

PROJEKTFELADATOK TÖRVÍVÁS 2023.

Egyéni iskola keretében:

1. Egyenes szúrás oktatásának felépítése. Indirekt módon bevezetett egyszerű egyenes szúrás. (Kis-, közép- és nagy távolságból.) Leggyakoribb hibák, hibajavítás.
2. Váltó és kitérő szúrás. (Kis-, közép- és nagy távolságból.) Leggyakoribb hibák, hibajavítás.
3. Az egyszerű háritások oktatásának felépítése. Leggyakoribb hibák, hibajavítás.
4. Kör, félkör, bontó háritások oktatása felépítése (átvitelek útján). Leggyakoribb hibák, hibajavítás.
5. Háritás-szúrás (riposzt) oktatása. Leggyakoribb hibák, hibajavítás.
6. Szúrás-háritás-szúrás (kontrariposzt) oktatása. Leggyakoribb hibák, hibajavítás.
7. A pengeütéssel és kötéssel végrehajtott támadások. Leggyakoribb hibák, hibajavítás.
8. A kötött szúrások és átvitelek. Leggyakoribb hibák, hibajavítás.
9. Egyes (egyszerű, körző) cseltámadás oktatása, kosár felőli kerüléssel. Leggyakoribb hibák, hibajavítás.
10. Egyes (egyszerű, körző) cseltámadás oktatása, hegy felőli kerüléssel. Leggyakoribb hibák, hibajavítás.
11. Kettős cseltámadások oktatása. Leggyakoribb hibák, hibajavítás.
12. Közbe támadások oktatása (első, második vagy utolsó ütemben). Leggyakoribb hibák, hibajavítás.
13. Megismételt támadások oktatása. Leggyakoribb hibák, hibajavítás.
14. Második szándékú támadások oktatása. Leggyakoribb hibák, hibajavítás.
15. Cseles közbe támadás oktatása. Leggyakoribb hibák, hibajavítás.
16. Kontratempó oktatása. Leggyakoribb hibák, hibajavítás.
17. Vonalhelyzetből kitérő szúrás és tempó szúrás oktatása. Leggyakoribb hibák, hibajavítás.
18. Egyszerű taktikai feleletválasztásos iskolafeladat felépítése haladó vívó számára.

Irodalomjegyzék:

- Gerevich A.-Szepesi L. (1979). *Korszerű kardvívás*, Budapest, Sport Könyvkiadó
- Szabó L. (1977). *A vívás és oktatása*, Budapest, Sport Könyvkiadó
- Szepesi L. (2007). *Vívástanulás csoportban*, Budapest, Dialóg Campus Kiadó
- Vass I. (1965). *Párbajtőrvívás*, Budapest, Sport Könyvkiadó
- Nemcsik Zsolt egyetemi adjunktus (2023). *BA-edzői tételek*, Testnevelési Egyetem
- B-FORM Kft. (2017). *Vívás sportedzői, -oktatói tételek*