

ESPORT D'ADVERSARI: TENNIS, PÀDEL I ALTRES ESPORTS DE RAQUETA

Dades generals

Descripció: El tennis és l'esport rei dels d'adversari. Un esport amb molta exigència tècnica i motriu, amb moltes variants tàctiques i una gran exigència psicològica. Tot i això, el pàdel ha crescut molt els últims anys i molta gent ha començat a practicar-lo.

L'assignatura és una iniciació als fonaments tècnics i tàctics del tennis i del pàdel. S'ensenya un mètode d'iniciació a les escoles i les característiques i familiarització dels altres esports de raqueta.

Crèdits ECTS: 6 Obligatoris

Idioma principal de les classes: Català / Castellà

S'utilitza oralment la llengua anglesa en l'assignatura: Gens (0%)

S'utilitzen documents en llengua anglesa: Gens (0%)

Durada: Semestral (2n Semestre)

Curs: 1r

Professorat: Sr. ARTUR BEL AZNAR i Sr. XAVI MATHEU GAS

Resultats d'aprenentatge

K6.3. Enumerar els elements que intervenen a l'entrenament dels esports d'adversari.

SE4.2. Conduir activitats lúdiques que permetin el domini dels fonaments dels esports adversaris.

SE4.3. Dissenyar situacions i contextos de pràctica per al desenvolupament de la capacitat tècnica i/o tàctica, que proporcionin un aprenentatge comprensiu i significatiu.

Continguts

1. INTRODUCCIÓ AL TENNIS I AL PÀDEL Història, l'estructura del tennis i el pàdel a Espanya, característiques dels esports de raqueta, classificacions en funció de la col·laboració-oposició, equip i reglament.

2. LES ETAPES EDUCATIVES EN EL TENNIS: FAMILIARITZACIÓ, MINI-TENNIS, INICIACIÓ, PERFECCIONAMENT I COMPETICIÓ. Introducció, objectius i beneficis, transició del mini tennis al tennis, Fases del mètode, familiarització amb el medi, pràctica global del joc, els cops bàsics, situació d'oposició.

3. FONAMENTS TÈCNICS DEL TENNIS I EL PÀDEL Introducció, components de la tècnica del tennis, el joc de peus, les empunyadures o preses, la mecànica dels cops, els efectes, tècnica bàsica dels diferents cops, els cops bàsics, variants dels cops bàsics, altres cops (globus, deixada i contra deixada i sobrebot), cops específics (Restada, pujada a la xarxa i "passing-shot"), exercicis i jocs per la iniciació dels diferents cops.

4. METODOLOGIA I DIDÀCTICA DEL TENNIS I PÀDEL Metodologia a la iniciació del tennis, mètode tradicional, mètode modern, mètode mixta, fases en el procés d'iniciació, planificació i programació de l'ensenyament del tennis.

5. CONTINGUTS ESPECÍFICS DE LA FASE DE TECNIFICACIÓ I TÀCTICA Coordinació, moviments de desplaçament específics, treball tècnic integral, treball de tàctica, psicologia al tennis, jocs.

6. ALTRES ESPORTS DE RAQUETA: Pàdel, característiques d'aquest esport de raqueta.

Activitats

Tipus d'activitat	Hores amb professor	Hores sense professor	Total
Sessions magistrals	10	20	30
Seminari	4	22	26
Laboratori	43	30	73
Prova d'avaluació	3	18	21
Total	60	90	150

Metodologies docents

Anàlisi / estudi de casos
 Aprenentatge basat en problemes (PBL)
 Classes expositives
 Classes participatives
 Classes pràctiques
 Lectura/ comentari de textos
 Prova d'avaluació
 Seminari
 Treball en equip

Les dades que apareixen a la taula de planificació són de caràcter orientatiu, considerant l'heterogeneïtat de l'alumnat.

Avaluació i qualificació

Activitats d'avaluació

Descripció de l'activitat	Resultats d'aprenentatge	Avaluació de l'activitat	%
Prova pràctica	A2, A9, B3, B5, B6, C3, C4, CB3, CB4, CB5	Constarà de quatre parts: realització d'un escalfament per grups, un treball pràctic sobre algun aspecte del joc, la organització d'una competició i l'entrega de les fitxes de les sessions.	60%
Prova teòrica	A2, A9, C3, C4, B3, B6, CB2, CB5	Examen amb preguntes tipus test, curtes i a desenvolupar sobre tot el contingut treballat a classe teòrica	40%

Qualificació

És obligatòria l'assistència al 80% (mínim) a les classes pràctiques i 60% (mínim) a les sessions teòriques per poder ser avaluat en el mode d'avaluació contínua.

Es realitzarà un examen amb preguntes tipus test, curtes i a desenvolupar sobre tot el contingut treballat a classe (teòric i pràctic). S'examinarà el coneixement teòric sobre el tennis i el pàdel, el procediment en el disseny d'exercicis, habilitats de maneig de grup, coneixements bàsics en el procés d'estudis científics,...

La puntuació anirà de 0 a 10 i l'aprobat en les dos avaluacions està a 5,00.

En l'avaluació contínua s'ha de treure un mínim de un 5,00 a la part pràctica i la part teòrica per poder fer mitja.

Els alumnes que suspenguin l'avaluació contínua o no han assistit a un 80% de les classes pràctiques poden optar per aprovar l'assignatura en l'examen final. En el cas que l'alumne/a s'hagi acompanyat a l'avaluació continuada i no l'hagi superada, optarà a una nota màxima de 6,5 punts.

En el cas que l'alumne/a NO s'hagi acompanyat a l'avaluació continuada, optarà a una nota màxima de 10 punts, però haurà de presentar el dia de l'examen o abans, totes les tasques teòriques i pràctiques realitzades durant el curs (l'escalfament, treball i sessió pràctica, disseny d'una competició...).

Els alumnes que no aproven l'examen final no tenen cap altra oportunitat.

Avaluació final: Examen escrit format per preguntes tipus test, de resposta curta i alguna de desenvolupar. Es preguntaran qüestions treballades a les classes teòriques i exercicis pràctics o recursos necessaris.

Criteris específics de la nota No Presentat:

Es considerarà un alumne no presentat aquell que no es presenti a l'avaluació final no havent superat l'avaluació contínua.

Bibliografia

- COE (1993). Tennis. Comité Olímpico Español (I i II) . Madrid: COE.
- Díaz. J. (1995). El currículum de la educación física en la reforma educativa. Barcelona: Inde.
- Federación Alemana de Tennis (1982). Escuela de campeones. Vol 1-5. Barcelona: Hispano Europea.
- FFT. (1987). Mini-tennis, Maxi-tennis. París: Vigot.
- VVAA (2000). I ARA, TENNIS!!! Material didàctic de tennis a les escoles. Barcelona: Federació Catalana de Tennis.
- Blázquez, D. (1990). Evaluar en Educación Física. Barcelona: Inde.
- Mediero, L. (2000). Stretennis. Madrid: Tutor.
- Mediero, L. (2000). Curs integral RPT. Madrid: Tutor.
- Batalla, A. (2002). Deportes individuales. Barcelona: Inde.
- Revista digital E.coach (F.E.T.)
- Página web www.tenniscoach.com

Assignatures recomanades

Desenvolupament motor i iniciació esportiva
Kinesiologia i biomecànica del moviment

Teoria de l'entrenament 1

Teoria de l'entrenament 2

Teoria de l'entrenament 3