



**Nombre de la asignatura:** Especialización en Deportes de Raqueta.

**Titulación:** Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte

**Departamento:** Deporte e Informática

**Área de conocimiento:** Educación Física y Deportiva

**Curso académico:** 2011 / 2012.

**Tipo de asignatura:** Optativa.

**Periodo de impartición:** Segundo semestre.

**Créditos:** Asignatura completa 6

**Curso en que se imparte:** Cuarto / quinto.

**Profesores:**

*Deportes de Raqueta:*

Nicolás Fernández Martínez. Email: [nfermar@upo.es](mailto:nfermar@upo.es).

Juan Carlos Trueba Sánchez. Email: [jctrusan@upo.es](mailto:jctrusan@upo.es).

### **Objetivos**

- 1.1. Desarrollar los aspectos específicos y diferenciadores de los deportes de raqueta trabajados.
- 1.2. Adquirir los fundamentos técnicos necesarios para realizar una correcta aplicación al entrenamiento de los D.de R.
- 1.3. Experimentar mediante la práctica las distintas técnicas y tácticas de los deportes de raqueta desarrollados.
- 1.4. Percibir las posibilidades de los Deportes de Raqueta.
- 1.5. Aplicar correctamente las reglas de los deportes de raqueta en situación real de juego.
- 1.6. Organizar, dirigir y dinamizar entrenamientos de deportes de raqueta.
- 1.7. Analizar las diferentes situaciones tácticas de juego en función del rival y del desarrollo de partido.

### **Contenidos**

De forma global y esquemática describimos a continuación los contenidos de la asignatura, con la distribución de bloques temáticos y sus correspondientes temas:



## BLOQUE I. PADEL.

### Tema 1. Aprendizaje y perfeccionamiento de los gestos técnicos específicos:

- Contrapared :
  - Pared de fondo
  - Pared lateral.
- Remate :
  - Remate por 3 mts.
  - Bandeja
  - Remate lateral.
  - Víbora
- Doble pared con giro de derch. y revés
- Dejada
- Globo
- Efectos (Plano, cortado, liftado y lateral).
- Bajada de pared.

### Tema 2. Situaciones tácticas avanzadas.

- El saque (australiana, cruzado, centro)
- El resto (ofensivo/defensivo)
- Fondo de pista
- Situaciones de ataque
- Jugadas de aproximación
- Transición defensa/ataque y viceversa.
- Elección del golpe según nuestra situación en la pista.
- Situaciones tácticas especiales:
  - Jugar con lluvia.
  - Jugar con viento.
  - Momentos críticos del partido.



- Etc.

### Tema 3. Entrenamiento específico en pádel

- Técnico
- Táctico
- Físico
- Psicológico.

### Tema 4. Reglamento.

Tema 5. Composición y elección de una pala de pádel.

Tema 6. Estructura y organización de un club de pádel. Modelo de escuela.

## BLOQUE II. TENIS.

Tema 1. Aspectos técnicos fundamentales.

- Volea de derecha
- Volea de revés
- Golpe de derechas
- Golpe de revés a una mano
- Golpe de revés a dos manos
- Servicio
- Remate.

Tema 2 . Reglamento básico.

Tema 3. Factores que influyen en el rendimiento.

Tema 4. Situaciones tácticas específicas :

- Juego de individuales.
- Juego de dobles.

## **Metodología**

Metodología docente. Créditos docentes.



Las sesiones se desarrollaran con explicaciones por parte del profesor, con posterior debate si procediera.

También se utilizaran recursos audiovisuales como la proyección de video o DVD u otros medios para el análisis de aspectos técnicos y tácticos de los deportes trabajados.

Participación activa por parte de los alumnos mediante la exposición de trabajos teóricos o prácticos.

#### Metodología docente. Créditos prácticos.

Las sesiones serán dirigidas por el profesor respetando los objetivos prácticos de cada sesión mediante trabajo de asignación de tareas, instrucción directa, reproducción de modelos, enseñanza recíproca, etc...

Tendrán una secuencia progresiva y paralela a las clases teóricas.

A lo largo del curso se llevaran a cabo prácticas de distintos tipos:



Desarrolladas plenamente por el profesor.



Realizadas en parejas para aprender a identificar los errores técnicos.



Tutorizadas por el profesor donde los alumnos exponen trabajos prácticos con el rol de docente.

**Es obligatorio el uso de la raqueta propia.** También se recomienda ropa adecuada para la práctica, así como protección solar o gorra para evitar la exposición directa del sol en los días de prácticas.

#### Evaluación.

La evaluación de los alumnos constará de varios aspectos diferentes:

%	Concepto
40 %	Examen teórico
40 %	Examen práctico
10 %	Trabajo de la asignatura
5 %	Asistencia
5%	Trabajo voluntario

CONTENIDOS TEÓRICOS: \_\_\_\_\_ 40%



- Prueba escrita de contenidos desarrollados tanto en las sesiones teóricas como prácticas. Las sesiones teóricas no son de obligatoria asistencia, pero en ellas se desarrollan aspectos de valioso interés práctico, a evaluar durante las sesiones y en el examen final. El profesor podrá poner en cualquiera de los exámenes parciales o finales una prueba filtro que será condición indispensable de superación para corrección del examen.

*CONTENIDOS PRÁCTICOS:* \_\_\_\_\_ 40%

- Examen práctico técnico que será evaluado como apto o no apto y constará de:  
La ejecución correcta de cualquiera de los deportes de raqueta desarrollados en la práctica. Para que el alumno supere esta prueba deberá realizar una correcta ejecución técnica en función a las distintas fases de golpeo, además de que el móvil (volante, bola,...) caiga en la zona destinada para ello.
- Asistencia de al menos un 80% de las sesiones prácticas programadas y valoración del alumno atendiendo a criterios de participación, interés y aprovechamiento. La asistencia sin práctica activa injustificada e indocumentada se valorará como no practicada. Sobrepasado el límite de faltas de asistencia o no superados con aprovechamiento los contenidos prácticos se deberá realizar un examen específico sobre el contenido práctico si se quiere optar a aprobar este apartado.

*CONTENIDO DE TRABAJOS* \_\_\_\_\_ 10%

- Realización de un trabajo individual basado en alguna de las propuestas presentadas por el profesor o alumnos.
- Trabajos complementarios, propuestos por el profesor en el transcurso de las sesiones \_\_\_\_\_ 5%.
- Trabajo de carácter voluntario: Se podrán presentar trabajos acordados con el profesor y tutorizados por este. Podrán suponer un 5 % suplementario a la nota final. Todos los trabajos se presentarán en soporte papel e informático. Para la presentación en papel se dejará el documento en el casillero de cualquiera de los dos profesores del apartado de Deportes de raqueta. Para la presentación en soporte



informático se enviará un mensaje a la dirección de correo electrónico de cada uno de los dos profesores.

La fecha final de entrega de trabajos será el día 1 de Junio de 2012, no admitiendo ningún trabajo después de esa fecha. Ante la no presentación o plagio de alguno de los trabajos el alumno no podrá presentarse a la convocatoria del curso presente.

**Posibles temas de estudio :**

- Estudio de la F.C. en un jugador de pádel
- Elaboración de sesiones con material auxiliar y novedoso.
- Batería de juegos aplicados al pádel para niños
- Diferencias en la oferta de pistas de pádel/tenis públicas y privadas en distintas poblaciones.
- Estudio del *boom* del pádel en España o comunidad autónoma.
- Los padres de los jugadores.
- Estudio sobre la comunicación de la pareja a lo largo de un partido de pádel.
- Análisis de la estructura temporal de un partido.
- Estudio de la rentabilidad de la pistas cubiertas/ descubiertas.
- Alternativas propuestas por los alumnos.
- Etc.

***Es necesario aprobar los 2 bloques ( Teórico y práctico) por separado para hacer media***

El apartado de Deportes de Raqueta se puede superar mediante dos opciones en la convocatoria de Junio:



- A. Superación de exámenes y trabajos parciales eliminatorios a celebrar en los periodos previstos por la Facultad del Deporte (convocatorias de Febrero y Junio). La fecha final de entrega del trabajo será el 1 de Junio de 2012.
- B. Superación de examen/es y trabajo final. El examen/es final comprenderá el contenido completo o en su caso, aquella materia no superada en los exámenes parciales.

Bibliografía básica:

**Comunes:**

- CSD (2007). Normativa sobre instalaciones deportivas y para el esparcimiento (NIDE). Consejo Superior de Deportes. [www.csd.es](http://www.csd.es)
- Hernández, M. (1998). Deportes de raqueta. Ministerio de Educación y Cultura, Madrid.
- CSD (2007). Borrador del libro blanco del deporte escolar. Consejo Superior de Deportes. Madrid. En imprenta.
- Blázquez Sánchez, D (1991). La iniciación deportiva y el deporte escolar. Inde. Barcelona
- Guzmán, M. (1992). Criterios básicos de la táctica en los deportes individuales. Revista de entrenamiento deportivo. VI, 2, 14-29.
- Ruiz Pérez, L.M. (1995). Competencia motriz. Gymnos. Madrid.

Badminton:

- Cabello, D, Serrano, D. (1997). Análisis integral del bádminton. Delegación Granadina de Badminton. Granada.
- Cabello, D, Serrano, D., García, J.M. (1999). Fundamentos del bádminton. De la iniciación al alto rendimiento. Málaga: Instituto Andaluz del Deporte.
- Cabello Manrique, D. (2000). Tesis doctoral "Análisis de las características del juego en el bádminton de competición. Su aplicación al entrenamiento". Universidad de Granada. Servicio de Publicaciones. Granada.
- Cabello, D. -coord.- (2002). Manual específico para el entrenador de bádminton. Nivel I. Federación Española de Bádminton. Madrid
- Fernández, N., Rivas, F.; López, C.; Pérez, A., Ramírez, V (2005). Unidad Didáctica. Federación Española de Bádminton. Madrid.
- Fernández, N., Franco, S (2005). Manual de reparación de raquetas de badminton. Federación Española de Bádminton. Madrid.
- Fernández, N., Franco, S (2005). Video para de reparación de raquetas de badminton. Federación Española de Bádminton. Madrid.
- Hernández, M. (1989). Iniciación al Bádminton. Gymnos. Madrid
- Hernández, J.L. (2007). Manual del monitor de Bádminton-Nivel 0. Federación Española de Bádminton. Madrid.
- Salas, A. (1990). Táctica Dobles Mixtos. Revista de la Federación Española de Badminton, Nº 1, 31-32.
- LOPEZ, A. (1994). El badminton: juego de dobles. Revista de la Federación Española de Badminton, Nº 1, 31-32.
- Molina, A. (1991). Bádminton: Programación para escuelas de base. Ed



- Wanceulen, Sevilla.
- Tinajas, A. (1991). Bádminton: análisis táctico del saque en el juego individual. Revista de Entrenamiento Deportivo, V 5, nº 2, pp 32-35.

**Padel:**

- Espina, M. Manual Práctico de Padel. Ed Gymnos.
- Castellote, M (2005). Padel: Un gran deporte. Editorial Ryo.
- Textos del curso de Monitor Nacional de Padel de la Federación Española de Padel
- Textos del curso de Monitor Andaluz de Padel de la Federación Andaluza de Padel
- Reglamento del Padel . Página web de la Federación Española de Padel.
- Gonzalez, C. (2004) Escuela de Padel. Editorial Tutor.
- Gonzalez, C. (2004) Conocer el deporte: Padel. Editorial Tutor.
- Espina, M. (1997). Manual práctico de padel. Ed. Gymnos, Madrid.
- VVAA (2000). Manual práctico de padel. Instituto Municipal de Deportes, Madrid.
- Moncaut, A. (2003). Fundamentos Técnicos de Padel. Ed. Gymnos, Madrid.

**Tenis:**

- Mediero, L. (2001). Iniciación al tenis. Ed. Tutor, Madrid.
- R.F.E.T. (1991). Minitenis. Desarrollo de la base. Ed. Gymnos, Madrid.
- F.T.M (2003): "El tenis en los colegios": Madrid: Consejería de Educación de la Comunidad de Madrid.
- Murray, J. (2002). Cómo jugar y ganar el partido mental. ED. Agapea
- Freo, A. (2004). Mil 500 ej. para el desarrollo de la técnica, la rapidez y el ritmo. Ed. Agapea.

**Páginas Web:**

**Tenis:**

<http://www.rfet.es/>  
<http://www.tenispain.com/tenispain/federac/index.php>  
[www.tenis.net](http://www.tenis.net)

**Bádminton:**

<http://www.badminton.es/>  
<http://www.internationalbadminton.org/>  
<http://www.eurobadminton.org/>

**Tenis de mesa:**

[www.rfetm.com](http://www.rfetm.com)  
[www.ctv.es/USERS/gallegatenismesa](http://www.ctv.es/USERS/gallegatenismesa)

**Padel:**

<http://www.padelfederacion.es/Paginas/Inicio/Index.aspx>  
<http://www.fap.es/>  
[www.padel.info](http://www.padel.info)



Programa de la asignatura: Especialización en Deportes de Raqueta  
5º

Facultad del Deporte.  
Universidad Pablo de Olavide. Curso académico 2011-2012

---

[www.padeltenis.com](http://www.padeltenis.com)

Squash

<http://www.rfesquash.es/>

<http://www.squash.com.ar/>

<http://www.squashandaluz.org/>