie a práca s tenisovou loptou a raketou odbíjanie o stenu, o zem a tenisovej hry
8	Zdokonaľovanie pohybových zručností s tenis. loptou a raketou, rozvoj rýchlostných schopností, naháňačka v skupinách
9	Zdokonaľovanie pohybových zručností s tenis. loptou, chytanie, hádzanie, tenisová hra na dlhšie ihrisko
10	Zdokonaľovanie pohyb. zručností, oko-ruka-lopta, odrážanie tenis. lopty na rakete, tenisová hra

11	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, tenisová hra striedanie v skupinkách
12	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, hra na terče, nadhody pre podanie
13	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, súvislé odbýjanie na rakete , tenisová hra, rozvíjanie rýchlostných schopností
14	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, súvislé odbýjanie lopty nadol, naháňačka s raketami a loptami, hra cez sieť
15	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, hádzanie chytanie lopty, dribling, prehody cez sieť a krátke výmeny
16	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, hod loptičky na diaľku, podávanie loptičky v skupinách, voľná hra
17	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, hádzanie lopty v skupinách na 5 prihrávk, súvislé odbíjanie lopty cez sieť na počet prehodení, strečing
18	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, naháňačka, dribling rukou, súvislá hra na malé ihrisko s pridaním terčov, volejová výmena vo dvojiciach, súťaž okolo kužeľov štafetovou formou.
19	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, súvislé odbíjanie loptičky na rakete smerom nahor, odbíjanie loptičky nahor na rakete vo dvojiciach, hra na body do 10 turnaj
20	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, reakčné cvičenia s loptičkou, štafetová hra cez prekážku odbíjanie loptičky pokiaľ je v hre, nosenie loptičky na chrbtovej časti ruky

21	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, turnaj v na malé ihrisko
22	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, turnaj v na malé ihrisko, vyhodnotenie a nábor žiakov do tenisových krúžkov pokračujúcich na škole.

Výkaz o pilotnom projekte

Športový zväz:	Slovenský tenisový zväz
Názov a sídlo školy:	ZŠ Obchodná 5 Sečovce
Popis pohybových aktivít:	Nácvik a zdokonaľovanie pohybových aktivít, základných tenisových zručností
Meno a priezvisko osoby zodpovednej za vykonávanie pohybových aktivít:	Miloš Kolesár

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	17.5.2012	18.5.2012	21.5.2012	25.5.2012	28.5.2012	30.5.2012	4.6.2012	7.6.2012	11.6.2012	14.6.2012	18.6.2012	21.6.2012	25.6.2012	28.6.2012	10.9.2012	13.9.2012	17.9.2012	20.9.2012	24.9.2012	27.9.2012	1.10.2012	4.10.2012								
Miesto	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce								
Čas	16:00 - 17:00	16:00 - 17:00	17:00 - 18:00	16:00 - 17:00	16:00 - 17:00	16:00 - 17:00	16:00 - 17:00	17:00 - 18:00	16:00 - 17:00	17:00 - 18:00	16:00 - 17:00	17:00 - 18:00	16:00 - 17:00	17:00 - 18:00	16:00 - 17:00	17:00 - 18:00	16:00 - 17:00	17:00 - 18:00	16:00 - 17:00	17:00 - 18:00	16:00 - 17:00	17:00 - 18:00								

Mená a priezviská inštruktorov:

Miloš Kolesár	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*								

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 krátke výmeny medzi hráčmi
4	Nácvik a zdokonaľovanie pohybových zručností s tenisovou loptičkou a raketou, šprint na krátke vzdialenosti
5	Zdokonaľovanie pohybových zručností odrážanie, chytanie, hádzanie, odbíjanie tenis. lopty raketou o zem, pohybové hry
6	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností, vyhadzovanie a chytanie, odrážanie tenis. loptičky na rakete a tenis. hra na krátku vzdialenosť
7	Zdokonaľovanie v pohybových zručnostiach hádzanie, kotúľanie a práca s tenisovou loptou a raketou odbíjanie o stenu, o zem a tenisovej hry
8	Zdokonaľovanie pohybových zručností s tenis. loptou a raketou, rozvoj rýchlostných schopností, naháňačka v skupinách
9	Zdokonaľovanie pohybových zručností s tenis. loptou, chytanie, hádzanie, tenisová hra na dlhšie ihrisko
10	Zdokonaľovanie pohyb. zručností, oko-ruka-lopta, odrážanie tenis. lopty na rakete, tenisová hra

11	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, tenisová hra striedanie v skupinkách
12	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, hra na terče, nadhody pre podanie
13	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, súvislé odbýjanie na rakete , tenisová hra, rozvíjanie rýchlostných schopností
14	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, súvislé odbýjanie lopty nadol, naháňačka s raketami a loptami, hra cez sieť
15	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, hádzanie chytanie lopty, dribling, prehody cez sieť a krátke výmeny
16	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, hod loptičky na diaľku, podávanie loptičky v skupinách, voľná hra
17	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, hádzanie lopty v skupinách na 5 prihrávk, súvislé odbíjanie lopty cez sieť na počet prehodení, strečing
18	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, naháňačka, dribling rukou, súvislá hra na malé ihrisko s pridaním terčov, volejová výmena vo dvojiciach, súťaž okolo kužeľov štafetovou formou.
19	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, súvislé odbíjanie loptičky na rakete smerom nahor, odbíjanie loptičky nahor na rakete vo dvojiciach, hra na body do 10 turnaj
20	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, reakčné cvičenia s loptičkou, štafetová hra cez prekážku odbíjanie loptičky pokiaľ je v hre, nosenie loptičky na chrbtovej časti ruky

21	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, turnaj v na malé ihrisko
22	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, turnaj v na malé ihrisko, vyhodnotenie a nábor žiakov do tenisových krúžkov pokračujúcich na škole.

Výkaz o pilotnom projekte

Športový zväz:	Slovenský tenisový zväz
Názov a sídlo školy:	ZŠ Obchodná 5 Sečovce
Popis pohybových aktivít:	Nácvik a zdokonaľovanie pohybových aktivít, základných tenisových zručností
Meno a priezvisko osoby zodpovednej za vykonávanie pohybových aktivít:	Miloš Kolesár

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	17.5.2012	18.5.2012	21.5.2012	25.5.2012	28.5.2012	30.5.2012	4.6.2012	6.6.2012	11.6.2012	13.6.2012	18.6.2012	20.6.2012	25.6.2012	27.6.2012	10.9.2012	12.9.2012	17.9.2012	19.9.2012	24.9.2012	26.9.2012	1.10.2012	3.10.2012								
Miesto	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce								
Čas	15:00 - 16:00	15:00 - 16:00	16:00 - 17:00	15:00 - 16:00	15:00 - 16:00	15:00 - 16:00	15:00 - 16:00	15:00 - 16:00	15:00 - 16:00	15:00 - 16:00	15:00 - 16:00	15:00 - 16:00	15:00 - 16:00	15:00 - 16:00	15:00 - 16:00	15:00 - 16:00	15:00 - 16:00	15:00 - 16:00	15:00 - 16:00	15:00 - 16:00	15:00 - 16:00	15:00 - 16:00								

Mená a priezviská inštruktorov:

Miloš Kolesár	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*										

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 krátke výmeny medzi hráčmi
4	Nácvik a zdokonaľovanie pohybových zručností s tenisovou loptičkou a raketou, šprint na krátke vzdialenosti
5	Zdokonaľovanie pohybových zručností odrážanie, chytanie, hádzanie, odbíjanie tenis. lopty raketou o zem, pohybové hry
6	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností, vyhadzovanie a chytanie, odrážanie tenis. loptičky na rakete a tenis. hra na krátku vzdialenosť
7	Zdokonaľovanie v pohybových zručnostiach hádzanie, kotúľanie a práca s tenisovou loptou a raketou odbíjanie o stenu, o zem a tenisovej hry
8	Zdokonaľovanie pohybových zručností s tenis. loptou a raketou, rozvoj rýchlostných schopností, naháňačka v skupinách
9	Zdokonaľovanie pohybových zručností s tenis. loptou, chytanie, hádzanie, tenisová hra na dlhšie ihrisko
10	Zdokonaľovanie pohyb. zručností, oko-ruka-lopta, odrážanie tenis. lopty na rakete, tenisová hra

11	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, tenisová hra striedanie v skupinkách
12	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, hra na terče, nadhody pre podanie
13	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, súvislé odbýjanie na rakete , tenisová hra, rozvíjanie rýchlostných schopností
14	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, súvislé odbýjanie lopty nadol, naháňačka s raketami a loptami, hra cez sieť
15	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, hádzanie chytanie lopty, dribling, prehody cez sieť a krátke výmeny
16	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, hod loptičky na diaľku, podávanie loptičky v skupinách, voľná hra
17	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, hádzanie lopty v skupinách na 5 prihrávk, súvislé odbíjanie lopty cez sieť na počet prehodení, strečing
18	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, naháňačka, dribling rukou, súvislá hra na malé ihrisko s pridaním terčov, volejová výmena vo dvojiciach, súťaž okolo kužeľov štafetovou formou.
19	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, súvislé odbíjanie loptičky na rakete smerom nahor, odbíjanie loptičky nahor na rakete vo dvojiciach, hra na body do 10 turnaj
20	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, reakčné cvičenia s loptičkou, štafetová hra cez prekážku odbíjanie loptičky pokiaľ je v hre, nosenie loptičky na chrbtovej časti ruky

21	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, turnaj v na malé ihrisko
22	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, turnaj v na malé ihrisko, vyhodnotenie a nábor žiakov do tenisových krúžkov pokračujúcich na škole.

Výkaz o pilotnom projekte

Športový zväz:	Slovenský tenisový zväz
Názov a sídlo školy:	ZŠ Obchodná 5 Sečovce
Popis pohybových aktivít:	Nácvik a zdokonaľovanie pohybových aktivít, základných tenisových zručností
Meno a priezvisko osoby zodpovednej za vykonávanie pohybových aktivít:	Miloš Kolesár

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	17.5.2012	18.5.2012	21.5.2012	25.5.2012	28.5.2012	31.5.2012	4.6.2012	7.6.2012	11.6.2012	14.6.2012	18.6.2012	21.6.2012	25.6.2012	28.6.2012	10.9.2012	13.9.2012	17.9.2012	20.9.2012	24.9.2012	27.9.2012	1.10.2012	4.10.2012								
Miesto	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce	ZŠ Obch. Sečovce								
Čas	14:00 - 15:00	14:00 - 15:00	15:00 - 16:00	14:00 - 15:00	14:00 - 15:00	13:00 - 14:00	14:00 - 15:00	13:00 - 14:00	14:00 - 15:00	13:00 - 14:00	14:00 - 15:00	13:00 - 14:00	14:00 - 15:00	13:00 - 14:00	14:00 - 15:00	13:00 - 14:00	14:00 - 15:00	13:00 - 14:00	14:00 - 15:00	13:00 - 14:00	14:00 - 15:00	13:00 - 14:00								

Mená a priezviská inštruktorov:

Miloš Kolesár	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*										

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 krátke výmeny medzi hráčmi
4	Nácvik a zdokonaľovanie pohybových zručností s tenisovou loptičkou a raketou, šprint na krátke vzdialenosti
5	Zdokonaľovanie pohybových zručností odrážanie, chytanie, hádzanie, odbíjanie tenis. lopty raketou o zem, pohybové hry
6	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností, vyhadzovanie a chytanie, odrážanie tenis. loptičky na rakete a tenis. hra na krátku vzdialenosť
7	Zdokonaľovanie v pohybových zručnostiach hádzanie, kotúľanie a práca s tenisovou loptou a raketou odbíjanie o stenu, o zem a tenisovej hry
8	Zdokonaľovanie pohybových zručností s tenis. loptou a raketou, rozvoj rýchlostných schopností, naháňacia v skupinách
9	Zdokonaľovanie pohybových zručností s tenis. loptou, chytanie, hádzanie, tenisová hra na dlhšie ihrisko
10	Zdokonaľovanie pohyb. zručností, oko-ruka-lopta, odrážanie tenis. lopty na rakete, tenisová hra

11	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, tenisová hra striedanie v skupinkách
12	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, hra na terče, nadhody pre podanie
13	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, súvislé odbýjanie na rakete , tenisová hra, rozvíjanie rýchlostných schopností
14	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, súvislé odbýjanie lopty nadol, naháňačka s raketami a loptami, hra cez sieť
15	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, hádzanie chytanie lopty, dribling, prehody cez sieť a krátke výmeny
16	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, hod loptičky na diaľku, podávanie loptičky v skupinách, voľná hra
17	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, hádzanie lopty v skupinách na 5 prihrávk, súvislé odbíjanie lopty cez sieť na počet prehodení, strečing
18	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, naháňačka, dribling rukou, súvislá hra na malé ihrisko s pridaním terčov, volejová výmena vo dvojiciach, súťaž okolo kužeľov štafetovou formou.
19	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, súvislé odbíjanie loptičky na rakete smerom nahor, odbíjanie loptičky nahor na rakete vo dvojiciach, hra na body do 10 turnaj
20	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, reakčné cvičenia s loptičkou, štafetová hra cez prekážku odbíjanie loptičky pokiaľ je v hre, nosenie loptičky na chrbtovej časti ruky

21	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, turnaj v na malé ihrisko
22	Zdokonaľovanie základných tenisových zručností, rozcvička, turnaj v na malé ihrisko, vyhodnotenie a nábor žiakov do tenisových krúžkov pokračujúcich na škole.