

# **APUNTS TENNIS**

**IES CTEIB 18/19**

## **IMATGE DEL PROFESSOR DE TENNIS: PROFESSIONALITAT**

- Imatge professional: textil, calçat, raquetes, pilotes, instal·lacions.
- Seguretat del professor a la pista
- Utilització de noms
- Actitud dins i fora la pista
- Puntualitat
- Oferir serveis / atmosfera agradable
- Entusiasme i humor
- Procurar que els alumnes tinguin èxit i que estiguin ocupats durant la classe.
- Actitud positiva i enèrgica durant la classe
- No corregir, oferir consells.
- Visió de futur: anar per davant dels clients.
- Adaptabilitat: capacitat per solucionar problemes
- Ajudes didàctiques
- Els detalls: diferenciar-se de la resta.

## **OBJECTIUS GENERALS DEL PROFESSOR DE TENNIS**

- Copeig òptim: senzill, econòmic i eficaç.
- Aprenentatge de la tècnica: aprenentatge, coordinació i moviment.
- Desenvolupament dels exercicis: individual, amb company i en equip.
- Dificultat de l'exercici: distància mà – raqueta, distància respecte a la xarxa, tamany de la pilota, moviment de l'alumne.
- Posicions d'equilibri: peus, tronc i cap.

## **OBJECTIUS DELS ALUMNES**

- Desenvolupament físic
- Diversió
- Competició
- Aprenentatge

- ...

### **PLANIFICACIÓ DE L'ENSENYAMENT.**

- Curt termini
- Mig termini
- Llarg termini

### **APRENTATGE**

- Estat mental
- Estat físic

### **REGLES DE L'APRENTATGE**

- 10% del que llegim
- 20% del que escoltem
- 30% del que veiem
- 50% del que veiem + escoltem
- 70% veure + escoltar + demanar
- 80% del que fem
- 95% del que intentem ensenyar

### **ASPECTES NECESSARIS PER TRIOMFAR COM A ENTRENADORS**

- Coneixement de l'esport
- Motivació
- Pacència

## **METODOLOGIA GENERAL.**

A cada cop, es seguirà el següent procés:

- a) Demostració prèvia.
- b) Explicació.
- c) Demostració.
- d) Pràctica.
- e) Correcció.

**a) Demostració prèvia:**

El professor realitzarà una demostració del cop que vol explicar. Per això demanarà a un alumne que li tiri unes boles per executar el cop. El professor es col·locarà de manera que el vegin perfectament els alumnes.

La demostració ha de ser correcta i es farà des de la progressió corresponent al nivell de l'alumne. A iniciació es farà sempre a la línia de servei pels cops de fons i el servei.

**b) Explicació:**

El professor explicarà cada exercici que vol realitzar.

**c) Demostració:**

A cada exercici, i després de l'explicació, hi haurà una demostració del professor.

**d) Pràctica:**

Una vegada que el professor ha explicat i demostrat, els alumnes realitzaran l'exercici. Els alumnes es col·locaran en fila durant la realització de l'exercici, amb la separació deguda entre ells per no molestar-se.

**e) Correcció:**

El professor, una vegada que l'alumne hagi practicat l'exercici, li corregirà els detalls més importants: empunyadura, zona d'impacte, moviment del braç, de raqueta i dels peus.

Aquesta correcció pot fer-se durant la realització de l'exercici o un cop aquest s'ha acabat i poden ser correccions individuals o grupals.