



UNIVERSIDAD PONTIFICIA DE SALAMANCA

GUÍA DOCENTE 2019/2020

Fundamentos de Deportes con Raqueta

Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte – 4º curso

Modalidad Presencial

Sumario

Datos básicos	3
Breve descripción de la asignatura	4
Requisitos previos	4
Objetivos	4
Competencias	5
Contenidos	5
Metodología	7
Criterios de evaluación	8
Recursos de aprendizaje y apoyo tutorial	8
Breve CV del profesor responsable	10

Nombre de la asignatura

Datos básicos

Módulo:

Carácter: Optativa

Nº de créditos: 6 ECTS

Unidad Temporal: 4Curso – 2ºr Semestre

Calendario: 27 de enero de 2019 hasta el 16 de mayo de 2020

Idioma en el que se imparte: castellano

Profesor/a responsable de la asignatura: Rubén Maneiro Dios y Alberto Rodríguez Cayetano

E-mail: rmaneirodi@upsa.es y arodriguezca@upsa.es

Horario de tutorías: consultar plataforma

E-mail:

Horario de tutorías: consultar plataforma

Breve descripción de la asignatura

El objetivo de la asignatura Fundamentos de Deportes con Raqueta radica en que el alumno adquiera, mediante soporte teórico/práctico, todos los conocimientos de los deportes que utilicen como implementos un raqueta o pala, principalmente tenis, bádminton y pádel.

Requisitos previos

Los propios del acceso al título de Grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte

Objetivos

1. Conocer las similitudes y diferencias de los diferentes deportes de raqueta y pala así como las posibles transferencias positivas existentes entre ellos.
2. Dotar al alumnado de una base conceptual amplia que le permita impartir una iniciación elemental de los deportes de raqueta y pala, así como profundizar en su estudio.
3. Practicar los diferentes deportes de raqueta y pala mediante progresiones didácticas que les lleve a experimentar y sentir los contenidos que podrá desarrollar en un futuro próximo, dotándoles de un material didáctico básico a partir del cual podrán construir sus sesiones de trabajo. Adquirir recursos para fomentar la participación a lo largo de la vida en actividades deportivas dentro y fuera de la escuela.

Competencias

Básicas y Generales	CB3 - Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética
Transversales	CT1 - Trabajo en equipo CT9 - Creatividad
Específicas	CE023 - Desarrollar hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional. CE07 - Conocer y comprender los fundamentos, estructuras y funciones de las habilidades y patrones de la motricidad humana. CE08 - Conocer y comprender la estructura y función de las diferentes manifestaciones de la motricidad humana. CE09 - Conocer y comprender los fundamentos del deporte.

Contenidos

CONTENIDOS DE LA ENSEÑANZA TEÓRICA

- 1) GENERALIDADES DE LOS DEPORTES DE RAQUETA Y PALA
 - Elementos comunes
 - Clasificaciones
 - Propuestas de intervención metodológica.
 - Hacia una iniciación conjunta
- 2) ALTERNATIVOS
 - Indiacas y móviles de distintos tamaños
- 3) BÁDMINTON
 - Evolución Histórica
 - El Reglamento y sus adaptaciones en la iniciación
 - Elementos Técnicos
 - Aplicación Táctica
 - Enseñanza en los Centros Escolares: uso de instalaciones municipales.
- 4) TENIS
 - Evolución Histórica
 - El Reglamento y sus adaptaciones en la iniciación
 - Elementos Técnicos

- Aplicación Táctica
 - Enseñanza en los Centros Escolares: mini-tenis y convenios con instalaciones locales(municipales o clubes privados)
- 5) PADEL
- Evolución Histórica
 - El Reglamento y sus adaptaciones en la iniciación
 - Elementos Técnicos
- 6) • Aplicación Táctica

CONTENIDOS DE LA ENSEÑANZA PRÁCTICA

1. El tenis

Nociones reglamentarias y pautas de juego

Cancha de juego: tipos y características

La empuñadura. Tipos, ventajas e inconvenientes. Su relación con los diferentes tipos de golpes. Preparación para el golpeo.

Movimiento de los pies y de los brazos. La derecha y el revés.

Forma de coger la raqueta.

Movimiento del cuerpo: unidad de giro, brazos y ajuste del golpe

Punto de impacto

Terminación

El servicio.

Colocación de los pies

Movimiento de la raqueta

Lanzamiento de la bola Impacto y finalización.

Las empuñaduras: Continental, Este de derecha y de revés, Semioeste

La volea: Empuñadura, Posición de los pies Movimiento del brazo en la derecha y el revés

Movimiento del cuerpo y punto de impacto

Los efectos: Cortado, Liftado, Posición de la raqueta, Pies, Punto de impacto La dejada:

Empuñadura, Posición de los pies Movimiento del brazo en la derecha y el revés

Movimiento del cuerpo y punto de impacto

El globo: Empuñadura, Movimiento de los pies, Colocación y punto de impacto Ofensivo y defensivo

La táctica en el tenis.

Principios tácticos de los dobles

Pautas de trabajo técnicas y tácticas

Organización de la clase

Las rutinas

2. El Bádminton

Conocimientos y elementos del Bádminton

Introducción, el reglamento

El Bádminton actual.

Competiciones. Instalaciones y equipamiento.

La superficie de juego.

La raqueta.

El volante

Mantenimiento y reparación.

Presa de la raqueta. Universal. De revés. Japonesa Juego de pies:

Desplazamientos adelante y atrás, Desplazamientos laterales Desplazamientos en diagonal

Los servicios: Saque alto, Saque corto, Saque tendido, Golpeos básicos: Derecha, Revés.

Otros golpes: Dejada, Globo, Remate

La táctica en bádminton: Principios tácticos del singles,

Principios tácticos de los dobles

3. El Pádel

Historia y reglamento.

Elementos materiales.

Técnicas de juego.

Táctica de juego

El saque. El golpe de derecha. El golpe de Revés. La Volea de Derecha. La Volea de Revés.

El Remate. La Bandeja. Los Rebotes. Laterales, De fondo, Dobles paredes, Contrapared

Empuñaduras

Posiciones de juego

Elementos de trabajo

Lanzamiento de bolas (cesta)

División de zonas: “el semáforo”

Los desplazamientos

Los efectos

Técnica y progresiones de los golpes

Derecha o drive

Revés o back-hand

Rebote una pared

Rebote en dos paredes

El saque

El resto

Metodología

METODOLOGÍA	HORAS	HORAS DE TRABAJO PRESENCIAL	HORAS DE TRABAJO NO PRESENCIAL
Sesiones Teóricas	30	60	60 90 (60%)
Sesiones Prácticas	30		
Examen	2		
Tutorías	18		
Desarrollo de proyectos	40		
Preparación Examen teórico y práctico	30		
TOTAL		60	90

Las clases serán teórico prácticas, en donde el alumno adquiera las competencias propias de la asignatura. Los contenidos prácticos a desarrollar estarán en función de las actividades planteadas a nivel teórico, realizando y vivenciando los fundamentos básicos de cada uno de los temas planteados. Los contenidos teóricos se desarrollarán mediante clases magistrales del profesor, acompañados de trabajos autónomos del alumno.

Criterios de evaluación

Los criterios de evaluación se centrarán principalmente en tres apartados:

- 1) Examen teórico: 50%
- 2) Examen práctico: 20%
- 3) Trabajo de la asignatura. Progresión metodológica de un gesto técnico: 30%

Recursos de aprendizaje y apoyo tutorial

- Alcaraz, B. J. S., Pay, A. S., Mármol, A. G., Belmonte, M. J. B., & Saorín, J. M. (2017).

Diferencias en la forma de organización de las sesiones de pádel con estudiantes. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, (67), 467-479.

- Cabello, D., Serrano, D., De La Torre, JM. (1999). Fundamentos del bádminton: de la iniciación al alto rendimiento. Instituto Andaluz del Deporte. Málaga.
- Crespo, M. (1991). Ejercicios para mejorar tu tenis: niveles de iniciación y medio. Gymnos. Madrid.
- Erb, G. (1999). Tenis de Mesa. Hispano Europea. Barcelona.
- Espina, M. (1997). Manual práctico de pádel. Ed. Gymnos, Madrid.
- F.E.P. (2005). Curso de Monitor Nacional de Pádel. Madrid.
- F.E.T. (2003). Curso de Monitor Nacional de Tenis. Madrid.
- Fuentes, G. (1999). Enseñanza y entrenamiento del tenis. Fundamentos didácticos y científicos. Universidad de Extremadura. Cáceres.
- García González, L., Moreno Arroyo, M. P., Moreno Domínguez, A., Iglesias Gallego, D., & Villar Álvarez, F. D. (2009). Estudio de la relación entre conocimiento y toma de decisiones en jugadores de tenis, y su influencia en la pericia deportiva. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, (17), 60-75
- García, L., Moreno, M. P., Iglesias, D., Moreno, A., & Del Villar, F. (2006). El conocimiento táctico en tenis. Un estudio con jugadores expertos y noveles. *Cuadernos de psicología del deporte*, 6(2), 12-19
- Hernández, M. (1990). Iniciación al bádminton. Gymnos. Madrid.
- Holden, A.G. y Gladman, G. (1969). Lawn tennis. Ed. Sintet, Barcelona
- Lehénaff, D., Khan, J.F. (2005). Les sports de raquettes. INSEP. París.
- Martínez, B. J. S. A. (2014). Diferencias en las acciones de juego y la estructura temporal entre el pádel masculino y femenino profesional. *Acción motriz*, (12), 17-22.
- Mediero, L. (2000). Streetennis. Tutor.
- Ministerio de Educación y Cultura (1998). Deportes de Raqueta. Madrid.
- Moncaut, A. (2003). Fundamentos Técnicos del Pádel. Madrid.
- Muñoz, D., García, A., Grijota, F. J., Díaz, J., Bartolomé, I., & Muñoz, J. (2016). Influencia de la duración del set sobre variables temporales de juego en pádel. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 123, 67-73.
- Sánchez-Alcaraz, B. J., Courel-Ibañez, J., & Cañas, J. (2016). Valoración de la precisión del golpeo en jugadores de pádel en función de su nivel de juego. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 12(45), 324-333

- Sanz, D. (2004). El tenis en la escuela. Paidotribo. Madrid.
- Sève, C. (2003). Tennis de Table. EPS. París.
- Teper, G. (2003). Level 1 coaching manual. ITTF. Lausanne. Suiza.
- Torres, G. y Carrasco, L. (2005). Tenis en la escuela. INDE. Barcelona.
- Villamarín, F., Maurí, C., & Sanz, A. (2007). Competencia percibida y motivación durante la iniciación en la práctica del tenis. *Revista de psicología del deporte*, 7(2), 41-58

Breve CV del profesor responsable

Dr. D. Rubén Maneiro Dios es Licenciado y Doctor con Premio Extraordinario en Ciencias del Deporte por la Universidade da Coruña. Actualmente es Doctorando en Psicología por la Universidad de Barcelona. Máster Oficial en Nutrición Humana por la Universitat de les Illes Balears. Máster Oficial en Dirección de Proyectos, por la Universidad de Vigo; Máster en Alto Rendimiento por la Universidad Autónoma de Madrid y el Comité Olímpico Español y Entrenador Nacional de Fútbol.

Su línea de investigación es el análisis de los componentes táctico-estratégicos en el deporte de alto rendimiento, las inteligencias múltiples en el ámbito de la Educación Física y elaboración de programaciones didácticas. Su producción investigadora es defendida en revistas de impacto internacionales, así como en congresos y simposiums. Actualmente es profesor en el Grado de Ciencias del Deporte en la Universidad, Grado en Maestro de Educación Primaria y en el Máster Universitario en Formación del Profesorado de la Universidad Pontificia de Salamanca