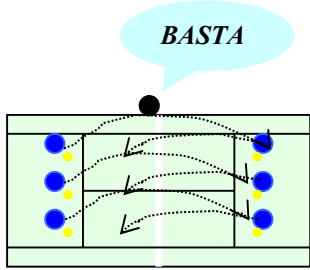
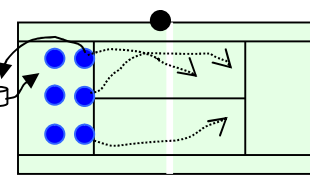
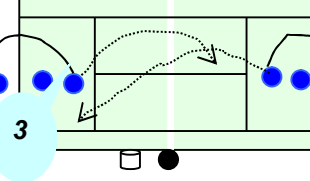
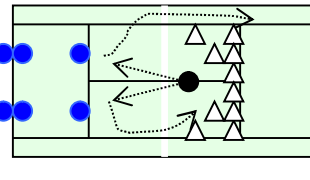
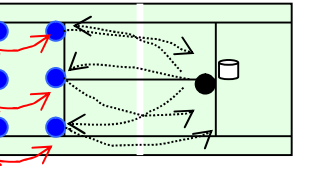
		ENTRENADOR:		FECHA:	
		GRUPO: U6	TRIMESTRE: 4º	Nº SEMANA: 3ª	SESIÓN: JUEVES
CONTENIDOS DE TENIS PARA TRABAJAR: servicio por arriba.					
CONTENIDOS COORDINATIVOS PARA TRABAJAR: destrezas básicas con la raqueta y la pelota adaptadas al servicio por arriba					
TIEMPO SESIÓN		DESARROLLO DE LA SESIÓN		GRÁFICOS	
SESIÓN 1 HORA	SESIÓN 2 HORAS	PARTE COORDINATIVA			
PARTE INICIAL		<p>Ejercicio 1: se han de realizar diferentes ejercicios de coordinación con la pelota de tenis. Por ejemplo: lanzarla al aire con la derecha y cogerla con la izquierda; lanzarla, realizar una vuelta y cogerla...</p> <p>Ejercicio 2: se ha de recordar la técnica del servicio por arriba y se han de realizar servicios junto a la valla o pared de manera que el alumno enganche la pelota, lo más alto posible, contra la pared o verja.</p> <p>Ejercicio 3: guerra de los mundos sacando por arriba. Se forman 2 equipos con el mismo número de jugadores. Cada uno se ha de situar a un lado de la red. Posteriormente, se reparten 10 pelotas a cada equipo. Cuando el entrenador de la voz de inicio cada jugador de su equipo ha de lanzar las pelotas, de una en una, al otro lado de la pista. Así, cada equipo ha de ir lanzando sin parar las pelotas que entren en su parte de pista hasta que el entrenador diga <i>basta</i>. Gana el equipo que tenga menos pelotas en su pista.</p>			
PARTE PRINCIPAL		PARTE DE TENIS		  	
30'	60'	<p>Ejercicio 1: se ha de recordar la técnica del servicio por arriba e incidir en que coloquen la cabeza de la raqueta tocando la espalda. Posteriormente, se coloca a los alumnos en 2 líneas detrás de la línea de servicio para que realicen servicios por arriba intentando que entren dentro de la pista realizando el movimiento de la forma más global posible.</p> <p>Ejercicio 2: se forman 2 equipos de jugadores y se han de colocar cada uno en un lado de la pista. Cada jugador de cada equipo debe realizar de manera ordenada servicios por arriba. Cada vez que entre la pelota en el cuadro de servicio, el jugador del equipo que lo haya realizado obtiene 1 punto y ha de decir en alto el número total de servicios que lleve su equipo. Al final, el primer equipo que consiga 10 puntos gana.</p> <p>Ejercicio 3: igual que el ejercicio 2, pero ahora, si entra el servicio, los jugadores han de intentar jugar el punto. El jugador que gane el punto debe sumar 1 punto para su equipo.</p> <p>Ejercicio 4: se forman 2 filas de jugadores y en el otro lado de la pista se colocan conos por el suelo. El profesor debe lanzar 2 pelotas a cada jugador de la fila para que intenten tocar los conos golpeando de derecha o de revés; posteriormente, deben volver a la fila. Cuando acaben el cubo de pelotas, gana el equipo que más conos haya tocado.</p>			
PARTE FINAL		JUEGO			
15'	30'	<p>Las 10 vidas: se forman 2 o 3 equipos de jugadores y se colocan en fila en la línea de fondo. A cada equipo se le dan 10 vidas. El profesor ha de lanzar una pelota a cada equipo y cada jugador, alternativamente, tiene que golpear como diga el profesor (de derecha o de revés). Cada vez que un jugador lance la pelota fuera de la pista o no le dé su equipo, pierde una vida. Gana el equipo que tenga más vidas cuando se le acabe el cubo de pelotas al profesor.</p> <p>El gran slam de individual : mirar descripción en las fichas de juegos (a partir de la pagina 46).</p>			
TIEMPO TOTAL					
60'	120'				