



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 23 – OCTUBRE DE 2009

“LA PRACTICA DEL TENIS COMO CONTENIDO EN CLASE DE EDUCACION FISICA”

AUTORIA REBECA ZURITA PEREZ
TEMÁTICA DIDACTICA:DEPORTES DE RAQUETA
ETAPA ESO

Resumen

El tenis es un deporte que actualmente está de moda debido a todos los deportistas que actualmente están triunfando en el panorama deportivo español, como es Rafael Nadal. Este deporte cada vez es solicitado por mas niños, pero debido a la escasez de infraestructura en los centros (terreno y materiales) es un deporte muy poco practicado e introducido en las programaciones de los profesores de Educación Física. Sin embargo he de decir que con poseer una instalación medianamente aceptable, se pueden hacer miles de actividades con nuestros alumnos. Desde el punto de vista motriz, son también muchas ventajas y beneficios las que se obtienen con la práctica de este deporte.

Palabras clave

Reglamento
Coordinación
Sistemas técnico-tácticos

1. ORIGEN Y EVOLUCION

El tenis en sus orígenes , apareció en Francia durante la edad media, pero su concepción como deporte se puede afirmar que nació en Inglaterra , a finales del s. XIX el mayor Walter C. Wingfield fue su máximo impulso y quien creó en 1877, los primeros campeonatos de Wimbledon, que son considerados la cuna del tenis moderno. En 1988 el tenis fue admitido en los Juegos Olímpicos como deporte oficial.

En función del tipo de superficie, las pistas pueden ser de tierra batida, de hierba o sintéticas. Esta última modalidad tiene cada vez más aceptación, sobre todo por los grandes avances en el diseño de superficies sintéticas que permiten un fácil mantenimiento y una larga conservación.

Las pistas de tierra batida favorecen un juego más pausado y lento, debido a la amortiguación de la velocidad de la pelota por parte de la tierra, mientras que las de hierba y las sintéticas favorecen el juego de ataque rápido, con una secuencia clara en saque y volea.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 23 – OCTUBRE DE 2009

2. DESARROLLO DEL JUEGO

Este deporte, que se juega al aire libre o en pistas cubiertas con raquetas y bolas por dos o cuatro personas, puede practicarse como se ha dicho anteriormente, como tierra batida, cemento, parqué o césped artificial. Cuando lo juegan dos se llama individuales y cuando son cuatro, dobles.

Un partido de tenis se desarrolla en juegos en los que, para ganar, el jugador debe anotarse al menos 4 puntos y además, lograr dos puntos más que el adversario. El primer punto se contabiliza como 15, el segundo como 30, el tercero como 40; el empate a 40 es el deuce, y a partir de aquí hasta ganar el juego, cada punto es una ventaja.

Después del primer juego, los jugadores deben cambiar de campo, y lo harán durante todo el partido cada 2 juegos. Para ganar un set, es necesario haber ganado un mínimo de seis juegos y llevar más de uno de ventaja al jugador contrario.

Si se produce un empate a seis juegos, se juega el tie break, al mejor de siete puntos, con una diferencia de dos, excepto en el último set en el que no se realiza el tie break, sino que el desenlace final no se produce hasta que uno de los dos jugadores gana por dos juegos de diferencia.

En el transcurso de un partido de tenis aparecen una serie de términos adaptados del inglés que describen momentos decisivos del partido, como el break o ruptura del servicio, el set ball o el matchball, bola de set y bola de partido, respectivamente (Sanz, D y Fuentes J.P, 2004. *El tenis en la escuela*, Barcelona).

3. INSTALACIONES Y MATERIAL NECESARIO

3.1. Terreno de juego

Es rectangular y mide 23,77 m de largo, por 8,23 de ancho, salvo en las competiciones de dobles en donde se amplía lateralmente hasta 10,97. en la línea central, la red divide el campo en dos partes iguales, y debe medir en la zona central 0,91m de altura, y 1,06 m en los extremos. La línea de saque está a 6,40 m de la red, delimitando la zona donde debe botar la pelota en el saque.

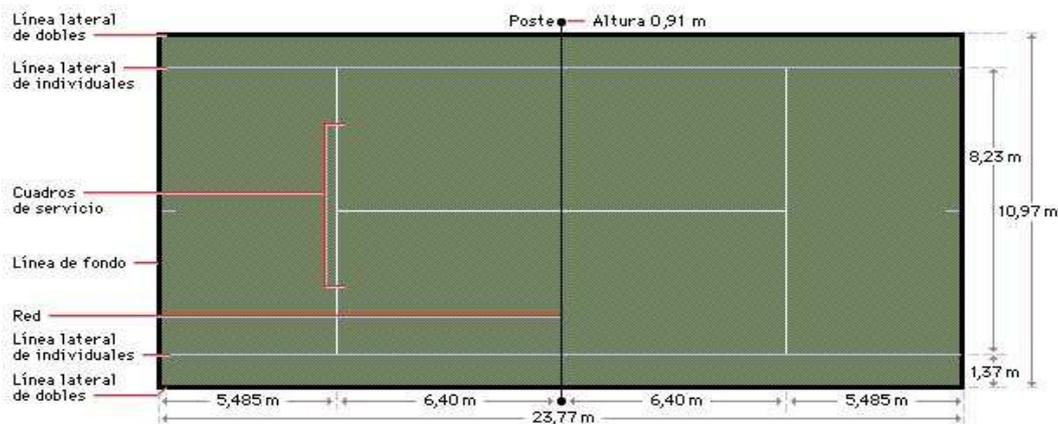


Ilustración de Sanz, D y Fuentes J.P, 2004. *El tenis en la escuela*, Barcelona).

3.2. La pelota y la raqueta

La pelota de tenis es de caucho y esta recubierta de lana o nylon , con un diámetro aproximado de 6cm y un peso de 58 g.

En cuanto a la raqueta, actualmente se diseñan modelos revolucionarios con grafito y materiales ultraligeros, que proporcionan unos golpes más potentes, rápidos y equilibrados, repartiendo las vibraciones del golpe sobre toda la raqueta. La cabeza y la superficie de contacto son mas anchas, con cordajes más largos que mejoran y amplían el impacto, mientras que la empuñadura está recubierta con materiales antideslizantes que no absorben la humedad.

4. ACCIONES TECNICAS: LOS GOLPES Y LOS PASES

La forma de golpear la pelota determina la consecución de diferentes golpes y pases, con funciones características en cada caso:

A) El drive se realiza por el lado más natural del tensita, golpeando la pelota por la parte anterior de la raqueta. En su movimiento, se desplaza la raqueta hacia atrás y rápidamente se produce el recorrido en forma de arco hacia delante para alcanzar su máxima aceleración antes del impacto. El drive puede ser de dos tipos: plano o en línea recta, cortado, mediante la acción de un efecto, y listado, en donde la bola adquiere más velocidad tras el bote.

B) El revés se realiza por el lado del cuerpo contrario al drive. En el revés es muy importante el trabajo de los pies y el desplazamiento de rotación de la raqueta y el cuerpo en busca de la



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 23 – OCTUBRE DE 2009

pelota. Los tipos de revés son los mismos que en el drive, y se puede realizar bien con una mano o también a dos manos, consiguiendo una mayor potencia en el golpeo.

C) La volea se efectúa cerca de la red o a media pista, sin que la pelota bote en el suelo. La realizan aquellos jugadores de ataque, con un juego agresivo y con el objetivo de decidir el punto rápidamente.

D) La dejada tiene como objetivo dejar la bola justo detrás de la red para que el contrario no pueda alcanzarla. Se emplea cuando el adversario se encuentra al final de la pista, y su éxito depende del grado de sorpresa que cause sobre el jugador para reaccionar ante este golpe, aunque es un golpe bastante difícil que muchas veces se estrella contra la red.

E) El remate o smash es la respuesta agresiva a un golpeo en forma de globo o con una trayectoria elevada. Se realiza una acción muy potente, parecida al saque, elevando la mano libre para equilibrar la posición y conectando verticalmente el golpe justo después del bote, sin dar tiempo a que la pelota se eleve. El globo, utilizado cuando el adversario se encuentra cerca de la red, con el objetivo de sortearlo por arriba, con una trayectoria parabólica. Por su parte, *el passing shot* se realiza en el momento en que el contrario se aproxima a la red con la intención de volear. Con este golpe se logra sortearlo por uno de los dos laterales.

(Sanz, D y Fuentes J.P, 2004. *El tenis en la escuela*, Barcelona).

5. EL SERVICIO

El servicio es uno de los aspectos técnicos de mayor dificultad en cuanto a su aprendizaje. El juego comienza con un jugador sirviendo la bola, es decir, golpeándola por encima de la red hacia el lado del oponente de acuerdo con las reglas que se describen más adelante. El jugador que inicia el juego en cada punto se dice que es el jugador al servicio, mientras que el jugador que recibe la bola se dice que está al resto. Para determinar qué jugador o pareja sirve en el primer juego se lanza una moneda al aire o se hace girar una raqueta.

El jugador que sirve debe asestar un golpe a la bola desde detrás de su línea de servicio (repetiendo el movimiento de forma alternativa desde el lado derecho o izquierdo después de cada punto) a la zona de servicio del oponente, situada en la diagonal opuesta. Los pies del jugador al servicio deben permanecer fuera de la pista hasta que golpee la bola; después de tirar la bola al aire, el jugador debe golpearla antes de que toque el suelo.

Para cada servicio se permiten dos intentos. Si en un servicio la bola toca la red y después bota en cualquier parte de la pista del oponente, excepto en la zona de servicio diagonalmente opuesta, o se sale de la pista antes de botar, se considera que se ha cometido una falta. Si en ambos intentos se



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 23 – OCTUBRE DE 2009

cometen faltas, el oponente gana el punto. Se comete una falta de pie si el jugador entra en la pista antes de completar el servicio. Si la bola, en cualquier intento de servicio, toca la red y luego bota en la zona de servicio del oponente, se llama red (*let*), y al jugador se le permite servir de nuevo. Un servicio válido que no puede ser alcanzado por el oponente se llama ace.

Después de servir una bola válida, ésta puede ser golpeada a cualquier parte de la pista del oponente, hasta que cualquier jugador o pareja falle la devolución. Se pierde el punto en juego cuando la bola bota dos veces antes de ser devuelta, cuando se la envía contra la red sin que pase al otro lado, o cuando es enviada directamente fuera de la pista; en estos casos el oponente se anota un punto.

Después de jugarse el primer punto, el servicio siguiente se realiza desde la zona izquierda de servicio del jugador que saca hacia la zona diagonalmente opuesta, o zona izquierda del oponente; de este modo, el servicio se alterna hasta que se complete un juego entero. El oponente sirve el siguiente juego y así hasta completar un set. En dobles, cada uno de los compañeros sirve un juego por turno, sirviendo uno de los oponentes entre cada turno.

6 .TORNEOS

La Federación Internacional de Tenis, fundada en 1912, con sede en Londres, dirige el juego en todo el mundo. Los torneos más importantes son el Open Británico, masculino y femenino, que se juega en Wimbledon anualmente, y los campeonatos nacionales de Francia, Estados Unidos y Australia. Estos campeonatos se conocen como el Grand Slam. En un principio, para ganar el Grand Slam, un jugador debía ganar los cuatro torneos dentro de un año de calendario. En 1982, la Federación Internacional de Tenis decretó que se consideraría ganador a quien ganara los cuatro torneos de forma consecutiva, aunque no lo hiciera dentro del mismo año. Los primeros campeonatos internacionales fueron los partidos de la Copa Davis, celebrados anualmente desde 1900, para determinar el equipo nacional campeón del mundo. Los partidos de la Copa Davis y de los cuatro torneos del Grand Slam antes estaban restringidos a jugadores amateur, pero ahora están abiertos a jugadores profesionales. Uno de los torneos femeninos más importantes es la Copa Federación. En 1988 el tenis fue admitido en los Juegos Olímpicos como deporte oficial.

7. PROPUESTA DE APLICACIÓN EN EL AREA DE EDUCACION FISICA

Algunas de las actividades de enseñanza-aprendizaje que se pueden llevar acabo pueden ser:

- Actividades de lanzamientos con la pelota para familiarizarse con ella y sus características (vuelo, peso, etc.)
- Actividades para familiarizarse con la raqueta y su presa en diferentes situaciones de juego: cambiar de mano, varios golpes seguidos...
- Actividades que faciliten el conocimiento de la pista de tenis y de las posiciones básicas del mismo, realizando diferentes tipos de desplazamientos: nombrar una de las líneas e ir hacia ella, juegos de persecución pero por las líneas de la pista, hacer carreras en las que en cada línea hay que desplazarse de una manera distinta...



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 23 – OCTUBRE DE 2009

- Realizar actividades para practicar las habilidades básicas, genéricas y específicas del deporte del tenis en diferentes situaciones de juego, realizando diferentes tipos de desplazamientos en el espacio adecuando los mismos al conocimiento de la pista de tenis y de las posiciones básicas del mismo.
- Actividades que ayuden a conocer y practicar los diferentes golpes específicos del tenis: golpeo de derecha, golpeo de revés, volea, remate.
- Actividades de golpeo de la pelota con el brazo extendido, enviando a la misma al lugar deseado.
- Actividades en las que se practique los diferentes tipos de golpes buscando la ampliación del bagaje de experiencias, en situaciones cambiantes.
- Actividades que fomenten la familiarización con la técnica del drive y del revés manteniendo la posición adecuada en cada tipo de golpeo.

8. PROPUESTA TEORICO-PRACTICA DE LA APLICACIÓN DEL TENIS PARA 1º CICLO

Los alumnos rellenaran la siguiente ficha.

<p>Ficha de trabajo:</p> <p>APRENDEMOS ALGO SOGRE EL TENIS</p>	
--	--

DATOS INICIALES

Nombre y apellidos Alumno/a:		
Curso:	Grupo:	Fecha de entrega:

ASPECTOS CONCEPTUALES

Busca información sobre las diferentes cuestiones que se plantean a continuación.

Busca, recorta y pega el anagrama de este deporte

NOMBRE DEL DEPORTE

Español	<input style="width: 150px; height: 20px;" type="text"/>
Ingles	<input style="width: 150px; height: 20px;" type="text"/>
Francés	<input style="width: 150px; height: 20px;" type="text"/>
Aleman	<input style="width: 150px; height: 20px;" type="text"/>
	<input style="width: 150px; height: 20px;" type="text"/>

idas N°

Origen/ Lugar / año _____

Inventor: _____

Breve Historia _____



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 23 – OCTUBRE DE 2009

Chino

Árabe

Griego

Cita 3 jugadores nacionales: _____

Cita 3 jugadores internacionales _____

REGLAS BASICAS

Cita las reglas más importantes

MATERIALES DE JUEGO Y MEDIDAS

(Balón, pelota, raqueta...)

CARACTERISTICAS DEL JUEGO

Tiempos/ juego/ set _____

nº de jugadores/ cambios: _____

Obtención de puntos/ goles/ tanteo: _____

Árbitros/ auxiliares/ mesa: _____

TERRENO DE JUEGO/ PISTA (Pinta las líneas de este deporte y sus medidas)



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 23 – OCTUBRE DE 2009

9. PROPUESTA TEORICO-PRACTICA DE LA APLICACIÓN DEL TENIS PARA 2º CICLO

Nombre y apellidos Alumno/a:		
Curso:	Grupo:	Fecha de entrega:

ASPECTOS CONCEPTUALES

Busca información sobre las diferentes cuestiones que se plantean a continuación. Cada respuesta bien contestada tendrá un valor de 1 P.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 23 – OCTUBRE DE 2009

1. ¿Cuál es el objetivo del juego de TENIS?
2. Dibuja un campo de tenis e indica los nombres de las líneas y áreas de juego para individuales y para dobles.
3. ¿Qué materiales podemos utilizar para jugar al tenis?
4. ¿Por qué es importante agarrar bien la raqueta? ¿Qué tipos de agarres existen? Explica y dibuja las formas de agarrar la raqueta.
5. Explica tres cualidades físicas básicas que debe manifestar un buen jugador de tenis.
6. Golpeo de drive: descripción técnica y representación gráfica.
7. Golpeos de revés: descripción técnica y representación gráfica.
8. Sistema de puntuación
9. La volea (drive y revés): descripción técnica y representación gráfica
10. Explica cómo debe de ser la posición defensiva en el campo.

10. PROPUESTA DE EVALUACION

A lo largo del desarrollo de la Unidad Didáctica, el alumnado realizara siempre, una rutina de trabajo, que ya habremos explicado anteriormente. Esta rutina, consiste en la consecución de hasta 10 objetivos que estarán formulados de manera progresiva para que se vayan consiguiendo poco a poco. El alumnado sabrá en todo momento que objetivos va a intentar conseguir a lo largo del desarrollo de la misma. Estos objetivos, estarán materializados en forma de propuestas de actividades y serán los que formen esta rutina de trabajo. Con esta rutina conseguimos que afiancen objetivos que han aprendido en sesiones anteriores y aprendan otros nuevos. Las actividades que les propongamos se repetirán en cada sesión durante los primeros 20 minutos de clase aproximadamente(poco a poco ira haciendo falta menos tiempo) .Al repetirlos diariamente, aunque pudiese parecer un poco repetitivo, conseguimos algo muy importante, que es dar sentido al trabajo (Unidad Didáctica) , que sepan lo que están haciendo, que se vayan con la sensación de que han aprendido algo en clase para que en la siguiente sesión sepan lo que consiguieron en la anterior y lo que tienen que conseguir en las próximas). En una palabra, conseguimos que el aprendizaje sea significativo.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 23 – OCTUBRE DE 2009

En la última sesión de la Unidad Didáctica, le entregaremos a cada alumno una ficha personal de evaluación, como las que adjuntamos a continuación, la cual tendrá que ir rellenando y entregar al final de la clase. Como podemos observar, en cada ficha hay numerados 10 objetivos de manera progresiva, que son los que tendrán que alcanzar. Al lado, aparecen 4 ítem de evaluación con letras: A/ B/ C/ D. Cada una de ellas tendrá un valor.

A= 9-10; B=7-8; C=5-6; D=- de 5.

Cada alumno, ira anotando en cada cuadro el valor correspondiente (A B C D) según la consecución o no del objetivo.

Esta forma de evaluar les ayuda a observarse y a observar lo que hacen bien y lo que hacen mal, consiguiendo así, que el aprendizaje sea más eficaz.

Este trabajo lo he llevado a cabo con mis alumnos organizándolos en grupos de 4, de tal manera que dos actuarán como observadores, y será quien vaya rellenando la ficha, y los otros dos compañeros serán los que realicen las actividades , es decir, “ los evaluados ”.

La figura del observador es casi más importante que la del ejecutor, puesto que les ayuda a analizar lo que está realizando su compañero, y a observar cuando hace bien las cosas y cuando comete errores. Por lo tanto el observador se convierte en una fuente directa del uso del feed-back afectivo y evaluativo.

Con este esquema de trabajo, sobre el que hemos estado trabajando, aseguramos , después de su utilización, que es bastante efectivo puesto que el alumna@ sabe exactamente lo que tiene que hacer, que finalidad tiene lo que hace , que objetivos alcanza y cuáles son los objetivos que no consigue y sobre los que tiene que trabajar. Este esquema de trabajo da mucha autonomía al alumnado permitiéndonos de esta manera centrarnos un poco más en aquellos alumnos que no consiguen alcanzar y dominar el resto de objetivos al que sus otros compañer@s si consiguen llegar. Nos evita también, el explicar constantemente aquello que deben hacer y el proporcionar un constante feedback (prescriptivo y explicativo). Nuestra función es por tanto: observar, analizar, corregir pequeños fallos que no hayan quedado claros y evaluar.

A continuación, pasare a mostrarle el modelo de ficha que se utilizara para este deporte. Espero que esto, sea una herramienta útil para el profesorado y desde mi experiencia os animo a utilizarlo.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 23 – OCTUBRE DE 2009

TENIS : OBJETIVOS MÍNIMOS PARA 2º CICLO	A	B	C	D
1. Se coloca de lado al golpear de drive				
2. Es capaz de realizar una rotación del tronco para realizar el golpeo de drive				
3. Es capaz de no levantar los pies durante el golpeo de drive				
4. Es capaz de terminar el gesto con la raqueta pegada al hombro.				
5. Es capaz de colocarse de lado para golpear de revés				
6. Es capaz de realizar una rotación del tronco para realizar el golpeo de revés.				
7. Termina el movimiento con la raqueta en el hombro				
8. Es capaz de seguir un tanteo/ mantener un intercambio de pases.				
9. Es capaz de volar(drive o revés)				
10. Es capaz de defender en cualquier zona del campo.				
CALIFICACIÓN				

11. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Blázquez, D (1995) “La iniciación deportiva en la edad escolar” INDE. Barcelona.
- Hernández, J (1994) “Fundamentos del deporte. Análisis de las estructuras del juego deportivo” ED. INDE. Barcelona
- Sanz, D y Fuentes J.P(2004). “*El tenis en la escuela*” ED. PAIDOTRIBO. Barcelona.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 23 – OCTUBRE DE 2009

Autoría

- Nombre y Apellidos: Rebeca Zurita Pérez
- Centro, localidad, provincia: I.E.S Jerez y Caballero(Hinojosa del Duque) Córdoba
- E-mail: zuper80@hotmail.com