

**CONTENIDOS DE TENIS PARA TRABAJAR: golpe de revés, «juego desde la segunda progresión»**

**CONTENIDOS COORDINATIVOS PARA TRABAJAR: destrezas básicas con la pelota y la raqueta adaptadas al golpe de revés**

TIEMPO SESIÓN		DESARROLLO DE LA SESIÓN	GRÁFICOS
SESIÓN 1 HORA	SESIÓN 2 HORAS	PARTE COORDINATIVA	
<b>PARTE INICIAL</b>		<p><b>Ejercicio 1:</b> guerra de los mundos de revés desde la segunda progresión. Se deben formar 2 equipos y cada uno ha de tener 15 pelotas en su poder. Cuando el profesor diga ya, los alumnos deben sacar por debajo de revés desde la segunda progresión hacia el otro lado de la pista, y así sucesivamente con todas las pelotas que caigan en su pista, hasta que el profesor diga <i>basta</i>. Gana el equipo que cuando el profesor diga "basta" tenga menos pelotas en su pista.</p> <p><b>Ejercicio 2:</b> se deben formar 2 equipos. Un miembro de cada equipo se debe colocar en un lado de la pista y debe golpear de revés (hacia sus compañeros que estarán en el otro lado de la pista), las pelotas lanzadas por el entrenador. Éstos deben intentar coger las pelotas golpeadas por su compañero sin que boten en el suelo. El primer equipo que coja 5 pelotas gana un punto. Se debe continuar así el ejercicio hasta que todos los componentes de un equipo pasen por el rol de golpear. Al final gana el equipo que más puntos haya conseguido.</p> <p><b>Ejercicio 3:</b> realizar servicios.</p>	
15'	30'		
<b>PARTE PRINCIPAL</b>		<p><b>PARTE DE TENIS</b></p> <p><b>Ejercicio 1:</b> el profesor o jugador-entrenador debe lanzar con servicio de derecha (solo el jugador), alternativamente, una pelota a cada una de las filas de alumnos que hay en la otra pista, y éstos deben golpearla de revés intentando no pasar de los límites de la segunda progresión. Tras golpear 2 pelotas, los alumnos se deben colocar al final de su fila.</p> <p><b>Ejercicio 2:</b> igual que el ejercicio 1, pero los alumnos deben contar en voz alta todas las pelotas que caigan entre la línea de primera y segunda progresión. La primera fila que consiga realizar 10 golpes entre estas 2 líneas gana, y no tendrá que recoger las pelotas al final del ejercicio.</p> <p><b>Ejercicio 3:</b> igual que el ejercicio 1, pero ahora sólo habrá una raqueta por equipo, y, tras golpear, cada alumno se la deberá pasar al siguiente compañero.</p> <p>Un jugador del equipo se debe colocar junto al profesor y cuando haya recogido 15 pelotas ha de cambiar su posición con uno de los jugadores que estaban golpeando.</p> <p><b>Ejercicio 4:</b> peloteo de revés en forma de dobles.</p>	
30'	60'		
<b>PARTE FINAL</b>		<p><b>JUEGO</b></p> <p><b>El desguace:</b> se deben formar 2 equipos de jugadores y se han de colocar cada uno en un lado de la pista. Cada jugador de cada equipo tiene 5 vidas. El profesor ha de ir lanzando, alternativamente, una pelota a cada uno de los jugadores de cada equipo, el cual debe intentar jugarla. Después de jugar, han de volver al final de su fila. Cuando un jugador falle la pelota lanzada por el profesor o la falle durante el peloteo con el compañero, pierde una vida. En el momento que pierda 3 vidas, pasa a jugar con la mano (recogiendo y lanzando), y en el momento en que pierda las 2 vidas restantes, se ha de colocar cerca de la red con un pie tocando la línea de dobles (lugar al que llamaremos desguace). Desde el desguace se puede salvar si toca con su raqueta cualquier pelota que esté en juego.</p> <p>El equipo que pierda será el que tenga a todos sus jugadores en el desguace y, por lo tanto, no pueda continuar el juego.</p>	
15'	30'		
<b>TIEMPO TOTAL</b>			
60'	120'		

**CONTENIDOS DE TENIS PARA TRABAJAR:** golpe de revés, «desplazamientos desde la segunda progresión»  
**CONTENIDOS COORDINATIVOS PARA TRABAJAR:** desplazamientos, saltos y equilibrios

TIEMPO SESIÓN		DESARROLLO DE LA SESIÓN	GRÁFICOS
SESIÓN 1 HORA	SESIÓN 2 HORAS	<p><b>PARTE COORDINATIVA</b></p> <p><b>Ejercicio 1:</b> juego del golpe a una sola pierna por equipos. Se deben formar 2 equipos. Cada jugador de un equipo, a la vez, debe ir pasando por un aro para intentar golpear el máximo número de pelotas lanzadas por el profesor, apoyando una sola pierna. Cada vez gana el alumno que aguante más rato y, por lo tanto, que realice más golpes sin poner el otro pie en el suelo, y así sucesivamente pasarán por el aro todos los alumnos. Al final, gana el equipo en el que más elevado sea el número de alumnos que hayan aguantado más rato golpeando a una sola pierna.</p> <p><b>Ejercicio 2:</b> realizar servicios.</p> <p><b>Ejercicio 3:</b> peloteo individual.</p>	
<b>PARTE INICIAL</b>			
15'	30'		
<b>PARTE PRINCIPAL</b>		<p><b>PARTE DE TENIS</b></p> <p><b>Ejercicio 1:</b> el profesor o jugador-entrenador debe lanzar desde un lado de la pista, alternativamente, una pelota larga y una pelota corta, a cada una de las filas de alumnos que hay en el otro lado de la pista, y éstos las deben golpear de revés previo desplazamiento, intentando no pasar de los límites de la segunda progresión. Tras golpear 2 pelotas, los alumnos se deben colocar al final de su fila.</p> <p><b>Ejercicio 2:</b> el profesor o jugador-entrenador debe lanzar desde un lado de la pista, alternativamente, una pelota lateral a cada una de las filas de alumnos que hay en la otra pista, y éstos las deben golpear de revés previo desplazamiento y vuelta a la posición de inicio, intentando no pasar de los límites de la segunda progresión. Los jugadores se deben colocar al final de la pista cuando fallen, y entonces ha de entrar otro jugador a realizar el ejercicio.</p> <p><b>Ejercicio 3:</b> por parejas, los alumnos deben intentar realizar el máximo número de golpes de revés, jugando sólo en la mitad de la pista. Cada pareja ha de tener 3 pelotas para realizar el ejercicio y, cuando las falle, entra la pareja que se espera.</p>	  
<b>PARTE FINAL</b>			
15'	30'	<p><b>JUEGO</b></p> <p>Juego: partido en forma de trío – modificado – la pareja obligatoriamente debe de golpear de revés.</p>	
<b>TIEMPO TOTAL</b>			
60'	120'		