

ASZTALITENISZ

A sportági elmélet szóbeli (30 pont) és írásbeli (30 pont) vizsga témakörei

1. Az asztalitenisz sportág nemzetközi és hazai története.
2. Az asztalitenisz játékszabályai.
3. Az asztalitenisz sportág hazai érdekelttségű jelentősebb nemzetközi eredményei, nagy edző és játékos egyéniségei.
4. A tollszáras és az európai ütőfogás jellemzői és különbségei.
5. Ütőborítások típusai, jellemzőik és hatásuk a játékra.
6. A tenyeres és fonák asztal feletti nyesés, kontra, pörgetés ütések technikája.
7. A tenyeres és fonák védelem, dobálás ütések technikája.
8. Az adogatás – adogatás-fogadás taktikai jellemzői.
9. A támadó (két oldalról pörgető) játékos taktikájának jellemzői.
10. A védekező stílusú játékos taktikájának jellemzői.

Irodalom

- Asztalitenisz Szabálykönyv, 2012, MOATSZ
Elektronikus dokumentum:
http://moatsz.hu/images/PDF/FTP/Szovetseg/szabalykonyvek/MOATSZ_szabalykonyv2012.pdf
- Bátorfi Z. Dr. Paár D.: Li Xiaodong előadásának kivonata az ETTU és a CCTC közös szervezésében tartott szemináriumon, 2016, MOATSZ
Elektronikus dokumentum:
http://moatsz.hu/images/PDF/edzokepzes/osszefoglalo_Luxemburg.pdf
- Dr. Ormai L.(1987): *Korszerű asztaliteniszezés*. Sport Kiadó, Bp.
- Blum, H. (szerk.)(2004): *1014 asztalitenisz játék és gyakorlat*. Dialóg Campus, Bp.
- Volper L. (2008): *Asztalitenisz módszertani segédanyag*. NUPI – MOATSZ
Elektronikus dokumentum:
http://www.nupi.hu/download/sportiskola/modszertani/modszertan_asztalitenisz.pdf

A gyakorlati vizsga feladatai (90 pont)

1. *gyakorlat*: fonák kontra ütés végrehajtása fonák oldalról keresztbe az átellenes térfélre kihelyezett célterületre, adogatógépből kilőtt labdára vagy soklabdás módszerrel adogatva. A felvételiző 30 labdát üthet meg, ebből kell a lehető legtöbbet megfelelő technikával és helyezéssel átütnie.

Az értékelés során a pontszám két részből áll össze: a sikeresen megütött és helyezett labdák száma alapján megállapított pontokból és az ütéstechnika technikai kivitelezése alapján.

2. *gyakorlat:* tenyeres pörgetés ütés végrehajtása tenyeres oldalról keresztbe nyesett labdára, az átellenes térfélre kihelyezett célterületre, adogatógépből kilőtt labdára vagy soklabdás módszerrel adogatva. A felvételiző 30 labdát üthet meg, ebből kell a lehető legtöbbet megfelelő technikával és helyezéssel átütnie.

Az értékelés során a pontszám két részből áll össze: a sikeresen megütött és helyezett labdák száma alapján megállapított pontokból és az ütéstechnika technikai kivitelezése alapján.

3. *gyakorlat:* tenyeresrel, fonák sarokból kifordulással nyesett adogatás végrehajtása keresztbe. A felvételiző 10 labdát üthet meg, ebből kell a lehető legtöbbet megfelelő helyezéssel és technikával átütnie.

Az értékelés során a pontszám két részből áll össze: a sikeresen megütött és helyezett labdák száma alapján megállapított pontokból és az ütéstechnika technikai kivitelezése alapján.