

Kružok 1-Výkaz

Športový zväz:	Slovenský tenisový zväz
Názov a sídlo školy:	Základná škola Vyšná Rybnica
Popis pohybových aktivít:	Oboznámenie sa s pohybovými aktivitami - tenis
Meno a priezvisko osoby zodpovednej za vykonávanie pohybových aktivít:	Mgr. Eva Koreňová

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	22.5.2012	25.5.2012	29.5.2012	1.6.2012	5.6.2012	8.6.2012	12.6.2012	15.6.2012	19.6.2012	22.6.2012	26.6.2012	11.9.2012	14.9.2012	18.9.2012	21.9.2012	25.9.2012	28.9.2012	2.10.2012	5.10.2012	9.10.2012											
Miesto	ZŠ Vyšná Rybnica	ZŠ Vyšná Rybnica	ZŠ Vyšná Rybnica	ZŠ Vyšná Rybnica	ZŠ Vyšná Rybnica	ZŠ Vyšná Rybnica	ZŠ Vyšná Rybnica	ZŠ Vyšná Rybnica	ZŠ Vyšná Rybnica	ZŠ Vyšná Rybnica	ZŠ Vyšná Rybnica	ZŠ Vyšná Rybnica	ZŠ Vyšná Rybnica	ZŠ Vyšná Rybnica	ZŠ Vyšná Rybnica	ZŠ Vyšná Rybnica	ZŠ Vyšná Rybnica	ZŠ Vyšná Rybnica	ZŠ Vyšná Rybnica	ZŠ Vyšná Rybnica											
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	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:

PaedDr. Mária Trúchlyová	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*												

1	Oboznámenie sa s pohybovými aktivitami - tenis
2	Oboznámenie sa s pohybovými aktivitami - tenis
3	Nácvik pohybových zručností-odrážanie, hádzanie a chytanie tenisovej lopty a práca s raketou
4	Nácvik pohybových zručností-odrážanie, hádzanie a chytanie tenisovej lopty a práca s raketou
5	Nácvik základných pohybových zručností-odbíjanie na rakete o zem o stenu s raketou a tenisovou loptičkou.
6	Nácvik základných pohybových zručností-odbíjanie na rakete o zem o stenu s raketou a tenisovou loptičkou.
7	Upevnenie základných pohybových zručností-odbíjanie na rakete o zem o stenu s raketou a tenisovou loptičkou.
8	Upevnenie základných pohybových zručností-odbíjanie na rakete o zem o stenu s raketou a tenisovou loptičkou.
9	Upevnenie základných pohybových zručností-odbíjanie na rakete o zem o stenu s raketou a tenisovou loptičkou.
10	Upevnenie základných pohybových zručností-odbíjanie na rakete o zem o stenu s raketou a tenisovou loptičkou.
11	Súťaživé hry zamerané na upevnenie základných pohybových zručností-odbíjanie na rakete o zem o stenu s raketou a tenisovou loptičkou.

12	Opakovanie základných pohybových zručností-odbíjanie na rakete o zem o stenu s raketou a tenisovou loptičkou.
13	Upevnenie základných pohybových zručností-odbíjanie na rakete o zem o stenu s raketou a tenisovou loptičkou.
14	Opakovanie pohybových zručností-odrážanie, hádzanie a chytanie tenisovej lopty a práca s raketou
15	Upevnenie pohybových zručností-odrážanie, hádzanie a chytanie tenisovej lopty a práca s raketou
16	Súťaživé hry zamerané na základné pohybové zručnosti-odbíjanie na rakete o zem o stenu s raketou a tenisovou loptičkou.
17	Súťaživé hry zamerané na základné pohybové zručnosti-odbíjanie na rakete o zem o stenu s raketou a tenisovou loptičkou.
18	Opakovanie pohybových zručností s tenis. loptou a raketou, rozvoj rýchlostných schopností
19	Zdokonaľovanie pohybových zručností s tenis. loptou a raketou, rozvoj rýchlostných schopností
20	Upevnenie pohybových zručností s tenis. loptou a raketou, rozvoj rýchlostných schopností

Kružok 1-Výkaz

Športový zväz:	Slovenský tenisový zväz
Názov a sídlo školy:	Základná škola Vyšná Rybnica
Popis pohybových aktivít:	Oboznámenie sa s pohybovými aktivitami - tenis
Meno a priezvisko osoby zodpovednej za vykonávanie pohybových aktivít:	Mgr. Eva Koreňová

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	22.5.2012	25.5.2012	29.5.2012	1.6.2012	5.6.2012	8.6.2012	12.6.2012	15.6.2012	19.6.2012	22.6.2012	26.6.2012	11.9.2012	14.9.2012	18.9.2012	21.9.2012	25.9.2012	28.9.2012	2.10.2012	5.10.2012	9.10.2012											
Miesto	ZŠ Vyšná Rybnica	ZŠ Vyšná Rybnica	ZŠ Vyšná Rybnica	ZŠ Vyšná Rybnica	ZŠ Vyšná Rybnica	ZŠ Vyšná Rybnica	ZŠ Vyšná Rybnica	ZŠ Vyšná Rybnica	ZŠ Vyšná Rybnica	ZŠ Vyšná Rybnica	ZŠ Vyšná Rybnica	ZŠ Vyšná Rybnica	ZŠ Vyšná Rybnica	ZŠ Vyšná Rybnica	ZŠ Vyšná Rybnica	ZŠ Vyšná Rybnica	ZŠ Vyšná Rybnica	ZŠ Vyšná Rybnica	ZŠ Vyšná Rybnica	ZŠ Vyšná Rybnica											
Čas	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	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:

Mgr. Eva Koreňová	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*												

1	Oboznámenie sa s pohybovými aktivitami - tenis
2	Oboznámenie sa s pohybovými aktivitami - tenis
3	Nácvik pohybových zručností-odrážanie, hádzanie a chytanie tenisovej lopty a práca s raketou
4	Nácvik pohybových zručností-odrážanie, hádzanie a chytanie tenisovej lopty a práca s raketou
5	Nácvik základných pohybových zručností-odbíjanie na rakete o zem o stenu s raketou a tenisovou loptičkou.
6	Nácvik základných pohybových zručností-odbíjanie na rakete o zem o stenu s raketou a tenisovou loptičkou.
7	Upevnenie základných pohybových zručností-odbíjanie na rakete o zem o stenu s raketou a tenisovou loptičkou.
8	Upevnenie základných pohybových zručností-odbíjanie na rakete o zem o stenu s raketou a tenisovou loptičkou.
9	Upevnenie základných pohybových zručností-odbíjanie na rakete o zem o stenu s raketou a tenisovou loptičkou.
10	Upevnenie základných pohybových zručností-odbíjanie na rakete o zem o stenu s raketou a tenisovou loptičkou.
11	Súťaživé hry zamerané na upevnenie základných pohybových zručností-odbíjanie na rakete o zem o stenu s raketou a tenisovou loptičkou.

12	Opakovanie základných pohybových zručností-odbíjanie na rakete o zem o stenu s raketou a tenisovou loptičkou.
13	Upevnenie základných pohybových zručností-odbíjanie na rakete o zem o stenu s raketou a tenisovou loptičkou.
14	Opakovanie pohybových zručností-odrážanie, hádzanie a chytanie tenisovej lopty a práca s raketou
15	Upevňovanie pohybových zručností-odrážanie, hádzanie a chytanie tenisovej lopty a práca s raketou
16	Súťaživé hry zamerané na základné pohybové zručnosti-odbíjanie na rakete o zem o stenu s raketou a tenisovou loptičkou.
17	Súťaživé hry zamerané na základné pohybové zručnosti-odbíjanie na rakete o zem o stenu s raketou a tenisovou loptičkou.
18	Opakovanie pohybových zručností s tenis. loptou a raketou, rozvoj rýchlostných schopností
19	Zdokonaľovanie pohybových zručností s tenis. loptou a raketou, rozvoj rýchlostných schopností
20	Upevnenie pohybových zručností s tenis. loptou a raketou, rozvoj rýchlostných schopností