

Výkaz o pilotnom projekte

Športový zväz:	Slovenský tenisový zväz
Názov a sídlo školy:	Základná škola, Obchodná 7, 900 51 Zohor
Popis pohybových aktivít:	Tenis 1
Meno a priezvisko osoby zodpovednej za vykonávanie pohybových aktivít:	Mgr. Hubeková Andrea

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	28.5.2012	30.5.2012	4.6.2012	6.6.2012	11.6.2012	13.6.2012	15.6.2012	18.6.2012	20.6.2012	25.6.2012	27.6.2012	28.6.2012	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	tenisový kurt	tenisový kurt	tenisový kurt	tenisový kurt	tenisový kurt	tenisový kurt	tenisový kurt		tenisový kurt	tenisový kurt	tenisový kurt	tenisový kurt	tenisový kurt	tenisový kurt	tenisový kurt	tenisový kurt	tenisový kurt	tenisový kurt	tenisový kurt	tenisový kurt	tenisový kurt	tenisový kurt								
Čas	15.00 - 16. 00	15.30- 16.30	15.00 - 16. 00	15.30- 16.30	15.00 - 16. 00	15.30- 16.30	15.00 - 16. 00		15.00 - 16. 00	15.00 - 16. 00	15.30- 16.30	15.00 - 16. 00	15.30- 16.30	14.30- 15.30	14.30- 15.30	14.30- 15.30	14.30- 15.30	14.30- 15.30	14.30- 15.30	14.30- 15.30	14.30- 15.30	14.30- 15.30								

Mená a priezviská inštruktorov:

Hubeková Andrea	*	*	*	*	*	*	*		*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*									

1	Získanie pohybových zručností v hádzaní a chytaní lopty
2	Nácvik pohybových zručností - odrážanie, hádzanie a chytanie tenisovej loptičky a práca s raketou
3	Nácvik základných tenisových zručností - odbíjanie na rakete, o zem, o stenu s raketou a tenisovou loptičkou.
4	Nácvik a zdokonaľovanie pohybových zručností s tenisovou raketou a loptičkou
5	Zdokonaľovanie pohybových zručností odrážanie, chytanie, hádzanie, odbíjanie tenisovou raketou o zem, o stenu.
6	Zdokonaľovanie pohybových zručností odrážanie, chytanie, hádzanie, odbíjanie tenisovou raketou o zem, o stenu, vo dvojiciach.
7	Pohybové hry zamerané na prácu s loptou a raketou - hádzanie chytanie, základné odrážanie.
8	Hodina neodučená pre účasť na Slovenskom kole súťaže Mladý záchranár CO v Spišskej Novej Vsi.
9	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností - hádzanie, chytanie, odrážanie.
10	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností - hádzanie, chytanie, odrážanie.

11	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností - odrážanie.
12	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností - odrážanie.
13	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností - forhend, bekhend
14	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností - forhend, bekhend
15	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností - forhend, bekhend
16	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností - forhend, bekhend
17	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností - forhend, bekhend
18	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností - forhend, bekhend
19	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností - forhend, bekhend
20	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností - forhend, bekhend

21	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností - forhend, bekhend
22	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností - forhend, bekhend
23	
24	
25	
26	
27	
28	
29	
30	

31	
32	
33	
34	
35	
36	
37	
38	
39	
40	

41	
42	
43	
44	
45	
46	
47	
48	
49	
50	

15	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností - forhend, bekhend
16	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností - forhend, bekhend
17	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností - forhend, bekhend
18	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností - forhend, bekhend
19	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností - forhend, bekhend
20	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností - forhend, bekhend
21	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností - forhend, bekhend
22	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností - forhend, bekhend
23	
24	
25	
26	
27	
28	
29	
30	
31	
32	
33	
34	
35	
36	
37	
38	
39	
40	
41	
42	
43	
44	
45	
46	
47	
48	
49	
50	

Výkaz o pilotnom projekte

16	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností - forhend, bekhend
17	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností - forhend, bekhend
18	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností - forhend, bekhend
19	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností - forhend, bekhend
20	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností - forhend, bekhend
21	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností - forhend, bekhend
22	Zdokonaľovanie základných pohybových zručností - forhend, bekhend