

Óbudai Egyetem Alba Regia Műszaki Kar		Union Sportcentrum, Székesfehérvár, Király sor 17.		
Tantárgy neve és kódja: TESTNEVELÉS - FALLABDÁZÁS		Kreditérték: 0		
Nappali tagozat		2015-16. tanév		2. félév
Szakok, melyeken a tárgyat oktatják: valamennyi szakon				
Tantárgyfelelős oktató:	Fokvári Adrien		Oktató:	Fokvári Adrien
Előtanulmányi feltételek:	nincs	SZERDA 12.35-14.15		
Heti óraszámok: 2	Előadás:	Sportközponti gyakorlat: 2	Laborgyakorlat:	Konzultáció: szerda 14.15-15.15 Budai u. 45. „F” ép. alagsor
Számonkérés módja:	jelenléti ív			
<i>Oktatási cél:</i> Fallabdázás sportági ismeretek elsajátítása-rajta keresztül egészséges életmódra nevelés				
<i>Tematika:</i>				
Témakör				Óraszám 26
-sportági kurzusválasztás, követelményrendszer ismertetése, balesetvédelem				2
- a hallgató ismerje meg a sportág jellegzetességeit, szabályait, eszközeit, játékterületét, sajátítsa el a helyes ütőfogás technikáját,				4
- a tenyeres és fonákütés technikájának végrehajtását,				2
- játék közben alkalmazza a tanult technikákat,				4
- taktikai ismeretek elsajátítása,				2
- taktika gyakorlati alkalmazása,				2
- legyen képes különböző játékhelyzetek helyes megoldására,				2
- a sportághoz szükséges alapképességek (erő) fejlesztése.				2
- a sportághoz szükséges alapképességek (gyorsaság) fejlesztése.				2
- a sportághoz szükséges alapképességek (állóképesség) fejlesztése.				2
- a sportághoz szükséges alapképességek (ruganyosság) fejlesztése.				2
Félévközi követelmények				órák látogatása
A GYAKORLATI FOGLALKOZÁSOK LÁTOGATÁSA KÖTELEZŐ!				
A pótlás módja:	megbeszélés után más gyakorlati órán részvétel			
Aláírás feltétele:	gyakorlati foglalkozásokon aktív részvétel			
összesen 13 oktatási hét	A félév során min. 10 foglalkozáson kötelező a megjelenés			