

## DATOS BÁSICOS DE LA GUÍA DOCENTE:

<b>Materia:</b>	DEPORTE INDIVIDUALES CON IMPLEMENTO		
<b>Identificador:</b>	30641		
<b>Titulación:</b>	GRADUADO EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE. 2012 (14/05/13)		
<b>Módulo:</b>	FUNDAMENTOS DE LOS DEPORTES		
<b>Tipo:</b>	OBLIGATORIA		
<b>Curso:</b>	1	<b>Periodo lectivo:</b>	Primer Cuatrimestre
<b>Créditos:</b>	6	<b>Horas totales:</b>	150
<b>Actividades Presenciales:</b>	26	<b>Trabajo Autónomo:</b>	124
<b>Idioma Principal:</b>	Castellano	<b>Idioma Secundario:</b>	Inglés
<b>Profesor:</b>	PARDOS MAINER, ELENA (T)	<b>Correo electrónico:</b>	epardos@usj.es

## PRESENTACIÓN:

Dentro del Plan de Estudios del Grado se encuentra el Módulo 5 de Fundamentos de los Deportes, formado por 6 materias de carácter obligatorio. Una de ellas, y la que a continuación se presenta es "Deportes Individuales con Implemento". El enfoque de la asignatura es eminentemente práctico y tratará principalmente el proceso de enseñanza-aprendizaje en la iniciación a los deportes tenis, pádel y, en menor medida, bádminton. De esta forma, el estudiante del Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte adquirirá las competencias necesarias para la docencia en la iniciación a algunos de los deportes con mayor implantación y demanda laboral en diferentes núcleos y edades de población.

En esta asignatura se pretende que el alumno adquiera conocimientos teóricos y prácticos sobre el tenis, el pádel y el bádminton. Respecto a las modalidades y técnicas en estas disciplinas, el alumno será capaz de describirlas y ejecutarlas, identificando además los errores más comunes, sobre todo en fases de iniciación. El alumno obtendrá conocimientos sobre aspectos técnicos y tácticos, planificación, desarrollo y evaluación de programas específicos de tenis y pádel, utilizando las actividades, procesos de enseñanza-aprendizaje y metodología más idóneas en los diferentes casos que se pudiesen presentar.

La docencia en el ámbito deportivo es una de las fuentes de empleabilidad más extendida dentro de las profesiones relacionadas con la actividad física y el deporte; en concreto, las modalidades de tenis, pádel y bádminton representan una porción muy importante de este subsector profesional debido al arraigo de estos deportes en nuestro país y la elevada demanda de este tipo de profesionales.

## COMPETENCIAS PROFESIONALES A DESARROLLAR EN LA MATERIA:

<b>Competencias Generales de la titulación</b>	G01	Capacidad para el análisis y la síntesis
	G02	Capacidad de organización y planificación
	G04	Capacidad para la comunicación oral y escrita en lengua inglesa
	G05	Capacidad para aplicar conocimientos informáticos a las Ciencias de la actividad física y el deporte
	G09	Capacidad para trabajar en contextos internacionales
	G14	Capacidad de aprendizaje autónomo y de mantener una actitud de aprendizaje a lo largo de la vida
	G15	Capacidad de adaptación a las nuevas situaciones
	G17	Capacidad de creatividad y motivación por la calidad
<b>Competencias Específicas de la titulación</b>	E01	Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza y aprendizaje, relativos a la actividad física y del deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas.
	E02	Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y el deporte
	E03	Capacidad para planificar, desarrollar y controlar el proceso de entrenamiento en sus distintos niveles
	E04	Capacidad para aplicar los principios fisiológicos y biomecánicos, comportamentales y sociales, a los diferentes campos de la actividad física y el deporte
<b>Resultados de</b>	R01	Comprender la dinámica general de estos dos deportes

<b>Aprendizaje</b>	R02	Analizar diferentes aspecto técnico-tácticos de estos dos deportes
	R03	Conocer y transmitir conceptos de iniciación deportiva para estos dos deportes
	R04	Diseñar programas de trabajo de iniciación deportiva para de diferentes edades y etapas evolutivas
	R05	Resolver situación conflicto ante problemas de aprendizaje deportivo
	R06	Planificar y organizar actividades y eventos relacionados con estos dos deportes
	R07	Proponer y aplicar un amplio repertorio de ejercicios de entrenamiento técnico

### REQUISITOS PREVIOS:

Dadas las características de la asignatura, así como sus exigencias a nivel físico y coordinativo, es necesario que los alumnos/ as posean un nivel mínimo suficiente, tanto a nivel condicional como coordinativo. Se recomienda que los alumnos/ as tengan una condición física que les permita desarrollar, sin problemas, una sesión de 1 hora aproximada de duración, ejecutada a una intensidad alta, en el marco del resto de asignaturas diarias de la titulación.

Para el adecuado desarrollo de las sesiones prácticas, es necesario que el alumno/ a participe con la vestimenta deportiva y calzado adecuados, de acuerdo a cada especialidad deportiva y al reglamento propio de la misma, preferiblemente específico para tenis-pádel.

Aquellos alumnos/ as que padezcan, hayan padecido o tengan en estudio algún tipo de afección que limite, afecte, pueda limitar o pueda afectar a su capacidad física (lesiones, problemas cardiacos o respiratorios, etc.) están obligados a comunicarlo a los profesores/ as antes del inicio de la primera clase práctica a la que acudan. Si ello aconteciera de manera sobrevenida, deberán hacerlo de manera inmediata en la siguiente sesión práctica.

Los alumnos/ as que sólo puedan participar de manera parcial en las prácticas por causas justificadas deberán comunicarlo al profesor/ a al inicio del curso/ sesión, a fin de intentar adaptar su participación a su estado, limitaciones y posibilidades para salvaguardar su salud. Podrá exigirse justificación documental de dicha limitación.

Es imprescindible tener fácil acceso a internet para poder descargarse y consultar la documentación necesaria del campus virtual (Plataforma Docente Universitaria PDU), realizar actividades formativas, revisar el correo electrónico y mantener un contacto directo y regular con la asignatura.

### PROGRAMACIÓN DE LA MATERIA:

Observaciones:

Las sesiones de seguimiento tutelado tendrán una frecuencia bisemanal y una duración de 2,6h. Dichas sesiones se impartirán los martes a las 13h vía telemática.

### Contenidos de la materia:

<b>1 - INICIACIÓN A LOS DEPORTES DE OPOSICIÓN EN CANCHA DIVIDIDA CON IMPLEMENTO</b>
1.1 - Aprendizajes fundamentales
1.2 - Situaciones de aprendizaje
<b>2 - TENIS</b>
2.1 - Introducción al tenis
2.2 - Reglamento de juego
2.3 - Fundamentos tácticos
2.3.1 - La acción táctica
2.3.2 - Objetivos y contenidos de la táctica
2.3.3 - Progresiones tácticas
2.3.4 - Táctica según modalidades
2.4 - Fundamentos técnicos
2.4.1 - Empuñaduras
2.4.2 - Fases de los golpes
2.4.3 - Juego de pies
2.5 - Metodología

2.5.1 - Pre-tenis, adultos y entrenamiento de competición
2.6 - Otros aspectos relevantes del tenis
<b>3 - BÁDMINTON</b>
3.1 - Introducción al bádminton
3.2 - Reglamento de juego
3.3 - Fundamentos técnicos y tácticos
<b>4 - PÁDEL</b>
4.1 - Introducción al pádel
4.2 - Reglamento de juego
4.3 - Fundamentos tácticos, técnicos y metodología
4.3.1 - Explicación táctica
4.3.2 - Análisis técnico
4.3.3 - Metodología de los golpes de pádel
4.3.4 - Desplazamientos (Juego de pies)
4.4 - Otros aspectos relevantes del pádel

La planificación de la asignatura podrá verse modificada por motivos imprevistos (rendimiento del grupo, disponibilidad de recursos, modificaciones en el calendario académico, etc.) y por tanto no deberá considerarse como definitiva y cerrada.

## METODOLOGÍAS Y ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE:

### Metodologías de enseñanza-aprendizaje a desarrollar:

Para lograr exitosamente las competencias establecidas para el Grado de Ciencias de la Actividad física y el Deporte, se aplicarán las teorías constructivistas, recurriendo y partiendo de las experiencias y los conocimientos del alumnado, con una metodología activa, interactiva, tanto en el aula como en las demás áreas de trabajo, promoviendo una reflexión crítica de los contenidos. Para ello, las sesiones se estructurarán en:

### 1.- SESIONES TEÓRICAS

1.1.- Lección Magistral : Forma de ofrecer directamente los contenidos teóricos de la materia, apoyándose en las TIC (p.e videoconferencia, así como en la medida de lo posible, promoviendo una interacción profesor/ a-alumno/ a y alumno/ a-alumno/ a que sea enriquecedora para el grupo.

1.2.- Exposición : Información emitida por parte de los alumnos/ as, individual o grupalmente, de los contenidos trabajados autónomamente.

1.3.- Prime time task: Actividad previa al inicio de la sesión o actividad principal que ayude al alumno/ a a recordar conceptos clave de la sesión anterior o lo prepare mentalmente para la adquisición de nuevos aprendizajes.

1.4.- Proyección de películas, vídeos y/ o documentales: Utilización de material audiovisual susceptible de estimular los procesos de enseñanza y aprendizaje.

1.5.- Realización de Proyectos: Método de enseñanza-aprendizaje en el que los estudiantes llevan a cabo la realización de un proyecto en un tiempo determinado para resolver un problema o abordar una tarea mediante la planificación, diseño y realización de una serie de actividades y todo ello a partir del desarrollo y planificación de aprendizajes adquiridos así como del uso efectivo de recursos.

1.6.- Exposiciones de trabajos de alumnos/ as: Presentación oral con soporte audiovisual de las producciones de los alumnos/ as.

### 2.- SESIONES PRÁCTICAS

La metodología durante las sesiones prácticas tendrá una finalidad de trabajo en equipo, fortaleciendo unos valores de cooperación y respeto (entre otros). Se aplicarán estilos de enseñanza diversos, dependiendo de los objetivos docentes así como la naturaleza de la tarea.

2.1.- Práctica: Estas actividades podrán ser llevadas a cabo de manera individual o grupal, en las que se aplicarán de forma práctica la información adquirida en las sesiones teóricas. Dichas prácticas podrán ser dirigidas tanto por los alumnos/ as como por el profesor.

2.2.- Taller: Se integran teoría y práctica. El objetivo es explorar y estudiar un tema especializado en profundidad.

2.3.- Pequeños grupos: Esta metodología permite la integración de varias de las metodologías expuestas previamente. El rol del profesor consistirá en guiar al alumno/ a en su aprendizaje.

### **3.- TRABAJO AUTÓNOMO DEL ALUMNADO**

De acuerdo con la normativa del Proceso Bolonia, el trabajo autónomo por parte del alumnado adquiere un porcentaje elevado en el número de horas totales de las asignaturas. En el caso de la asignatura de Actividades Dirigidas Wellness, el alumnado deberá implicarse activamente en la elaboración de trabajos, búsquedas bibliográficas, ensayos coreográficos o análisis de artículos entre otros.

3.1.- Estudio individual: Estudio personal (preparar exámenes, trabajos en biblioteca, lecturas complementarias, etc.).

3.2.- Preparación trabajo individuales: Preparación individual de seminarios, lecturas, investigaciones, trabajos, memorias, análisis de datos, ensayos, coreografías, etc. para exponer o entregar (forma presencial o virtual).

3.3.- Preparación trabajos equipo: Preparación grupal de seminarios, lecturas, investigaciones, trabajos, memorias, análisis de datos, ensayos, coreografías, etc. para exponer o entregar (forma presencial o virtual).

3.4.- Tareas de investigación y búsqueda de información.

3.5.- Lecturas obligatorias.

3.6.- Lectura libre.

### **4.- SESIONES DE TUTORÍA**

Durante estas sesiones, el estudiante podrá plantear, a los profesores, tanto de forma presencial como a través de la plataforma virtual, todas aquellas dudas, que no han podido ser solucionadas durante las clases presenciales y aspectos necesarios para aprobar la asignatura. Asimismo, durante este tiempo el alumno/ a podrá solicitar bibliografía de ampliación específica de algún tema concreto y/ o cualquier otro tipo de información relacionada con la materia.

Por otra parte, durante estas sesiones se realizará un seguimiento de los grupos (tanto de forma presencial, como a través de la otra plataforma) supervisando y orientando más directamente el proceso a seguir en cada una de las actividades realizadas.

### **5.- SEGUIMIENTO TUTELADO**

La modalidad de seguimiento tutelado consiste en la impartición de los contenidos teórico-prácticos de manera telemática debido a que la presente asignatura se encuentra en extinción por la implantación de un nuevo Plan de Estudios en el Grado de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Por este motivo, la presencialidad queda reducida a un tercio de las horas.

#### **NOTAS:**

- Los medios informáticos o electrónicos durante las clases se utilizarán únicamente a indicaciones del profesor/ a, y exclusivamente con fines docentes.
- Nadie podrá entrar en el aula una vez que el profesor/ a haya comenzado la clase. Se prohíbe abandonar la misma sin la autorización del profesor/ a antes del término de la clase, así como comer, beber y fumar en su interior,

incluso antes, en el descanso entre clases y al término de la misma.

- Cada alumno/ a situará en su perfil en la PDU una fotografía, acorde a su finalidad académica que permita identificarlo.
- Los e-mails que se envíen al profesor/ a deberán permitir la identificación de su origen (renombrando el remitente con nombre y dos apellidos, curso y grupo), e indicarán en el asunto el motivo de la consulta.
- Se responderán únicamente los emails o mensajes que contengan preguntas concretas acerca de la asignatura.
- No se atenderán e-mails las 72 horas anteriores al examen, ni 72 horas tras la revisión de examen teórico.

#### Volumen de trabajo del alumno:

Modalidad organizativa	Métodos de enseñanza	Horas estimadas
<b>Actividades Presenciales</b>	Clase magistral	14
	Otras actividades teóricas	3
	Casos prácticos	4
	Debates	1
	Proyección de películas, documentales etc.	1
	Talleres	1
	Actividades de evaluación	2
<b>Trabajo Autónomo</b>	Asistencia a tutorías	41
	Estudio individual	28
	Preparación de trabajos individuales	20
	Preparación de trabajos en equipo	14
	Tareas de investigación y búsqueda de información	6
	Lecturas obligatorias	2
	Lectura libre	6
	Otras actividades de trabajo autónomo	7
<b>Horas totales:</b>		<b>150</b>

#### SISTEMA DE EVALUACIÓN:

##### Obtención de la nota final:

Pruebas escritas:	25 %
Trabajos individuales:	20 %
Trabajos en equipo:	15 %
Prueba final:	40 %
<b>TOTAL</b>	<b>100 %</b>

\*Las observaciones específicas sobre el sistema de evaluación serán comunicadas por escrito a los alumnos al inicio de la materia.

#### BIBLIOGRAFÍA Y DOCUMENTACIÓN:

##### Bibliografía básica:

HERNÁNDEZ, José. La iniciación de los deportes desde su estructura y dinámica. Barcelona: Inde, 2000.
CRESPO, Miguel. Trabajando con jóvenes tenistas. Federación Internacional de Tenis, 2002.
SANZ, David. El tenis en la escuela. Barcelona: Paidotribo, 2004.
SANZ, David. El tenis en silla de ruedas, de la iniciación a la competición. Barcelona: Paidotribo, 2003.
GONZÁLEZ, Carlos. Escuela de Pádel: Del aprendizaje a la competición amateur. Madrid: Tutor, 2006.
GONZÁLEZ, Carlos. Escuela de Pádel. Madrid: Tutor, 2005.
COHEN, Rubén. Tenis: Aprender y Progresar. Barcelona: Paidotribo, 2014.
CASTAÑO, Javier. Iniciación al pádel. Cuaderno didáctico. Sevilla: Wanceulen, 2010.
GASÓ, Víctor. La tribu del Tenis : 555 casos y decisiones para comprender mejor el tenis, Sevilla: Punto rojos libros, 2016
AGASSI, Andre. Open : memorias; traducción de Juanjo Estrella González. Barcelona: Duomo, 2017

COUREL-IBÁÑEZ, Javier; SÁNCHEZ-ACARAZ MARTÍNEZ, Bernardino; CAÑAS, Jerónimo. Nuevos avances en investigación en Pádel. Sevilla: Wanceulen, 2017

### Bibliografía recomendada:

VÁZQUEZ, Benilde. Bases educativas de la actividad física y el deporte. Madrid: Síntesis, 2001.
VICIANA, Jesús. Planificar en Educación Física. Barcelona: Inde, 2002.
FUENTES, Juan Pedro. Enseñanza y entrenamiento del tenis: fundamentos didácticos y científicos. Badajoz: Universidad de Extremadura, 2003.
FUENTES, Juan Pedro. La formación didáctica del profesor de tenis. Badajoz: Universidad de Extremadura, 2003.
GONZÁLEZ, Carlos. Conocer el deporte. Pádel. Madrid: Tutor, 2003.
MONCAUT, Adrián. Fundamentos técnicos de pádel. Madrid: Gymnos, 2003.
MARÍN, Carolina. Gana el partido de tú vida. Barcelona: Planeta, 2016.
MOYANO, Juanjo. 1001 games and exercises of padel. Sevilla: Wanceulen Editorial Deportiva, 2016
CHOI, Collin. Badminton Fever: Advantages of Playing Badminton and How to Play Badminton. Independently Published, 2018
SÁNCHEZ, David. Sentir el tenis. Editorial Libros.com, 2018

### Páginas web recomendadas:

Federación española de tenis	<a href="http://www.rfet.es/">http://www.rfet.es/</a>
Información general de tenis	<a href="http://www.tenis.net/">http://www.tenis.net/</a>
Información general de tenis	<a href="http://www.lawebdeltenis.net/">http://www.lawebdeltenis.net/</a>
Federación internacional de tenis	<a href="http://www.itftennis.com">http://www.itftennis.com</a>
Información general de tenis	<a href="http://www.eltenis.com/">http://www.eltenis.com/</a>
Federación española de pádel	<a href="http://www.padelfederacion.es/">http://www.padelfederacion.es/</a>
Federación internacional de pádel	<a href="http://www.padelfip.org/">http://www.padelfip.org/</a>
Información sobre el mundo del pádel	<a href="http://www.sobrepadel.com/">http://www.sobrepadel.com/</a>
Federación española de bádminton	<a href="http://www.badminton.es/">http://www.badminton.es/</a>
Federación aragonesa de bádminton	<a href="http://www.badmintonaragon.es/">http://www.badmintonaragon.es/</a>