

## “EL DEPORTE DEL TENIS EN NUESTRAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA”

**Autor: Rafael Cámaras-Altas Gil**

### **Resumen**

El deporte del tenis es un deporte que en la actualidad tiene mucha demanda en nuestro país, debido a los actuales triunfos de algunos tenistas españoles, y que vemos a diario en los medios de comunicación. De esta forma, el tenis es un deporte que atrae cada vez más a los niños/as, pero debido a la falta de infraestructuras en los Centros educativos (materiales, terreno, etc...) es muy poco común encontrar el deporte del tenis en unidades didácticas de programaciones de profesores de Educación Física. Sin embargo, no hacen falta grandes instalaciones para poder hacerlo, y simplemente con un terreno medianamente aceptable se pueden realizar miles de actividades que introduzcan a nuestro alumnado en el mundo de la raqueta. Además, desde el punto de vista motriz, son muchos los beneficios y ventajas que se obtiene con la práctica en estas edades de un deporte como éste.

### **Palabras clave**

Tenis  
Raqueta  
Reglamento  
Coordinación  
Sistemas técnico-tácticos

### **1. BREVE RESEÑA HISTÓRICA**

El tenis que se practica en la actualidad tiene sus orígenes en el juego denominado sphairistiké, ideado por el mayor Wingfield, y patentado en el año 1874, que se disputaba en un campo que presentaba la forma esquemática de un reloj de arena. A partir de esta fecha, hubo diferentes modificaciones respecto al reglamento del juego hasta que en 1888, se funda la Lawn-Tennis Association, que dictará las normas del juego hasta 1912, año en que se crea la Federación Internacional de Tenis sobre Hierba. 1896 es el año en el que el tenis se incluye en el programa de los Juegos Olímpicos de la era moderna.

El año 1968 es una fecha importante para el tenis, ya que en este año los torneos se declaran abiertos a la participación simultánea de jugadores profesionales y amateurs.

A partir de la década de los 80 el tenis se caracteriza por el progresivo incremento de los premios en metálico, siendo protagonizado por un juego potente y de fuerza. En la década de 1990 el tenis se confirma como uno de los deportes más competitivos, en el que las diferencias entre los jugadores mejor clasificados y el resto de los tenistas profesionales se reducen considerablemente debido a una mejor calidad e los entrenamientos a los niveles técnico, táctico, físico y psicológico.

## **2. DESARROLLO DEL JUEGO**

El deporte del tenis se puede jugar al aire libre o en pistas cubiertas y los materiales que se usan son la raqueta y pelotas. Los jugadores pueden ser 2 o 4, llamándose individuales en el primer caso, y dobles en el segundo. El terreno donde se practica puede ser cemento, tierra batida, parqué o césped artificial.

Un partido de tenis se divide en juegos, en los que el tenista debe anotar al menos 4 puntos, y para ganarlo deberá conseguir dos puntos más que su adversario. Las anotaciones se van contando como 15, 30 y 40. En el caso de que se empate a 40 se produce el deuce, y desde este momento el punto que se anote es una ventaja.

Tras el primer juego, los tenistas deberán cambiar de campo, y esto sucederá ya a lo largo de todo el partido cada 2 juegos. Para conseguir un set, será necesario ganar al menos seis juegos, y haber conseguido más de uno de ventaja que el adversario.

Habrà que disputar el tie break cuando se produzca un empate a seis juegos, lo cual consiste en disputar un juego al mejor de 7 puntos, con una diferencia de 2, excepto en el último set, en el que no se juega el tie break, sino que el ganador se decidirá cuando uno de los dos jugadores consiga ganar por dos juegos de diferencia.

Como hemos podido comprar, en el mundo del tenis aparecen términos adaptados del inglés para referirse a momentos clave del partido, como son el break (romper el servicio), matchball (bola de partido), o set ball (bola de set).

## **2. INSTALACIONES Y MATERIAL NECESARIO**

### **3.1. Terreno de juego**

La práctica del tenis se desarrolla en un campo de juego delimitado por un rectángulo con una longitud de 23,76 m y una anchura de 8,23 m (pista de individuales). Además, cuenta con dos pasillos laterales de 1,37 m cada uno (pista de dobles).

La red, situada en el centro de la pista, divide el terreno en dos partes iguales. La altura de la red es ligeramente superior en los extremos (1,07 m) respecto al centro (0,914 m).

En cada lado de la pista se encuentran unos cuadros cercanos a la red, estos son los cuadros de servicio, que sitúan a 6,40 m desde la red y se

encuentran divididos por la línea central de servicio. En la línea de fondo se encuentra una pequeña línea (marca central) de 10 cm de longitud que divide la línea de fondo en dos mitades iguales.

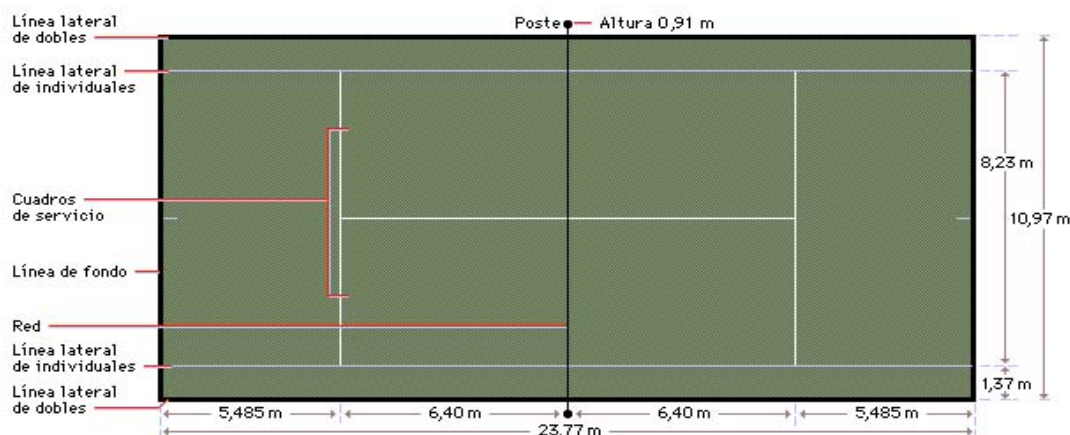


Ilustración de Sanz, D y Fuentes J.P, 2004. *El tenis en la escuela*, Barcelona).

### 3.2. La raqueta y la pelota

La raqueta constituye el elemento que permite intervenir sobre el móvil, variando las características de la raqueta en función del jugador. Así, podríamos hablar de diferentes tamaños que consecuentemente verán reducido su peso, longitud, y por lo tanto, su dificultad de manipulación.

A la hora de trabajar con niños es recomendable utilizar raquetas “cadete o junior” debido a que son las que mejor se adecuan a las características antropométricas de nuestros alumnos (8-12 años).

Todas las raquetas actuales, independientemente de su tamaño, mantienen prácticamente la misma estructura, y tienen las siguientes partes: cabeza, marco, cordaje, cuello, corazón, puño y taco.

Respecto a la pelota, es de caucho con un recubrimiento de lana, y tiene un diámetro de 6 cm aproximadamente, y su peso es de 58 gramos.

### 4. ACCIONES TÉCNICAS: LOS GOLPES Y LOS PASES

Según la forma de golpear la pelota, obtendremos la consecución de diferentes pases y golpes:

**A) El drive:** se golpea la bola por la parte anterior de la raqueta. Hay dos tipos de drive: plano, mediante la acción de un efecto, o listado, cuando la bola coge más velocidad después del bote.

**B) El revés:** se golpea por el lado contrario al anterior golpeo (drive). En este caso, es fundamental el trabajo de los pies, los movimientos en rotación de la raqueta y el cuerpo en busca de la pelota. Los tipos son igual que en el drive.

**C) La volea:** consisten en golpear la pelota antes de que toque el suelo. La recepción por parte del contrario es complicada, ya que coge bastante velocidad.

**D) La dejada:** consiste en dejar una pelota al contrario muy cercana a la red, con poca velocidad, con un toque suave, para que el contrario que estará al fondo de la pista le sea imposible alcanzarla. Su ejecución es complicada.

**E) El remate o smash:** se produce cuando un globo mandado por el contrario se contesta golpeando de forma agresiva. La acción es parecida a la del saque, elevada y mandando mucha fuerza.

## **EL SERVICIO**

El jugador que saca, es decir, que manda la bola al contrario por encima de la red para empezar cada punto, es el jugador que va de servicio. Tiene dos intentos por saque, y debe mandar la pelota a la zona opuesta de su contrario, en forma diagonal. El lado de saque irá cambiando en cada punto (izquierda y derecha, y su diagonal según corresponda). Este jugador seguirá sacando hasta completar un juego entero, y después pasará el servicio a su oponente. Y así sucesivamente, ira alternando el saque a uno y otro hasta que se complete un set.

## **5. PROPUESTA DE APLICACIÓN EN EL AREA DE EDUCACION FISICA**


Algunas de las actividades de enseñanza-aprendizaje que se pueden llevar acabo pueden ser:

- Actividades donde los alumnos se familiaricen y se integren con el móvil (pelota).
- Actividades que fomenten la familiarización e integración de la raqueta y el conjunto raqueta-pelota.
- Realización de tareas que ayuden al alumnado a reconocer el espacio de juego donde se va a desarrollar la práctica, abordando este contenido a través de juegos que le ayuden a integrar los límites estructurales del espacio y las posibilidades de juego que ofrecen los mismos.
- Actividades que familiaricen a los niños/as con los diferentes tipos de golpes que nos encontramos en el tenis
- Actividades que trabaje la destreza del intercambio de pelota con un compañero (pases uno enfrente de otro, etc...).
- Llevar a la práctica tareas en las que se trabajemos las habilidades básicas, genéricas, y específicas.
- Tareas en las cuales se trabaje el golpeo del saque (brazo extendido) para mandar la pelota aun sitio determinado.

- Actividades donde se practiquen los diferentes golpes del tenis en situaciones reales de juego y cambiantes.
- Actividades que ayuden al alumno a mantener las posturas adecuadas que conllevan los diferentes golpes (drive, revés).

## 6. PROPUESTA TEORICO-PRACTICA DE LA APLICACIÓN DEL TENIS PARA 1º CICLO

Los alumnos rellenaran la siguiente ficha.

<b>Ficha de trabajo:</b> <b>- APRENDEMOS ALGO SOBRE EL TENIS</b>	 <b>Ficha N°---</b>
---	--

### DATOS INICIALES

Nombre y apellidos Alumno/a:		
Curso:	Grupo:	Fecha de entrega:

### ASPECTOS CONCEPTUALES

Busca información sobre las diferentes cuestiones que se plantean a continuación.

Busca, recorta y pega el anagrama de este deporte

### NOMBRE DEL DEPORTE

Español	<input style="width: 100%;" type="text"/>
Inglés	<input style="width: 100%;" type="text"/>
Francés	<input style="width: 100%;" type="text"/>
Alemán	<input style="width: 100%;" type="text"/>
Chino	<input style="width: 100%;" type="text"/>
Árabe	<input style="width: 100%;" type="text"/>
Griego	<input style="width: 100%;" type="text"/>

Origen/ Lugar / año \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Inventor: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Breve Historia \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Cita 3 jugadores nacionales: \_\_\_\_\_

Cita 3 jugadores internacionales \_\_\_\_\_

**MATERIALES DE JUEGO Y MEDIDAS**

(Balón, pelota, raqueta...)

---

---

---

---

---

---

---

**REGLAS BASICAS**

Cita las reglas más importantes

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**TERRENO DE JUEGO/ PISTA** (Pinta las líneas de este deporte y sus medidas)

**CARACTERISTICAS DEL JUEGO**

Tiempos/ juego/ set \_\_\_\_\_

---

---

nº de jugadores/ cambios: \_\_\_\_\_

---

---

Obtención de puntos/ goles/ tanteo: \_\_\_\_\_

---

---

Árbitros/ auxiliares/ mesa: \_\_\_\_\_

---

---

**7. PROPUESTA TEORICO-PRACTICA DE LA APLICACIÓN DEL TENIS PARA 2º CICLO**

Nombre y apellidos Alumno/a:		
Curso:	Grupo:	Fecha de entrega:

### **ASPECTOS CONCEPTUALES**

Da respuesta a las preguntas que aparecen a continuación: Cada pregunta vale 1 punto.

1. Explica muy brevemente en qué consiste el deporte del tenis.
2. Dibuja una pista de tenis y nombra cada una de las líneas que dibujes. Anota que zona se utiliza en individuales y en dobles.
3. Nombra qué materiales se pueden utilizar para jugar al tenis.
4. Explica y dibuja las formas que hay para agarrar bien la raqueta. ¿Qué pasa si el agarre no lo ejecutamos correctamente?
5. Nombra tres cualidades físicas básicas que un buen jugador de tenis debe tener.
6. Explica y representa gráficamente el golpeo de drive
7. Explica y representa gráficamente el golpeo de revés.
8. Explica brevemente el sistema de puntuación del tenis
9. Explica y representa gráficamente el golpeo de volea.
10. Habla sobre la posición que se debe adoptar en una situación defensiva en la pista.

### **8. PROPUESTA DE EVALUACION**

Durante el desarrollo de la UD, el alumno tendrá que llevar a cabo una rutina de trabajo, que se habrá explicado con antelación por parte del profesor. Los alumnos, a través de este ritmo de trabajo, tendrán que ser capaces de conseguir diez objetivos que se habrán planificado anteriormente. Estos objetivos serán progresivos, es decir, irán de menor a mayor dificultad.

Estos objetivos subyacen en tareas y actividades que los alumnos tendrán que realizar y superar, los cuales compondrán la rutina de trabajo que hemos mencionado.

Es primordial que en el proceso de aprendizaje que llevemos en nuestras clases intentemos conseguir un aprendizaje significativo. No sirve de nada enseñarle a los alumnos conceptos sueltos, o realizar tareas que no concuerden. Para ello, es conveniente repetir al principio de cada sesión (unos 15 mts, cada vez hará falta menos tiempo) las actividades que se hayan trabajado en la sesión anterior. Esto servirá para dar sentido al aprendizaje del alumno, para que tome conciencia de lo que se está haciendo, y que los alumnos tengan la sensación de que están aprendiendo algo.

En la última clase de la UD, se realizara una prueba de evaluación. Se le entregara a los alumnos unas fichas personales de evaluación, que rellenarán y entregarán al finalizar la clase. En estas fichas, aparecen diez objetivos que son los que los alumnos deberán pasar de manera progresiva. En esta clase, serán los mismos alumnos los que realizaran esta evaluación. Unos actuaran de observadores y otros de ejecutores. Los observadores tomara nota de si los objetivos que aparecen en la ficha son conseguidos por su compañero o no. Esta propuesta se puede realizar por parejas, o incluso para que sea más eficaz, en grupos de cuatro.

Es una propuesta muy interesante, ya que se dota al alumnado de cierta autonomía a la hora de trabajar, y nos permite al profesor estar más pendientes de aquellos alumnos con mas problemas para alcanzar dichos objetivos.

Además, el papel de los observadores es sumamente interesante, ya que tiene que estar observando si su compañero lo hace bien o mal, en qué falla, que debería de cambiar, etc... (feedback).

Por supuesto, el profesor debe estar supervisando en todo momento el trabajo del alumnado, y analizando y corrigiendo aquellos pequeños fallos que se les puedan pasar a los observadores.

## **FICHA DE EVALUACIÓN**



<b>TENIS : OBJETIVOS MÍNIMOS PARA 2º CICLO</b>	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>
1. Buena situación para el golpeo de drive				
2. Correcta rotación de tronco en el golpeo de drive				
3. Evita levantar los pies en la ejecución del drive				
4. Realiza el gesto completo correctamente (termina con la raqueta pegada al hombro)				
5. Colocación correcta para el golpeo de revés				
6. Correcta rotación de tronco para el golpeo de revés				
7. Finaliza el gesto del revés con la raqueta en el hombro				
8. Mantiene un intercambio de pases con un compañero, sin perder el control del móvil				
9. Realiza bien una volea (drive o revés)				
10. Realiza bien una acción defensiva				
<b>CALIFICACIÓN</b>				

## 9. CONCLUSIÓN

Como hemos podido observar, el tenis es un deporte, que aunque parezca complicado a priori, podemos utilizarlo perfectamente en nuestras clases de Educación Física. No nos hacen falta demasiadas cosas, ni materiales e instalaciones sofisticadas, ya que tenemos que tener en cuenta que se trata puramente de una iniciación en el deporte. Es una manera diferente y poco usual de trabajar diferentes habilidades y destrezas en nuestros alumnos, la cual será amena para ellos.

## 10 . REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Blázquez, D (1995) “La iniciación deportiva en la edad escolar” INDE. Barcelona.

- Hernández, J (1994) **“Fundamentos del deporte. Análisis de las estructuras del juego deportivo”** ED. INDE. Barcelona
- Sanz, D y Fuentes J.P( 2004). **“El tenis en la escuela”** ED. PAIDOTRIBO. Barcelona.