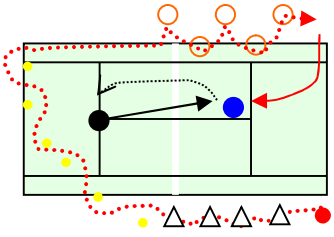
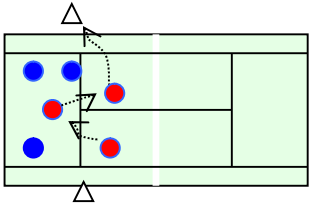
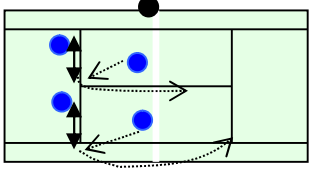
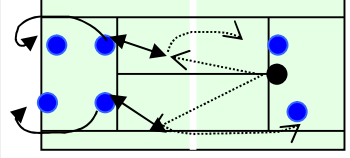
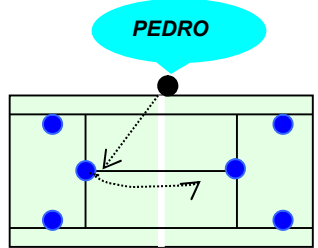
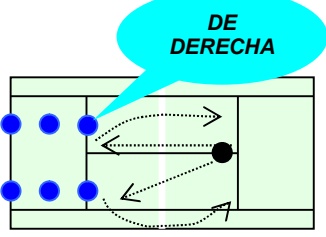
		ENTRENADOR:		FECHA:	
		GRUPO: U6		TRIMESTRE: 4º	Nº SEMANA: 3ª
CONTENIDOS DE TENIS PARA TRABAJAR: golpe de derecha, «acción global y desplazamientos».					
CONTENIDOS COORDINATIVOS PARA TRABAJAR: desplazamientos, saltos y equilibrios.					
TIEMPO SESIÓN		DESARROLLO DE LA SESIÓN			GRÁFICOS
SESIÓN 1 HORA	SESIÓN 2 HORAS	PARTE COORDINATIVA			 
PARTE INICIAL		<p>Ejercicio 1: con el material que se tenga, se ha de montar un circuito en el que haya saltos, diferentes desplazamientos... Al final, el jugador siempre debe realizar un golpe de <i>drive</i> o de revés de una pelota lanzada por el profesor.</p> <p>Por ejemplo: se colocan conos en fila y se deja un espacio entre cada uno de ellos; seguidamente, se colocan 7 pelotas en línea y se deja un espacio amplio entre ellas; después, se hace coincidir la posición del material con la línea lateral de la pista y, al final, se colocan 6 aros en el suelo separados lateralmente. Así, cada jugador debe pasar por los conos saltando, poniendo un pie entre cono y cono, de espaldas, en zig-zag entre las pelotas, caminando sobre la línea sin dejar de pisarla, saltando con los pies juntos entre los aros y, al final, debe golpear de derecha o de revés una pelota enviada por el entrenador.</p> <p>Ejercicio 2: balón cono. Se forman 2 equipos y cada uno, mediante pases, debe llegar a la zona más cercana de lanzamiento para derribar un cono que estará colocado en el suelo, en una zona marcada donde los equipos no puedan entrar a lanzar.</p> <p>Reglas: no se puede correr con la pelota en las manos.</p>			
PARTE PRINCIPAL		PARTE DE TENIS			  
30'	60'	<p>Ejercicio 1: se colocan los alumnos por parejas uno enfrente del otro a lo largo de media pista. Uno se debe situar cerca de la red con varias pelotas y el compañero, en la línea de servicio con la raqueta. Los jugadores que tienen pelota deben lanzarla hacia el lado del <i>drive</i> de su compañero, que debe desplazarse, golpear y volver a su posición inicial intentando que caiga dentro de los límites de la pista. Cada 5 golpes, los jugadores deben cambiar sus posiciones.</p> <p>Ejercicio 2: se forman 2 filas de jugadores. El entrenador, situado en el otro lado de la pista, debe lanzar, en el orden que él quiera y sin avisar, 3 pelotas a cada jugador para que las golpee de derecha previo desplazamiento. Dos jugadores se han de colocar detrás del profesor y deben ir recogiendo las pelotas lanzadas por sus compañeros. Cuando lleven 10 pelotas recogidas, se debe realizar un cambio de posiciones.</p> <p>Ejercicio 3: por parejas, se debe colocar cada jugador a un lado de la pista por detrás de la línea de servicio. El profesor, colocado al lado de un poste, debe decir el nombre de uno de los jugadores y le ha de lanzar una pelota para que la juegue con el compañero que está delante. Es importante recordar a los jugadores que después de cada golpe deben volver a la posición inicial.</p>			
PARTE FINAL		JUEGO			
15'	30'	<p>La calculadora: se forman 2 equipos y se colocan en 2 filas en un lado de la minipista. A cada jugador se le lanza una pelota y, posteriormente, debe volver al final de la fila.</p> <p>El entrenador debe explicar que, según el golpe que realicen, obtendrán una puntuación diferente: golpe de derecha = 1 punto, golpe de revés = 2 puntos. El juego consiste en que los alumnos elijan el golpe que ellos quieran y que si lo entran dentro de la pista puntúen según su valor. Los puntos de cada jugador de un mismo equipo se suman así, el equipo que primero obtenga 20 puntos gana.</p> <p>El trio "golpeando solo de derecha" : mirar descripción en las fichas de juegos (a partir de la página 46).</p>			
TIEMPO TOTAL					
60'	120'				