

MAGYAR TESTNEVELÉSI ÉS SPORTTUDOMÁNYI EGYETEM

EDZŐ ALAPKÉPZÉSI SZAK TENISZ SPORTÁG

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

1. A tenisz sportág nemzetközi-, és hazai története.
2. A XX. század teniszének legsikeresebb hazai-, és nemzetközi képviselői, eredményei.
3. A tenisz játék-, és versenyszabályai.
4. A tenisz hazai-, és nemzetközi versenyrendszere.
5. A Play and Stay mini tenisz rendszer felépítése.
6. A tenisz alapvető játékelemeinek technikája.
7. A teniszben előforduló játékhelyzetek taktikája.
8. A kondicionális és koordinációs képességek a teniszben.

Ajánlott irodalom:

Tennant M.-Jones T. (2018): *Play Tennis Kézikönyv* – ITF

<https://lib.tf.hu:443/liberty/OpacLogin?mode=BASIC&openDetail=true&corporation=HUTF&action=search&queryTerm=uuid%3D%22c8674543c106d61e6dcbc8e40005eec0%22&editionUuid=c8674543c106d61e6dcbc8e40005eec0&operator=OR&url=%2Fopac%2Fsearch.do>

Crespo M.-Reid M. (2009): *Kezdő és középhaszadó teniszjátékosok oktatása* – ITF

Gáspár B. (2007): *A tenyér labda története* – Artwork Studio

Reid M.-Elliott B.-Crespo M. (2015): *Tenisz kézikönyv* – Corvina, Budapest

<https://lib.tf.hu:443/liberty/OpacLogin?mode=BASIC&openDetail=true&corporation=HUTF&action=search&queryTerm=uuid%3D%22163c6a4fc0a808680c5f9a100030c99e%22&editionUuid=163c6a4fc0a808680c5f9a100030c99e&operator=OR&url=%2Fopac%2Fsearch.do>

Szöke P. (1974): *A tenisz története* – Sport, Budapest

<http://www.huntennis.hu/szovetseg/egyseges> szabálykönyv

Halmos I. (1992): *Tenisz* – Budapest: P&L. 256.

<https://lib.tf.hu:443/liberty/OpacLogin?mode=BASIC&openDetail=true&corporation=HUTF&action=search&queryTerm=uuid%3D%22159dcafac0a808680a846cbe001c9e48%22&editionUuid=159dcafac0a808680a846cbe001c9e48&operator=OR&url=%2Fopac%2Fsearch.do>

Jákfalvi B. (1985): *Teniszezés* – Budapest: Sport. 319.

<https://lib.tf.hu:443/liberty/OpacLogin?mode=BASIC&openDetail=true&corporation=HUTF&action=search&queryTerm=uuid%3D%22159dcb00c0a8086875d07d30001c9f42%22&editionUuid=159dcb00c0a8086875d07d30001c9f42&operator=OR&url=%2Fopac%2Fsearch.do>

Antoun, R. (2013): *Tenisz okosan* – GABO

<https://lib.tf.hu:443/liberty/OpacLogin?mode=BASIC&openDetail=true&corporation=HUTF&action=search&queryTerm=uuid%3D%22163bd176c0a808685c134062003093a4%22&editionUuid=163bd176c0a808685c134062003093a4&operator=OR&url=%2Fopac%2Fsearch.do>

Applewhaite, C. (2005): *Tenisz haladóknak* – GABO

<https://lib.tf.hu:443/liberty/OpacLogin?mode=BASIC&openDetail=true&corporation=HUTF&action=search&queryTerm=uuid%3D%22156c68bec0a80868596e0a5e0015f227%22&editionUuid=156c68bec0a80868596e0a5e0015f227&operator=OR&url=%2Fopac%2Fsearch.do>

MAGYAR TESTNEVELÉSI ÉS SPORTTUDOMÁNYI EGYETEM

Bollettieri, N. (2010): A tenisz nagykönyve – Ekren, Budapest

<https://lib.tf.hu:443/liberty/OpacLogin?mode=BASIC&openDetail=true&corporation=HUTF&action=search&queryTerm=uuid%3D%2215ba3bcec0a8086876f6a7460025e16d%22&editionUuid=15ba3bcec0a8086876f6a7460025e16d&operator=OR&url=%2Fopac%2Fsearch.do>

Rich, S. (2007): A tenisz kézikönyve – Aréna 2000, Budapest

<https://lib.tf.hu:443/liberty/OpacLogin?mode=BASIC&openDetail=true&corporation=HUTF&action=search&queryTerm=uuid%3D%221588b22dc0a80868017f4458001a1e35%22&editionUuid=1588b22dc0a80868017f4458001a1e35&operator=OR&url=%2Fopac%2Fsearch.do>

A sportági gyakorlati vizsga feladatai (90 pont)

1. gyakorlat

Alapvonal játékhelyzet bemutatása. (30 pont)

A játékosok az alapvonalon helyezkednek el. Tenyeres és fonák alapütésekkel folyamatos labdamenetet játszanak. Törekedniük kell minél tovább játékban tartani a labdát úgy, hogy ellenfelük mozgatásával, ritmusváltásokkal megpróbálják egymást hibára kényszeríteni. Mindezt a megfelelő technikai végrehajtással.

2. gyakorlat:

Támadó és védekező játékhelyzet bemutatása. (30 pont)

A játékosok az alapvonalon helyezkednek el. Néhány ütészváltás után az első röviden érkező labdát le kell támadni és a hálónál befejezni röptével ill. lecsapással. Ellenfele pedig a védekező helyzetben próbál elütéssel ill. átemeléssel válaszolni. Mindezt a megfelelő technikai végrehajtással.

3. gyakorlat:

Adogatás és adogatás-fogadás bemutatása. (30 pont)

Az egyik játékos adogatásokat, míg társa fogadásokat hajt végre. A teli lapos-, vágott és pörgetett adogatások, valamint a fogadás technikai végrehajtását értékeljük.