

## PROPOSTA METODOLOGICA – 1 –

### TREBALL A LA PISTA DE TENNIS. CONSIDERACIONS METODOLÒGIQUES

A la dinàmica d'una classe s'haurà de tenir en compte:

- ✓ Col·locació dels alumnes durant l'explicació: es situaran al passadís del costat del cop i on tinguin les millors condicions (sol, vent).
- ✓ Part de la pista des de on s'explica un cop:
  - 1ª progressió des de prop de la xarxa (cops de volea),
  - 2ª progressió a la línia de servei (a iniciació, cops de fons i servei),
  - 3ª progressió després de la línia de servei (cops de fons per alumnes una mica més avançats),
  - 4ª progressió a la línia de fons (tots els cops excepte la volea i l'esmaixada, nivell avançat),
  - 5ª progressió després de la línia de fons (per nivell de perfeccionament).

A iniciació, com hem dit abans, es realitzaran exercicis a la 2ª progressió perquè l'alumne tingui menys dificultats a l'hora de colpejar la pilota i pugui passar la xarxa, i a mesura que va millorant es va jugant cada vegada més lluny de la xarxa.

- ✓ Com es llancen les pilotes:

El cubell es situarà sempre a prop del professor i al costat de la mà no dominant.

Les boles es llancen amb precisió i fent servir un cop pla sense efecte. És possible llançar-la després de deixar-la botar a terra (per més seguretat del professor)

La trajectòria de la bola a nivell d'iniciació ha de ser lleugerament en globus (trajectòria parabòlica).

La velocitat de la bola no ha de ser massa alta.

S'ha de donar un ritme adequat per la sessió, adaptat al nivell i en nombre d'alumnes (procurar que estiguin el mínim temps aturats / esperan)

## - TERMINOLOGIA

El deporte del tenis tiene una serie de términos técnicos específicos. Los más característicos son:

**Ace:** palabra con la que se designa el punto que un jugador obtiene directamente con su servicio;

**Cuarenta:** tercer punto ganado en un juego por un jugador o una pareja;

**Dejada:** golpe consistente en tocar muy suavemente la pelota y colocarla en el campo contrario de modo que no pueda ser devuelta antes de que bote dos veces;

**Deuce:** puntos iguales;

**Drive:** golpe dado con la cara anterior de la raqueta al llegar la pelota por el lado derecho;

**Let:** en el tenis, servicio en el que la pelota golpea o toca la red y entra en el área de saque del jugador que resta (es un servicio nulo y, por lo tanto, debe repetirse);

**Globo:** golpe consistente en impulsar muy suavemente la pelota de abajo arriba de forma que describa una parábola en el aire y rebase la estatura del contrario;

**match-ball:** punto que da la victoria de un partido a un jugador o a una pareja;

**passing:** golpe de ataque ejecutado cuando el adversario se encuentra en la red, de manera que la pelota le pasa por el lado y no la puede devolver;

**Quince:** primer punto ganado en un juego por un jugador o una pareja;

**Revés:** golpe dado a la pelota por el lado opuesto al de la mano que empuña la raqueta;

**smash:** remate a volea, de arriba a abajo de una pelota alta;

**tie-break:** sistema que consiste en la resolución del set en el juego que sigue al empate a seis;

**Treinta:** segundo punto ganado en un juego por un jugador o una pareja;

**Volea:** devolución de la pelota antes de que ésta toque el suelo.

## Els cops bàsics

Cop de dreta

Cop de revés

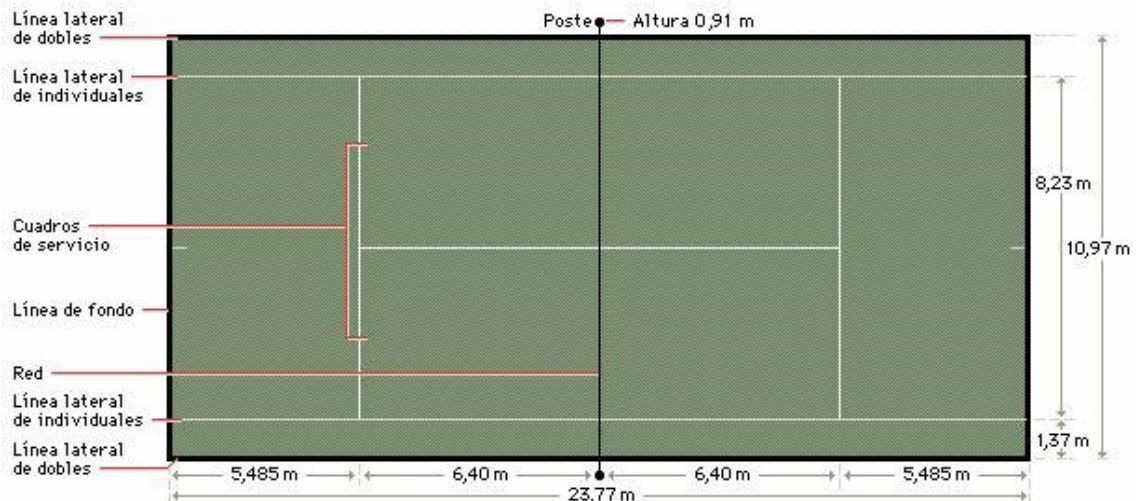
El servei

La volea

El remat /smash

El globus

La deixada.



## PUNTUACIÓN EN UN JUEGO

### a. Juego normal

En un juego normal se puntúa de la siguiente manera, cantándose el tanteo del sacador siempre en primer lugar: Ningún punto - "Cero" Primer punto - "15" Segundo punto - "30" Tercer punto - "40" Cuarto punto - "Juego" excepto si ambos jugadores/parejas han ganado tres puntos cada uno, pues entonces se cantará el tanteo de "iguales". Después de "iguales", el tanteo será de "ventaja" para el jugador/pareja que gane el punto siguiente. Si ese mismo jugador/pareja también gana el punto siguiente, entonces dicho jugador/pareja ganará el "juego"; si el jugador/pareja contrario gana el punto siguiente, el tanteo será de "iguales" de nuevo. Un jugador/pareja necesita ganar dos puntos

consecutivos inmediatamente después de “iguales” para ganar el “juego”.

#### **b. Tie-break**

Durante el tie-break, se cantan los puntos “cero”, “1”, “2”, “3”, etc. El primer jugador/pareja que obtenga siete puntos gana el “juego” y el “set”, siempre que lo haga con un margen de dos o más puntos sobre su oponente. Si es necesario, el tie-break continuará hasta que se consiga dicho margen.

El jugador al que le toque servir será el sacador del primer punto del tie-break. Los dos puntos siguientes los servirá el contrario/s (en dobles, el jugador del equipo contrario al que le toque servir). Después, cada jugador/pareja servirá alternativamente dos puntos consecutivos hasta el final del tie-break (en dobles, la rotación del servicio dentro de cada equipo continuará en el mismo orden mantenido durante el set).

El jugador/pareja cuyo turno era servir primero en el tie-break será el restador en el primer juego del set siguiente.

### **PUNTUACIÓN EN UN SET**

Hay diferentes métodos de puntuación en un set. Los dos métodos principales son el “set con ventaja” y el “set con tie-break”. Puede usarse cualquiera de los dos métodos siempre que el que se vaya a utilizar se anuncie antes que comience la competición. Si se usa el método del “set con tiebreak”, también debe anunciarse independientemente que el set final se juegue como un “set con tie-break” o un “set con ventaja”.

#### **c. “Set con ventaja”**

El primer jugador/pareja que gane seis juegos ganará el “set”, siempre que haya un margen de dos o más juegos sobre el oponente. Si es necesario, el set se prolongará hasta que se haya conseguido ese margen.

#### **d. “Set con tie-break”**

El primer jugador/pareja que gane seis juegos ganará el “set”, siempre que haya un margen de dos o más juegos sobre el oponente. Si el marcador llega a seis juegos iguales, se jugará un tiebreak.

### **PUNTUACIÓN EN UNPARTIDO**

Se puede jugar un partido al mejor de tres sets (un jugador/pareja necesita ganar dos sets para hacerse con el partido) o al mejor de cinco sets (un jugador/pareja necesita ganar tres sets para hacerse con el partido).