



**ENSEÑANZA
DE LA TÉCNICA
DEL TENIS EN
EDAD ESCOLAR**

**Enseñanza de la técnica aplicada al
tenis en edad escolar**

Factores implicados en la acción deportiva

Percepción

Decisión

Ejecución

Táctica

Técnica

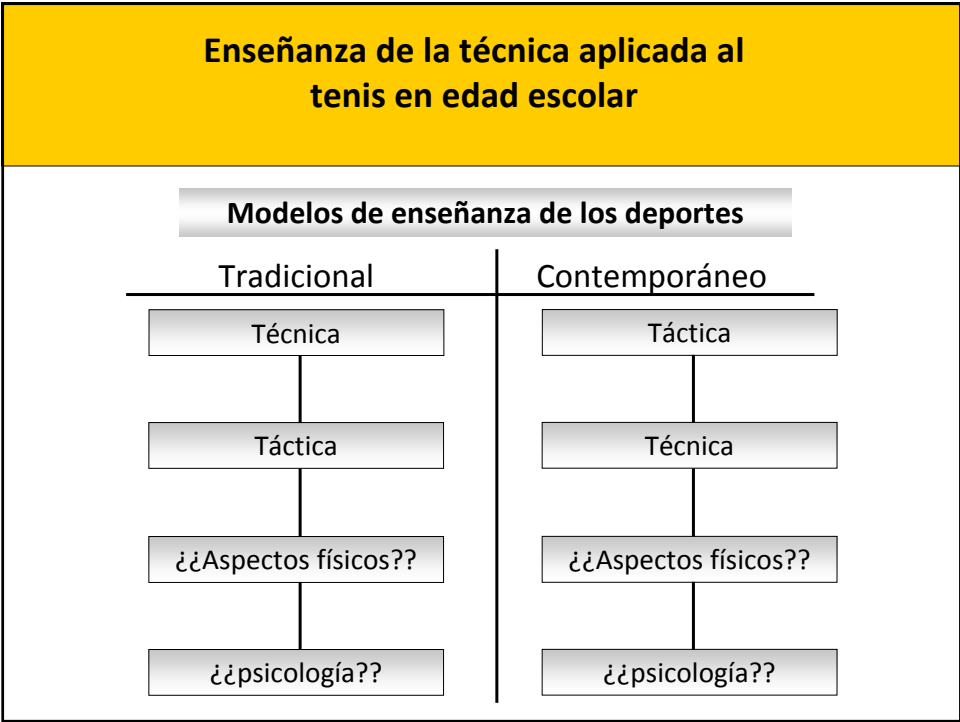
Percepción

Decisión

Ejecución

Táctica

Técnica



Enseñanza de la técnica aplicada al tenis en edad escolar

Modelos de enseñanza de los deportes

¿Qué modelo utilizamos entonces para que nuestros alumnos aprendan lo máximo posible?

¿¿Debemos tener en cuenta el contexto en el que trabajamos y los objetivos de enseñanza??

¿1º Técnica?

¿1º Táctica?

Enseñanza de la técnica aplicada al tenis en edad escolar

Estrategias de enseñanza

Analítica

Global

¿Qué significa llevar a cabo una estrategia de enseñanza analítica?

¿Qué significa llevar a cabo una estrategia de enseñanza global?

¿Cuál utilizamos? ¿Por qué?

Enseñanza de la técnica aplicada al tenis en edad escolar

Organización de la práctica

¿Cómo diseñamos nuestras actividades?

Práctica en bloque: aprendizaje de una habilidad y después aprendizaje de otra habilidad. No se aprende una habilidad nueva hasta no haber aprendido la anterior

Práctica aleatoria: combinación del aprendizaje de varias habilidades a la vez (ordenada, desordenada)

LA PRÁCTICA EN BLOQUE ES MAS EFECTIVA DURANTE LA SESIÓN (EJECUCIÓN A CORTO PLAZO o ASIMILACIÓN), PERO LA PRACTICA ALEATORIA OBTIENE MEJORES RESULTADOS DE RETENCIÓN

Enseñanza de la técnica aplicada al tenis en edad escolar

Parámetros de estructura a modificar

Espacio de juego: adaptación del espacio de juego según edad, nivel y objetivos. Espacios reducidos a espacios amplios

Desplazamientos: poco desplazamiento (favorecemos técnica) a mucho desplazamiento

Adversarios: actividades de colaboración reducida, oposición reducida, a actividades globales

Enseñanza de la técnica aplicada al tenis en edad escolar

Parámetros de estructura a modificar

Material: adaptación del material (pelotas, implementos, alturas de redes, etc.)

Normas de juego: adaptación de las normas de juego para favorecer aprendizaje de contenidos. Colaboración y oposición. (Varios botes, varios golpes, etc)

Número de gestos técnicos: de pocos gestos técnicos a muchos gestos técnicos. Nunca un solo gesto técnico aislado repetido de la misma manera, siempre con objetivos tácticos.

Enseñanza de la técnica aplicada al tenis en edad escolar

Organización de la enseñanza del tenis

Ejecución motriz abierta y cerrada



Enseñanza de la técnica aplicada al tenis en edad escolar

Enseñanza de la técnica

¿QUE ENSEÑO PRIMERO?: gestos que enseñaríais primero en un deporte. Aspectos a tener en cuenta:

- Facilidad de gestos??
- Utilidad de los gestos técnicos
- Técnicas motivantes (enseñanza ludotécnica)
- Proximidad técnica (combinaciones)
- Más sencillos a más complejos útiles

Enseñanza de la técnica aplicada al tenis en edad escolar

Enseñanza de la técnica

¿Cómo LO ENSEÑO?: proceso de enseñanza de los gestos técnicos, relacionado con la estrategia de enseñanza, analítico / global (entendido como gesto completo):

- Global (atención polaridades)
- Lo analítico también vale, bueno, es lo que más funciona para la enseñanza técnica
- Qué pasa cuando no se hace la misma técnica 2 veces?
- No sería malo GLOBAL / Correcc jugadas / GLOBAL

Enseñanza de la técnica aplicada al tenis en edad escolar

Enseñanza de la técnica

¿Cómo LO ENSEÑO?: proceso de enseñanza de los gestos técnicos, relacionado con la estrategia de enseñanza, analítico / global (entendido como contexto de juego)

- Global (situaciones sencillas con pocos objetivos), actividades de cestos, colaboración, oposición
- Analítico, con contexto variable (trayectorias, velocidades, alturas, desplazamiento), cuando haya problemas graves técnicos

Enseñanza de la técnica aplicada al tenis en edad escolar

Enseñanza de la técnica

¿Cuántos ENSEÑO a la vez?: proceso de enseñanza de los gestos técnicos, y en qué orden?

- Combinar 2 gestos técnicos, y si el nivel lo permite, alguno más, MINIMA PRÁCTICA EN BLOQUE Y LUEGO ALEATORIA
- Si trabajo 1, variar las condiciones de ejecución (PRACTICA VARIABLE)
- Si el nivel es de competición y estamos en rendimiento, podemos trabajar 1 aspecto técnico e integrarlo de nuevo
- PRACTICA ALEATORIA, mayor retención que EN BLOQUE (mejor resultado durante la sesión)

Enseñanza de la técnica aplicada al tenis en edad escolar

Aspectos a tener en cuenta para la enseñanza técnica

¿Corrijo?

¿Qué, cuando y cómo corrijo?: qué corrijo primero?.

Aspectos a tener en cuenta para realizar correcciones:

- Cantidad:

- Precisión:

- Momento:

-Tipo: visual, auditivo, etc., / prescriptivo, interrogativo, etc

Enseñanza de la técnica aplicada al tenis en edad escolar

Diseño de ejercicios

- Cestos (sin/con continuidad, distancia)

-Peloteo con profesor

-Peloteo entre alumnos (microenseñanza)

Tipo de ejercicios



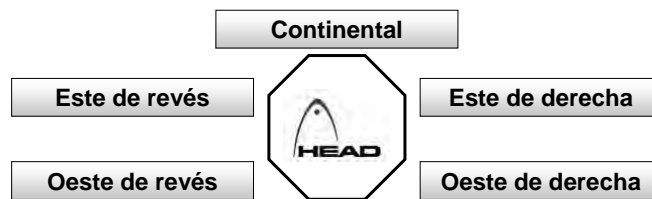
-Colaboración

-Oposición

Enseñanza de la técnica aplicada al tenis en edad escolar

Contenidos de enseñanza

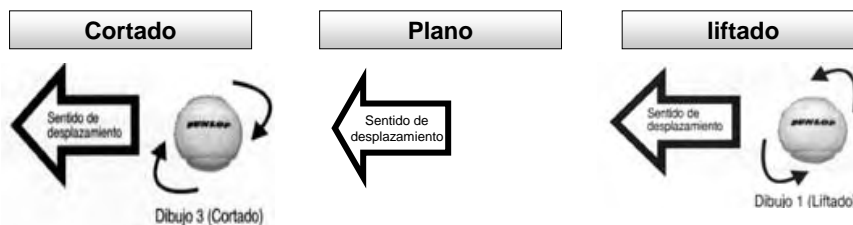
Empuñaduras: en iniciación, utilizar empuñaduras “este”, ya que es más sencillo realizar el cambio para el golpeo



Enseñanza de la técnica aplicada al tenis en edad escolar

Contenidos de enseñanza

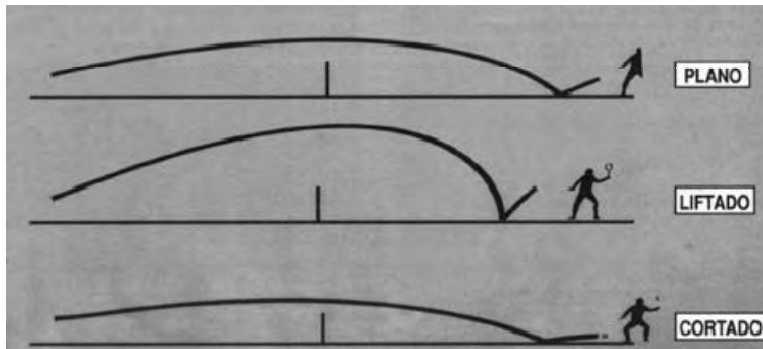
Efectos: en iniciación, debemos centrarnos en el aprendizaje de los golpes planos



Enseñanza de la técnica aplicada al tenis en edad escolar

Contenidos de enseñanza

Efectos: en iniciación, debemos centrarnos en el aprendizaje de los golpes planos



Enseñanza de la técnica aplicada al tenis en edad escolar

Contenidos de enseñanza

Posición de pies para el golpeo: en iniciación, interesante buscar posición de pies semiabierta de derecha y cerrado revés.

Cerrada



Semiabierta



Abierta



Enseñanza de la técnica aplicada al tenis en edad escolar

Contenidos de enseñanza

Gestos técnicos básicos: derecha, revés, voleas, servicio.

Es importante vincular siempre los contenidos con objetivos tácticos (dirección, profundidades, precisión, etc)

Intentar llevar a cabo siempre más de un gesto técnico en el mismo ejercicio

Realizar combinaciones de gestos técnicos, siempre los desplazamientos están presentes

Adaptar las condiciones al alumno. QUEREMOS ENSEÑAR A JUGAR A TENIS, NO A GOLPEAR A UNA PELOTA

Enseñanza de la técnica aplicada al tenis en edad escolar

Observación de la técnica



Enseñanza de la técnica aplicada al tenis en edad escolar

Hojas de observación de la técnica

	1	2	3	4	5
	Muy deficiente	Insuficiente	Correcto	Bien	Muy bien
ASPECTOS A OBSERVAR	1	2	3	4	5
Empuñadura					
Posición inicial					
Raqueta atrás (bucle)					
Impacto					
Acompañamiento					
Terminación					
Posición en el impacto					
Precisión					
OBSERVACIONES:					

Enseñanza de la técnica aplicada al tenis en edad escolar

Hojas de observación de la técnica

	1	2	3	4	5
	Muy deficiente	Insuficiente	Correcto	Bien	Muy bien
Golpe: Derecha de fondo					
<i>Movimiento atrás</i>					
Empuñadura					
Armado					
Rotación tronco					
Rotación raqueta					
Equilibrio					
Posición brazo libre					
<i>Impacto</i>					
Posición					
Equilibrio/orientación					
Impulso piernas					
Rotación tronco (caderas, hombros)					
Alineamiento hombro-raqueta					
Transferencia de peso					
<i>Acompañamiento</i>					
Dirección del codo					
Rotación del tronco					
Terminación raqueta					
Recuperación					

Enseñanza de la técnica aplicada al tenis en edad escolar

Hojas de observación de la técnica

Aspecto	Debe mejorar	Cómo mejorar
<u>Preparación:</u> Posición inicial Raqueta en relación con la pelota (alta o baja) Distancia de la raqueta al cuerpo Juego de pies Giro de hombros Amplitud, velocidad y forma de gesto preparación		
<u>Equilibrio y desplazamientos:</u> Split step Juego de pies: paso cruzados, laterales, etc. Flexión de rodillas Pasos hacia la pelota Equilibrio al impactar Equilibrio durante el golpe Pre-estiramiento y torsión		
<u>Punto de impacto:</u> Con relación al cuerpo Posición de la cabeza Contacto con la pelota en el punto más alto Transferencia de peso Juego de pies: colocación		
<u>Movimiento de la raqueta para el golpeo:</u> Velocidad de raqueta Variedad de golpes Etc.		
Resumen:		