**BA EDZŐ/ ASZTALITENISZ ZÁRÓVIZSGA KÉRDÉSEK - 2021**

1. Az  asztalitenisz története a kezdetektől  mostanáig, a  kronológiai fejlődés, a változás tükrében.

Kiemelt fordulópontok a történetben

1. Az asztalitenisz alapfogalmai, technikai elemei, ezek elemzése, fejlődése, mai állásuk
2. A technikai alapütések tanítása a kezdők oktatásában a kiválasztás után. Oktatási sorrend.

Tenyeres kontra, fonák kontra, tenyeres labdatartás, fonák labdatartás

1. A  tenyeres pörgetés kialakulásának története, kivitelezése, fajtái, kezelése, gyakorlatai
2. A tenyeres pörgetés jelentősége, szerepe, fejlődése, összekötése más technikai elemekkel, lábmunkával
3. A fonák pörgetés kialakulásának története, kivitelezése, fajtái, kezelése, gyakorlatai
4. A  fonák pörgetés jelentősége, szerepe, fejlődése, összekötése más technikai elemekkel, lábmunkával
5. A fizikai képességek, jelentőségük, szerepük a mai  asztaliteniszben. Kondíció edzések és  fontosságuk  a mai játékban.
6. A mai modern támadó játékstílus, kialakulásának története, fajtái, a fajták  speciális

jegyei.

1. A modern védekező játékstílus, kialakulásának története, fajtái, a fajták speciális

jegyei főleg az ütőborítások különbözősége jegyében

1. Az  adogatások és  fejlődésük, szabályok és változásaik, fajtáik, fontosságuk

Kivitelezésük a változó szabályok tükrében

1. A  fogadások fajtái jelentőségük a modern  mai asztaliteniszben
2. A multi labdás edzés fogalma, funkciói, kialakulása, jelentősége az edzéseken

A  technikai kivitelezésük

1. A multi labdás edzések fajtái, gyakorlatai, alkalmazásuk, egyéni  foglalkozások
2. Az  asztaliteniszben használatos  ütőfák, /támadó, védő/ borítások, /támadó, védő/ paramétereik, jellemzőik
3. Az asztaliteniszben használatos ragasztás, gyorsító anyagok /boosterek/ megjelenése
4. A különböző európai iskolák történelmi kialakulása, technikai jellemzőik.
5. Különböző ázsiai iskolák történelmi kialakulásuk, technikai különbségek
6. Taktika az asztaliteniszben, a technika és taktika kölcsönhatása és jelentőségük a játékban
7. A pszichológia és  szerepe az asztaliteniszben. Mentál edzés, coaching az edzésen és a versenyen.
8. Az asztalitenisz edzéseken alkalmazott gyakorlatok és fajtáik.
9. Rövid és hosszútávú edzéstervek és elkészítésük, szempontok a készítésnél, formaidőzítés.
10. Lábmunka  az asztaliteniszben. A lábmunka jelentősége  , lábmunka gyakorlatai és elemzésük.
11. Versenynaptár, versenysorozatok. Ranglisták és készítésük. Játékvezetés.
12. MOATSZ, ETTU,  ITTF és működésük.