

# 1 Přílohy:

## 1.1 Seznam příloh

- 1) Pravidla tenisu pro kategorii 6-7 let (minitenis)
- 2) Pravidla tenisu pro kategorii 8-9 let (babytenis)
- 3) Rozpis Oblastního přeboru družstev SeTes v babytenise
- 4) Záznamový arch pro test úrovně aspirace (Meili, 1965)
- 5) Dotazník
- 6) Diagnostika forhend, bekhend

## 1.2 Přílohy

### Příloha číslo 1

#### Pravidla tenisu pro kategorii 6-7 let (minitenis)

- Hraje se speciálními míči pro minitenis
- Hraje se na dvorci pro minitenis (10,97 x 5,49) výška sítě je cca 85 cm
- Hraje se na dva vítězné sety do deseti bodů (jednoduché počítání) - za stavu 9:9 rozhodující bod.
- Podání pouze jedno zesponu, jako forhend (v případě teče sítě se podání opakuje).
- Nadhozený míč je možno nechat dopadnout. Podává se do pole ohraničeného čarou pro podání.
- Podávající hráč se určí losem (stejně jako u normálního tenisu). Dále podává vždy ten, kdo prohrál poslední bod.
- Je možno hrát na jeden dopad nebo bez dopadu (volejem). Podání se musí nechat dopadnout. Při uvedení míče do hry musí stát podávající za zadní čarou a přijímající za čarou pro podání.
- V soutěži jednotlivců se hraje pouze dvouhra – hoši i dívky hrají společně, neprovádí se žádné nasazování, neexistuje žádný žebříček (Šafránek, 2004).

## Příloha číslo 2

Pravidla tenisu pro kategorii 8-9 let (babytenis)

- Hraje se na tenisovém dvorci pro dvouhru
- Utkání se hrají na jeden set (za stavu 6:6 tiebreak)
- Hraje se speciálními míči pro babytenis (typ je určen ČTS)
- V soutěži jednotlivců se hraje dvouhra i čtyřhra
- Hoši i dívky hrají společně, neprovádí se žádné nasazování, neexistuje žádný žebříček.

## Příloha číslo 3

Rozpis Oblastního přeboru družstev SeTeS v babytenise

### **ROZPIS**

### **Oblastního přeboru družstev SeTeS v babytenise**

### ***Memoriál Zdeňka Kocmana 2010***

### **Skupina C**

**16.5.2010**

**Pořadatel TK Ústí n/L**

Most – Sokol Ústí n /L

Litvínov B – Chlumec

TK Ústí n/L – Litvínov A

Sokol Ústí n/L – TK Ústí n/L

Litvínov A – Chlumec

Litvínov B – Most

Chlumec – TK Ústí n/L

Sokol Ústí n/L – Litvínov B

**6.6.2010**

**Pořadatel LTC Chemopetrol Litvínov**

Most – Litvínov A

Chlumec – Sokol Ústí n/L

TK Ústí n/L – Most

Litvínov A – Litvínov B

Most – Chlumec

Sokol Ústí n/L – Litvínov A

Litvínov B – TK Ústí n/L

Utkání se hrají na jeden set dle pravidel a řádů ČTS.

Pokud se kapitáni domluví na jiném počtu gamů v zápase, musí tak učinit před zahájením prvního zápasu celého turnaje a musí tak odehrát oba dva turnaje!!!

Utkání řídí kapitáni jednotlivých týmů!

Začátky utkání v 10,00 hodin, případné změny upřesní pořadající klub dostatečně včas!!!!

Výsledky utkání zasílají jednotlivé kluby do 2 dnů po skončení turnaje na mail:

[jari.pribyl@seznam.cz](mailto:jari.pribyl@seznam.cz)

Míče dodá vždy klub uvedený na prvním místě jako domácí.

Vítěz skupiny C postoupí do finálového turnaje.

# Příloha číslo 4

Test úrovně aspirace (Meili, 1965)

Testovaná osoba:

$O_1$  


$V_1$  


$O_2$  


$V_2$  


$O_3$  


$V_3$  


$O_4$  


$V_4$  


## Příloha číslo 5

### Vstupní dotazník

TO	rok narození
Kolik let hraješ tenis	
Kolik jsi sehrál opravdových zápasů (soutěž družstev, turnaje)	
Kolikrát trénuješ týdně (v letošním roce)	
Jakým způsobem trénuješ (individuálně, skupinka)	
Baví tě tenis (stupnice 1-5 jako ve škole)	
Ohodnot' své údery (stupnice 1-5)	
Jaké máš pocity před zápasem (nervózní, klidný, hodně se těším, ale jsem nervózní, na zápas se netěším)	
Po prohraném zápase (je mi to jedno, brečím, zuřím, jsem naštvaný, cítím lítost, mávnu nad tím rukou ....)	
Po vyhraném zápase (jsem šťastný, je mi to jedno)	
Sledují rodiče tvé zápasy, tréninky	
Co bys chtěl v tenise v budoucnu dosáhnout	
Věnuješ se i jinému sportu	

## Příloha číslo 6

Diagnostický postup úderů od základní čáry: forhend, bekhend

Forhend:

Testovaná osoba:

- 1) Celková příprava
- 2) Držení rakety
- 3) Sledování míče
- 4) Míra vytočení ramen
- 5) Split step
- 6) Snížení se při kontaktu s míčem
- 7) Vykročení do úderu
- 8) Rovnováha během celého úderu
- 9) Bod zásahu (ve vztahu k ose těla)
- 10) Množství rotace (horní/spodní)
- 11) Znovu zaujmutí postavení

Bekhend:

- 12) Celková příprava
- 13) Držení rakety
- 14) Sledování míče
- 15) Míra vytočení ramen
- 16) Split step
- 17) Snížení se při kontaktu s míčem
- 18) Vykročení do úderu
- 19) Rovnováha během celého úderu
- 20) Bod zásahu (ve vztahu k ose těla)
- 21) Množství rotace (horní/spodní)
- 22) Znovu zaujmutí postavení

