

Teniszezés – BSc záróvizsga tételek 2016.

1.

A. Az alapütések jelentősége, fajtái, technikai elemzése, oktatása. Jellegzetes hibák, a hibajavítás lehetősége.

B. A tenisz biomechanikai törvényszerűségei (alapelvek, találat, csukló, ütőfogások).

2.

A. Az adogatás jelentősége, fajtái, technikai elemzése, oktatása. Jellegzetes hibák, a hibajavítás lehetősége.

B. A mini tenisz taktikai elemei.

3.

A. A röpte jelentősége, fajtái, technikai elemzése, oktatása. Jellegzetes hibák, a hibajavítás lehetősége.

B. A teniszezés hazai története.

4.

A. Az adogatás-fogadás és a lecsapás jelentősége, fajtái, technikai elemzése, oktatása. Jellegzetes hibák, a hibajavítás lehetősége.

B. A teniszezés nemzetközi története.

5.

A. Az ejtés és a fél röpte jelentősége, fajtái, technikai elemzése, oktatása. Jellegzetes hibák, a hibajavítás lehetősége.

B. A teniszezés hazai versenyrendszere.

6.

A. Az átemelés és a támadásindító ütés jelentősége, fajtái, technikai elemzése, oktatása. Jellegzetes hibák, a hibajavítás lehetősége.

B. A teniszezés nemzetközi versenyrendszere.

7.

A. A taktika edzése (taktikai célok, döntési folyamat, taktikai edzés felépítése, játéktílusok).

B. Az edző mint csapatkapitány. Az edzői tanácsadás (coaching) alapelvei.

8.

A. Az egyes játék taktikája (alpminták, játékhelyzetekben alkalmazott taktikák, százalékos játék).

B. Az állóképesség megjelenési formái, fejlesztésének lehetőségei a teniszsportban.

9.

A. Az adogató pár taktikája (alapfelállások, helyezkedések, posztonkénti elemzés).

B. A gyorsaság megjelenési formái, fejlesztésének lehetőségei a teniszsportban.

10.

A. A fogadó pár taktikája (alapfelállások, helyezkedések, posztonkénti elemzés).

B. Az erő megjelenési formái, fejlesztésének lehetőségei a teniszsportban.

11.

A. A mini tenisz piros szintjének legfontosabb céljait. Életkori sajátosság a 6-8 éves gyerekek edzéseinek tervezésénél.

B. A koordinációs képességek megjelenési formái, fejlesztésének lehetőségei a teniszsportban.

12.

A. A játék alapú oktatás előnyei a mini teniszben (a labdamenet kialakítása, a kompetitív környezet pozitív hatásai).

B. Aerodinamikai törvényszerűségek érvényesülése a teniszezésben (a labda röppályájának jellemzői).