

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO



FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

DIRECCIÓN DE POSGRADO

MAESTRÍA EN CULTURA FÍSICA Y ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

**TEMA: “LA METODOLOGÍA DE ENSEÑANZA EN LA PRÁCTICA
DEL TENIS DE CAMPO EN LOS ESTUDIANTES DEL CENTRO DE
EDUCACIÓN FÍSICA DE LA ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE
CHIMBORAZO”**

Trabajo de Titulación

**Previo a la Obtención del Grado Académico de Magíster en Cultura Física y
Entrenamiento Deportivo**

Autor: Licenciado Hugo Santiago Trujillo Chávez

Directora: Licenciada María Gabriela Romero Rodríguez Magíster.

Ambato – Ecuador

2015

Al Consejo de Posgrado de la Universidad Técnica de Ambato.

El Tribunal de Defensa del trabajo de titulación presidido por Doctor. Segundo Víctor Hernández del Salto Magíster, Presidente del Tribunal, e integrado por los señores Licenciado Julio Alfonso Mocha Bonilla Magíster, Licenciado Jean Carlos Indacochea Mendoza Magíster, Doctor Marcelo Sailema Torres Magíster, Miembros del Tribunal de Defensa, designados por el Consejo Académico de Posgrado de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato, para receptor la defensa oral del trabajo de titulación con el tema: **“LA METODOLOGÍA DE ENSEÑANZA EN LA PRÁCTICA DEL TENIS DE CAMPO EN LOS ESTUDIANTES DEL CENTRO DE EDUCACIÓN FÍSICA DE LA ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO”**, elaborado y presentado por el señor Licenciado Hugo Santiago Trujillo Chávez, para optar por el Grado Académico de Magíster en Cultura Física y Entrenamiento Deportivo.

Una vez escuchada la defensa oral el Tribunal aprueba y remite el trabajo de titulación para uso y custodia en las bibliotecas de la UTA.

.....
Dr. Segundo Víctor Hernández del Salto, Mg.
Presidente del Tribunal de Defensa

.....
Lcdo. Julio Alfonso Mocha Bonilla, Mg.
Miembro del Tribunal

.....
Lcdo. Jean Carlos Indacochea Mendoza, Mg.
Miembro del Tribunal

.....
Dr. Marcelo Sailema Torres, Mg.
Miembro del Tribunal

AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN

La responsabilidad de las opiniones, comentarios y críticas emitidas en el trabajo de titulación con el tema: **“LA METODOLOGÍA DE ENSEÑANZA EN LA PRÁCTICA DEL TENIS DE CAMPO EN LOS ESTUDIANTES DEL CENTRO DE EDUCACIÓN FÍSICA DE LA ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO”**, le corresponde exclusivamente a: **Licenciado Hugo Santiago Trujillo Chávez**, Autor bajo la Dirección de la **Licenciada María Gabriela Romero Rodríguez Magíster**, Directora del trabajo de titulación; y el patrimonio intelectual a la Universidad Técnica de Ambato.

.....
Lcdo. Hugo Santiago Trujillo Chávez
AUTOR

.....
Lcda. María Gabriela Romero Rodríguez, Mg.
DIRECTORA

DERECHOS DE AUTOR

Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga uso de este trabajo de titulación como un documento para su lectura, consulta y procesos de investigación.

Cedo los Derechos de mi trabajo de titulación, con fines de difusión pública, además autoriza su reproducción dentro de las regulaciones de la Universidad.

.....
Lcdo. Hugo Santiago Trujillo Chávez
C.C. 060299147-3

DEDICATORIA

A Dios por darme la vida y muchas alegrías durante mi niñez y juventud y por entregarme la fortaleza necesaria para sobresalir ante la adversidad.

A mi esposa Moni quién es el amor de mi vida y me apoyado en todo lo que realizó; a mis hijos, mi Felipito y mi Sofí que son mi inspiración para hacer las cosas con mucho amor y la razón fundamental les amo con todo mi corazón.

A mis padres quienes me han brindado su apoyo durante toda mi vida y quienes son los principales responsables de mi formación, son mi ejemplo, les amo mami Alegría y papi Hugo.

Santiago

AGRADECIMIENTO

Al personal académico de la Universidad Técnica de Ambato por compartir sus conocimientos que me han permitido crecer profesionalmente y mejorar en las actividades que realizó en mi trabajo, al sector administrativo que han sido un pilar importante en el desarrollo de la maestría y a todos mis compañeros de curso a quienes se les extraña mucho, les deseo éxitos en su vida.

Santiago

ÍNDICE GENERAL

PRELIMINARES

| | |
|---|------|
| Portada..... | i |
| Al Consejo de Posgrado de la Universidad Técnica de Ambato..... | ii |
| Autoría de la Investigación..... | iii |
| Derechos de Autor..... | iv |
| Dedicatoria..... | v |
| Agradecimiento..... | vi |
| Índice General..... | vii |
| Índice de Tablas..... | xi |
| Índice de Gráficos..... | xiii |
| Índice de Ilustraciones..... | xv |
| Resumen Ejecutivo..... | xvi |
| Executive Summary..... | xvii |
| Introducción..... | 1 |

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

| | |
|-------------------------------------|---|
| 1.1 Tema..... | 3 |
| 1.2 Planteamiento del Problema..... | 3 |
| 1.2.1 Contextualización..... | 3 |
| 1.2.2 Análisis Crítico..... | 5 |
| 1.2.3 Prognosis..... | 7 |
| 1.2.4 Formulación del Problema..... | 7 |
| 1.2.5 Preguntas directrices..... | 7 |

| | |
|----------------------------------|----|
| 1.2.6 Delimitación..... | 8 |
| 1.2.6.1 De contenidos..... | 8 |
| 1.2.6.2 Espacial..... | 8 |
| 1.2.6.3 Temporal..... | 8 |
| 1.3 Justificación..... | 8 |
| 1.4 Objetivos..... | 10 |
| 1.4.1 Objetivo General..... | 10 |
| 1.4.2 Objetivos Específicos..... | 10 |

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

| | |
|--|----|
| 2.1. Antecedentes Investigativos..... | 11 |
| 2.2. Fundamentación Filosófica..... | 16 |
| 2.3. Fundamentación Legal..... | 18 |
| 2.4. Categorías Fundamentales..... | 21 |
| 2.4.1. Constelación de Ideas: Variable Independiente..... | 22 |
| 2.4.2. Constelación de Ideas: Variable Dependiente..... | 23 |
| 2.4.3. Variable Independiente: Metodología de Enseñanza..... | 24 |
| 2.4.3.1. Modelos Pedagógicos..... | 24 |
| 2.4.3.2. Currículo..... | 25 |
| 2.4.3.3. Didáctica..... | 28 |
| 2.4.3.4. Metodología de enseñanza..... | 32 |
| 2.4.4. Variable Dependiente: La Práctica del Tenis de Campo..... | 41 |
| 2.4.4.1. Educación..... | 41 |
| 2.4.4.2. Educación Física..... | 42 |

| | |
|---|----|
| 2.4.4.3. Deporte..... | 45 |
| 2.4.4.4. Práctica del Tenis de Campo..... | 51 |
| 2.5. Hipótesis..... | 69 |
| 2.6. Señalamiento de Variables..... | 69 |

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

| | |
|--|----|
| 3.1. Enfoque..... | 70 |
| 3.2. Modalidad básica de investigación..... | 70 |
| 3.3. Nivel o tipo de investigación..... | 71 |
| 3.4. Población o muestra..... | 72 |
| 3.5. Operacionalización de las variables..... | 73 |
| 3.6. Plan de Recolección de la Información..... | 75 |
| 3.7. Procesamiento y análisis de la información..... | 76 |

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS

| | |
|--|-----|
| 4.1. Análisis de los Resultados..... | 78 |
| 4.2. Verificación de la Hipótesis..... | 100 |

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

| | |
|---------------------------|-----|
| 5.1. Conclusiones..... | 104 |
| 5.2. Recomendaciones..... | 105 |

CAPÍTULO VI

PROPUESTA

| | |
|---|-----|
| 6.1. Datos informativos..... | 106 |
| 6.2. Antecedentes de la propuesta..... | 107 |
| 6.3. Justificación..... | 107 |
| 6.4. Objetivos de la Propuesta..... | 108 |
| 6.4.1. Objetivo General..... | 108 |
| 6.4.2. Objetivos Específicos..... | 108 |
| 6.5. Análisis de Factibilidad..... | 109 |
| 6.6. Fundamentación Científica - Técnica..... | 110 |
| 6.7. Modelo Operativo..... | 179 |
| 6.8. Administración de la Propuesta..... | 180 |
| 6.9. Previsión de la Evaluación..... | 180 |

MATERIALES DE REFERENCIA

| | |
|-------------------|-----|
| BIBLIOGRAFÍA..... | 182 |
| LINKOGRAFÍA..... | 183 |
| ANEXOS..... | 185 |

ÍNDICE DE TABLAS

| | |
|---|----|
| Tabla N° 1: Muestra..... | 72 |
| Tabla N° 2: Operacionalización de la Variables Independiente..... | 73 |
| Tabla N° 3: Operacionalización de la Variables Dependiente..... | 74 |
| Tabla N° 4: Plan de la Recolección de la Información..... | 75 |
| Tabla N° 5: Pregunta 1- Impacto del tenis..... | 78 |
| Tabla N° 6: Pregunta 2- El tenis aprendizaje..... | 79 |
| Tabla N° 7: Pregunta 3- Objetivo de la clase..... | 80 |
| Tabla N° 8: Pregunta 4- Formatos y sistemas de puntuación..... | 81 |
| Tabla N° 9: Pregunta 5- Motivación del docente..... | 82 |
| Tabla N° 10: Pregunta 6- Contenidos de las clases..... | 83 |
| Tabla N° 11: Pregunta 7- Material utilizado..... | 84 |
| Tabla N° 12: Pregunta 8- Golpes básicos..... | 85 |
| Tabla N° 13: Pregunta 9- Modalidades de juego..... | 86 |
| Tabla N° 14: Pregunta 10- Situaciones de juego..... | 87 |
| Tabla N° 15: Pregunta 11- Táctica del tenis..... | 88 |
| Tabla N° 16: Pregunta 1- Metodología de enseñanza..... | 89 |
| Tabla N° 17: Pregunta 2- Aprendizaje del tenis..... | 90 |
| Tabla N° 18: Pregunta 3- Estructura de una clase..... | 91 |
| Tabla N° 19: Pregunta 4- Formatos y sistemas de puntuación..... | 92 |
| Tabla N° 20: Pregunta 5- La motivación..... | 93 |
| Tabla N° 21: Pregunta 6- Contenidos de una clase..... | 94 |

| | |
|--|-----|
| Tabla N° 22: Pregunta 7- Material didáctico..... | 95 |
| Tabla N° 23: Pregunta 8- Golpes básicos..... | 96 |
| Tabla N° 24: Pregunta 9- Modalidades de juego..... | 97 |
| Tabla N° 25: Pregunta 10- Situaciones de juego..... | 98 |
| Tabla N° 26: Pregunta 11- La táctica del tenis..... | 99 |
| Tabla N° 27: Recolección de datos y Cálculo Estadístico..... | 101 |
| Tabla N° 28: Frecuencias Observadas..... | 102 |
| Tabla N° 29: Frecuencias Esperadas..... | 102 |
| Tabla N° 30: Cálculo del Chi cuadrado..... | 102 |
| Tabla N° 31: Factibilidad Financiera..... | 109 |
| Tabla N° 32: Pelotas Tennis Xpress..... | 111 |
| Tabla N° 33: Canchas Tennis Xpress..... | 112 |
| Tabla N° 34: Sistemas de Puntuación..... | 115 |
| Tabla N° 35: Ficha de observación del nivel de juego..... | 123 |
| Tabla N° 36: Objetivos de las sesiones de entrenamiento Tennis Xpress..... | 125 |
| Tabla N° 37: Simbología de las sesiones de entrenamiento..... | 127 |
| Tabla N° 38: Grupos de enseñanza..... | 128 |
| Tabla N° 39: Modelo Operativo..... | 179 |
| Tabla N° 40: Administración de la propuesta..... | 180 |
| Tabla N° 41: Previsión de la evaluación..... | 181 |

ÍNDICE DE GRÁFICOS

| | |
|---|----|
| Gráfico N° 1: Árbol de Problemas..... | 5 |
| Gráfico N° 2: Categorías Fundamentales..... | 21 |
| Gráfico N° 3: Constelación Variable Independiente..... | 22 |
| Gráfico N° 4: Constelación Variable Dependiente..... | 23 |
| Gráfico N° 5: Pregunta 1- Impacto hacia el tenis..... | 78 |
| Gráfico N° 6: Pregunta 2- Aprendizaje del tenis..... | 79 |
| Gráfico N° 7: Pregunta 3- Objetivo de la clase..... | 80 |
| Gráfico N° 8: Pregunta 4- Formatos y sistemas de puntuación..... | 81 |
| Gráfico N° 9: Pregunta 5- Motivación..... | 82 |
| Gráfico N° 10: Pregunta 6- Contenidos de las clases..... | 83 |
| Gráfico N° 11: Pregunta 7- Tipos de pelotas..... | 84 |
| Gráfico N° 12: Pregunta 8- Golpes básicos del tenis..... | 85 |
| Gráfico N° 13: Pregunta 9- Modalidades de juego..... | 86 |
| Gráfico N° 14: Pregunta 10- Situaciones de juego..... | 87 |
| Gráfico N° 15: Pregunta 11- La táctica del tenis..... | 88 |
| Gráfico N° 16: Pregunta 1- Metodología del tenis..... | 89 |
| Gráfico N° 17: Pregunta 2- Aprendizaje del tenis..... | 90 |
| Gráfico N° 18: Pregunta 3- Estructura de una clase..... | 91 |
| Gráfico N° 19: Pregunta 4- Formatos y sistemas de puntuación..... | 92 |
| Gráfico N° 20: Pregunta 5- Motivación en el aprendizaje..... | 93 |

| | |
|--|-----|
| Gráfico N° 21: Pregunta 6- Contenidos del tenis..... | 94 |
| Gráfico N° 22: Pregunta 7- Material del tenis..... | 95 |
| Gráfico N° 23: Pregunta 8- Golpes básicos del tenis..... | 96 |
| Gráfico N° 24: Pregunta 9- Modalidades de juego..... | 97 |
| Gráfico N° 25: Pregunta 10- Situaciones de juego..... | 98 |
| Gráfico N° 26: Pregunta 11- La táctica del tenis..... | 99 |
| Gráfico N° 27: Campana de Gauss..... | 103 |

ÍNDICE DE ILUSTRACIONES

| | |
|---|----|
| Ilustración N° 1: El Tenis de Campo..... | 46 |
| Ilustración N° 2: El Juego de Singles..... | 47 |
| Ilustración N° 3: El Juego de Dobles..... | 48 |
| Ilustración N° 4: La Raqueta..... | 49 |
| Ilustración N° 5: La Pelota..... | 50 |
| Ilustración N° 6: Empuñadura Este de Derecha..... | 52 |
| Ilustración N° 7: Empuñadura Semi-Oeste de Derecha..... | 53 |
| Ilustración N° 8: Empuñadura Oeste de Derecha..... | 53 |
| Ilustración N° 9: Empuñadura Este de Revés..... | 54 |
| Ilustración N° 10: Empuñadura Continental..... | 54 |
| Ilustración N° 11: El Golpe de Derecha..... | 55 |
| Ilustración N° 12: El Golpe de Revés..... | 57 |
| Ilustración N° 13: El Servicio..... | 58 |
| Ilustración N° 14: La Volea de Derecha..... | 59 |
| Ilustración N° 15: La Volea de Revés..... | 60 |
| Ilustración N° 16: El Smash..... | 61 |
| Ilustración N° 17: Las Zonas de Juego..... | 64 |
| Ilustración N° 18: El Efecto..... | 67 |
| Ilustración N° 19: La Organización de la Clase..... | 69 |

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
DIRECCIÓN DE POSGRADO
MAESTRÍA EN CULTURA FÍSICA Y ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

Tema: “LA METODOLOGÍA DE ENSEÑANZA EN LA PRÁCTICA DEL TENIS DE CAMPO EN LOS ESTUDIANTES DEL CENTRO DE EDUCACIÓN FÍSICA DE LA ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO”

Autor: Lcdo. Hugo Santiago Trujillo Chávez

Directora: Lcda. María Gabriela Romero Rodríguez, Mg.

Fecha: 29 de mayo de 2015

RESUMEN EJECUTIVO

El tenis de campo es un deporte que demanda un alto grado de coordinación al momento de aplicar los gestos técnicos en situaciones de juego, en las cuales se requiere que el deportista tome decisiones adecuadas para ejecutar un determinado golpe y aplicar la táctica básica en un partido. El propósito de este trabajo de investigación es la generación de una propuesta sobre la metodología de enseñanza del tenis de campo a través del programa Tennis Xpress para los estudiantes del Centro de Educación Física de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo; para alcanzar este objetivo se considera la actual forma de enseñanza que se utiliza en las clases de esta disciplina deportiva y cómo influye en su práctica en el sector estudiantil, se propone una nueva metodología que la Federación Internacional de Tenis está impulsando a nivel mundial, en la cual se utilizan pelotas de diferentes velocidades y canchas de varias dimensiones que favorecen el aprendizaje y gusto por este deporte. Las autoridades de la institución darán las facilidades para implementar la metodología en este centro de enseñanza contribuyendo de forma significativa en el desarrollo de la práctica del tenis.

Descriptor: Aprendizaje, educación física, enseñanza, material didáctico, metodología, tenis de campo.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
DIRECCIÓN DE POSGRADO
MAESTRÍA EN CULTURA FÍSICA Y ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

Theme: "THE METHODOLOGY OF TEACHING IN PRACTICE OF TENNIS CAMP STUDENTS IN PHYSICAL EDUCATION CENTER OF HIGHER POLYTECHNIC OF CHIMBORAZO"

Author: Lcdo. Hugo Santiago Trujillo Chávez

Directed by: Lcda. María Gabriela Romero Rodríguez, Mg.

Date: 29 de mayo de 2015

EXECUTIVE SUMMARY

The field tennis is a sport that demands a high degree of coordination when applying the technical movements in game situations in which it is required that the athlete take appropriate measures to implement a particular blow and apply basic tactics in a game decisions. The purpose of this research is the generation of a proposal on the methodology of teaching tennis Tennis offroad Xpress program for students of Physical Education Center of the Polytechnic School of Chimborazo; to achieve this goal considering the current form of teaching is used in classes this sport and how it affects their practice in the student sector, a new methodology that the ITF is urging worldwide, is proposed which balls of different speeds and pitches of various sizes that promote learning and taste for this sport are used. The authorities of the institution give the facilities to implement the methodology at this educational institution contributing significantly to the development of playing tennis.

Keywords: Learning, physical education, teaching, teaching materials, methodology, tennis field.

INTRODUCCIÓN

El tenis de campo es un deporte en el cual el jugador debe tomar un sin número de decisiones en períodos cortos de tiempo para realizar el golpe adecuado, considerando la situación de juego en la que se encuentre al momento de recibir la pelota. El tenista requiere coordinar varios segmentos corporales para ejecutar adecuadamente un determinado golpe y además tener un gran control sobre la pelota para poder dirigirla hacia un lugar específico. La presente investigación parte del criterio de no solo enfocarse en el aprendizaje de la parte técnica de este deporte, sino también en la parte táctica relacionándola con las situaciones de juego que se aplican en un partido de tenis y a su vez incentivar a sus practicantes a desarrollar el control de la pelota desde varios lugares de la cancha ejecutando los golpes básicos de una manera más eficiente.

Una vez detectado el problema acerca de la inadecuada utilización de la metodología de enseñanza del tenis que se basa en el desarrollo de los elementos técnicos de esta disciplina deportiva y cómo influye en su práctica, fue necesario realizar una investigación, la cual se encuentra dividida en seis capítulos:

Capítulo I, denominado el problema de investigación: se detalla el problema de investigación, con su respectiva delimitación y contextualización; se realiza un análisis crítico tomando como base el árbol de problemas, se plantea la prognosis, se formula el problema con sus preguntas directrices detallando las razones principales que justifican la realización del estudio para así llegar a formular el objetivo general y los objetivos específicos que encaminarán al desarrollo del trabajo.

Capítulo II, denominado Marco Teórico: se presenta los antecedentes investigativos que se relacionan a la investigación, se fundamenta filosóficamente y legalmente por medio de las leyes que rigen al país. Se realizan las categorías fundamentales de cada una de las variables de estudio, se plantea la hipótesis con la que se va trabajar y se describe las principales teorías que respaldan la temática.

Capítulo III, denominado Metodología: bajo los enfoques cualitativo y cuantitativo, se determinan la modalidad de investigación, el tipo de investigación,

la población y muestra con la que se va a realizar el estudio, la operacionalización de las variables, las técnicas e instrumentos a utilizarse y el plan de recolección de la información.

Capítulo IV, denominado Análisis e Interpretación de Datos: para cada una de las encuestas realizadas a los estudiantes y docentes del Centro de Educación Física de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo que permiten la verificación de las hipótesis.

Capítulo V, denominado Conclusiones y Recomendaciones: de la investigación realizada considerando los objetivos planteados en el estudio.

Capítulo VI, Propuesta: como una alternativa de solución al problema del estudio en el cual se plantea la aplicación de un programa denominado “Tennis Xpress” que permitirán un aprendizaje significativo de esta disciplina deportiva para mejoramiento en su práctica por parte de los estudiantes del Centro de Educación Física de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

1.1 Tema de Investigación

“LA METODOLOGÍA DE ENSEÑANZA EN LA PRÁCTICA DEL TENIS DE CAMPO EN LOS ESTUDIANTES DEL CENTRO DE EDUCACIÓN FÍSICA DE LA ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO”

1.1.Planteamiento del Problema

1.1.1. Contextualización

A **nivel mundial** el tenis de campo ha tenido un gran cambio en su modo de juego; Miguel Crespo responsable de investigación del departamento de desarrollo de la Federación Internacional de Tenis, menciona que la opinión general de los entrenadores y jugadores es que el juego de tenis ha cambiado durante los últimos 20 – 25 años, que si se compara el juego de Borg, Vilas, Evert, Austin y otros con el juego de los mejores jugadores del momento, se llega a la conclusión de que el tenis se ha modificado casi en todos sus aspectos. A su vez menciona que cuando se ha preguntado a los profesores de tenis sobre sus impresiones en cuanto al cambio en la enseñanza del tenis durante ese tiempo, ellos manifestaron que había pocos cambios o ninguno. De acuerdo a la metodología tradicional del tenis Turner (citado por Crespo y Reid) afirma que las investigaciones realizadas en los últimos años han demostrado que el uso de las metodologías tradicionales es que el alumno domina la técnica durante los ejercicio y entrenamientos (en situaciones cerradas, con poca decisión o variabilidad), pero en situaciones de partido (situaciones abiertas, mayor grado de decisión y variabilidad) no comprenden ni saben en qué momento han de utilizar esta técnica. En relación a lo expuesto podemos decir que esta transformación del tenis no ha ido de la mano con el cambio en la metodología

de enseñanza que utilizan los entrenadores en la actualidad, lo cual afectado en el aprendizaje de este deporte en todos sus niveles de juego, ya que se mantiene la utilización de la metodología tradicional basada en planteamientos técnicos sin relacionarla a la parte táctica del tenis, afectando en gran medida al rendimiento general del juego; los jugadores especialmente en iniciación tienen dificultades a la hora de decidir qué tipo de golpe realizar en una determinada situación.

En el **Ecuador** la Federación Ecuatoriana de Tenis realiza cursos de actualización con monitores de la Federación Internacional de Tenis (ITF), con el fin de capacitar a los entrenadores del país, pero este tipo de capacitación es muy esporádica y limitada, ya que no se realizan en todas las provincias, teniendo como principal prioridad a las provincias de Guayas y Pichincha, generando como consecuencia que gran parte de los entrenadores no se actualicen con las nuevas metodologías de enseñanza del tenis, no beneficiando a niños, jóvenes, adultos y adultos mayores que practican esta disciplina deportiva, limitando su nivel de juego el cual es bajo en relación a las provincias mencionadas anteriormente. A nivel universitario en el país son muy pocas las universidades que ofertan esta disciplina deportiva para que sus estudiantes la puedan practicar entre ellas están la Universidad Central del Ecuador, la Escuela Superior del Litoral, la Universidad de la Fuerzas Armadas ESPE, la Universidad San Francisco de Quito, la Universidad Católica entre otras, en las cuales se aplica la enseñanza tradicional de este deporte considerando que pueden realizar cambios de tendencia mundial para la mejora del aprendizaje.

En la **Escuela Superior Politécnica de Chimborazo** cada semestre ingresan un promedio de 2100 estudiantes al Centro de Educación Física, de los cuales 280 alumnos que corresponden al 13,33% a la disciplina de tenis de campo, por lo que el porcentaje de personas que lo practican cada semestre va en aumento, y a esto se suman los docentes y personal administrativo de la institución, siendo en mayor número los estudiantes de las diferentes carreras que oferta la institución, quienes escogen este deporte en el Centro de Educación Física para poder aprobarlo; los educandos se encuentran distribuidos en diez paralelos, cada uno con un promedio de veinte y cinco a treinta estudiantes, por lo que la metodología utilizada actualmente no es la apropiada para esta cantidad de jugadores, puesto que, para una mejor enseñanza se requiere un menor número de tenistas en cada uno de los

grupos, lo cual en la ESPOCH no es posible porque cada semestre ingresa una cantidad considerable de personas. Se ha podido observar en los alumnos al momento de participar en el torneo de tenis de fin de semestre, cuando ellos juegan un partido, no son capaces de aplicar las técnicas aprendidas en situaciones reales de partido, incidiendo en el resultado del juego, pero aún más en su nivel de motivación y muchos deciden no continuar jugando al tenis de campo, afectando directamente a su calidad de vida.

1.1.2. Análisis crítico



Gráfico 1: Árbol de problemas

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

La inapropiada comprensión del juego del tenis por parte de las personas que se inician en este deporte, se debe a que los entrenadores aplican la metodología tradicional de enseñanza, basada solo en repeticiones de una técnica, sin tener una relación con las situaciones de partido que se puedan presentar en el juego, se puede observar a los profesores de tenis, que en el desarrollo de sus clases realizan ejercicios de forma cerrada, en los cuales solo se preocupan de la parte técnica del golpe, descuidando sus diferentes usos en situaciones de partido. Los estudiantes de tenis del Centro de Educación Física tienen dificultades al momento de aplicar las técnicas aprendidas en un partido evidenciando su incomprensión del juego.

El tenis de campo es un deporte que requiere que en sus sesiones de entrenamiento estén integradas por un número apropiado de deportistas, el mismo que no tiene que ser muy numeroso para lograr un mejor aprendizaje de tenis con cada uno de ellos. Sin embargo en la disciplina de tenis de campo de la ESPOCH en cada uno de sus paralelos hay una cantidad considerable de alumnos por lo que la metodología tradicional que se utiliza con ellos no beneficia el proceso de enseñanza – aprendizaje incidiendo de forma negativa en su juego.

Otras de las causas de la inadecuada metodología de enseñanza y aprendizaje se deben a la poca actualización de los entrenadores, en lo que se refiere a las nuevas metodologías del tenis; se puede observar un descuido en ese sentido, o también puede ser por el conformismo por mejorar sus conocimientos metodológicos de la disciplina deportiva y nos preguntamos qué están haciendo las federaciones provinciales, las universidades, los centros de enseñanza de este deporte, por capacitar a los profesores de tenis y mejorar la calidad de aprendizaje de los tenistas.

Finalmente los escasos implementos deportivos relacionados al tenis de campo también han afectado en el aprendizaje, ya que en el desarrollo de las clases; niños, jóvenes y adultos en la mayoría de los casos no utilizan la raqueta adecuada, ni las pelotas que van de acuerdo a su nivel de juego, dificultando el aprendizaje de la disciplina deportiva y su gusto por el tenis; en la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo los estudiantes de tenis no cuentan con el material didáctico adecuado para el aprendizaje de este deporte, lo cual ha dificultado que aprendan a jugar un partido de tenis.

1.1.3. Prognosis

En el caso que no se considere la realización del estudio requerido del problema, los estudiantes del Centro de Educación Física de la disciplina de tenis de campo, seguirán teniendo problemas en su aprendizaje, y esto se podrá evidenciar a la hora en que ellos jueguen un partido y no sepan utilizar adecuadamente los gestos técnicos básicos en las diferentes situaciones de juego que se presenten, lo cual afectará directamente en su rendimiento y a su vez en el gusto por la práctica del tenis, llevándolos al abandono del deporte.

Por el contrario, si se utiliza esta investigación de la metodología que se emplea con los estudiantes de tenis de campo del Centro de Educación Física de la ESPOCH, ayudará a conocer las causas que influyen directamente y negativamente en su aprendizaje y por ende se podrá realizar una propuesta en cuanto a la metodología que se debe aplicar con ellos, la misma que se caracterizará en buscar el aprendizaje significativo del tenis, logrando en los educandos la mejor comprensión del juego, permitiéndoles aplicar las herramientas adecuadas; en este caso los golpes de acuerdo a la situaciones que se puedan presentar, mejorando su motivación y gusto por el tenis.

1.1.4. Formulación del problema

¿De qué manera se relaciona la metodología de enseñanza en la práctica del tenis de campo en los estudiantes del Centro de Educación Física de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo?

1.1.5. Preguntas directrices

- ¿Qué tipo de metodología se aplica en los estudiantes del Centro de Educación Física de la ESPOCH durante sus clases de tenis de campo?
- ¿Cómo se va a determinar el nivel de aprendizaje de los estudiantes de tenis de campo del Centro de Educación Física de la ESPOCH?

- ¿La aplicación de una nueva metodología mejorará el aprendizaje del tenis de campo en los estudiantes del Centro de Educación Física de la ESPOCH?

1.1.6. Delimitación

1.1.6.1. De contenidos

Campo: Deportivo

Área: Tenis de Campo

Aspecto: Metodología – Proceso Enseñanza

1.1.6.2. Espacial

La presente investigación se desarrollará con los estudiantes de la disciplina de tenis de campo del Centro de Educación Física de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo de la ciudad de Riobamba.

1.1.6.3. Temporal

El presente estudio se efectuará durante el período Septiembre 2014 – Marzo 2015.

1.2. Justificación

La adecuada práctica del tenis de campo está íntimamente relacionada con la efectividad y la eficiencia del jugador en la toma de decisiones durante los puntos, por lo que es importante que al momento de realizar los gestos técnicos en determinadas situaciones de juego, se ubique de la mejor manera en la cancha para realizar el golpe adecuado. Se ha podido observar que los tenistas de la ESPOCH del Centro de Educación Física tienen gran dificultad a la hora de jugar un partido de tenis, es por eso que hay un gran **interés** por realizar el estudio que permita analizar la metodología actual y su relación con la práctica de este deporte, con el fin de ser un gran aporte en el desarrollo del tenis de campo.

El estudio de la metodología de la enseñanza en la práctica del tenis de campo tiene una gran **importancia teórica y práctica**, ya que es un deporte de habilidades

abiertas, el tenista nunca realiza el mismo golpe, siempre tiene que adaptarse a las situaciones de juego de un partido; en el estudio se analizará la metodología de aprendizaje y enseñanza del tenis que se aplica con los tenistas de la ESPOCH, para poder analizar qué nivel de aprendizaje tienen y así determinar que metodología es la más recomendable aplicar con este grupo de deportistas.

El tema a investigar tiene una gran **novedad** no solo en la institución, sino en toda la provincia de Chimborazo, ya que no se ha realizado un estudio de este tipo en la disciplina de tenis de campo y estos datos servirán como un punto de partida importante para futuros estudios que se realicen en este deporte, buscando principalmente las mejoras necesarias para su práctica y así aumentar el número de personas que jueguen al tenis.

La realización del estudio será de gran **utilidad** para los estudiantes de la disciplina de tenis de campo de la ESPOCH, permitirá conocer la realidad actual de la enseñanza de este deporte, el impacto que causa en los educandos, y así poder realizar las mejoras requeridas para un futuro en lo que se refiere a su aprendizaje y de esta manera se contará con jugadores de mejor nivel para que puedan integrar las diferentes selecciones de tenis de campo en primera, segunda y tercera categoría para participar en competencias a nivel local, provincial y nacional.

Los **beneficiarios** de este estudio serán los estudiantes de tenis de campo del Centro de Educación Física, ya que se determinará cuál es su nivel de aprendizaje y la manera como ellos ejecutan los gestos técnicos en un partido, para así poner en práctica una nueva metodología que los beneficie de forma significativa.

La ejecución de la presente investigación tendrá un gran **impacto** en la ESPOCH y provincia, puesto que las autoridades, los docentes de los otros deportes, las personas que practican al tenis y la comunidad politécnica en general, estarán pendientes de los resultados del estudio y de las mejoras que se propongan y a su vez motivará a las demás disciplinas deportivas a realizar trabajos en este sentido.

El estudio a realizarse es **factible** puesto que contará con el apoyo, apertura y predisposición por parte de las autoridades de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo, la señora rectora, los vicerrectores y el director del Centro de

Educación Física, quienes están interesados en mejorar el nivel deportivo en la institución, en este caso mejorar la enseñanza del tenis de campo con los estudiantes de las diferentes carreras, contribuyendo de manera significativa en mejorar su calidad de vida por medio de esta disciplina deportiva y así aportar a la misión de la ESPOCH que es: “Formar profesionales competitivos, emprendedores, conscientes de su identidad nacional, justicia social, democracia y preservación del ambiente sano, a través de la generación, transmisión, adaptación y aplicación del conocimiento científico y tecnológico para contribuir al desarrollo sustentable de nuestro país” . Del mismo modo se cuenta con el tiempo necesario y la población requerida para la realización del estudio, lo que permitirá contar con los datos para ser analizados y llegar a las respectivas conclusiones.

1.3.Objetivos

1.3.1. Objetivo General

- Determinar la metodología de enseñanza y la práctica del tenis de campo de los estudiantes del Centro de Educación Física.

1.3.2. Objetivos Específicos

- Analizar la metodología de enseñanza utilizada para la práctica del tenis de campo de los estudiantes del Centro de Educación Física.
- Investigar la calidad en el aprendizaje de la práctica del tenis de campo de los estudiantes del Centro de Educación Física.
- Proponer un Programa de enseñanza Tennis Xpress para el aprendizaje del tenis de campo en los estudiantes del Centro de Educación Física.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes Investigativos

a) En la biblioteca de la Universidad técnica de Ambato reposa la tesis con el tema: “La Metodología del Tenis de Mesa en el rendimiento deportivo de los deportistas de la Federación Deportiva de Morona Santiago, septiembre 2012 – Mayo 2013”, cuyo autor es el Lic. Ramón Barba quién llegó a las siguientes conclusiones:

- Siendo el Tenis de Mesa una disciplina deportiva que aporta a la formación del ser humano, es importante que se cuente con una escuela que sustente su permanencia con programas planificados de entrenamiento deportivo que conlleve a un rendimiento deportivo de calidad.
- El papel fundamental de los directivos y entrenadores es que en los entrenamientos se debe interrelacionar los pares didácticos como enseñanza aprendizaje asociándolo a la teoría práctica y fundamentalmente la relación maestro alumno para que conozcan, practiquen y participen de manera adecuada los fundamentos técnicos del tenis de mesa.
- Se detectó que los entrenadores no cuentan con una planificación deportiva conforme al proceso de aprendizaje de los fundamentos técnicos del tenis de mesa y la falta de conocimientos por parte de los deportistas hace que los mismos no tengan un rendimiento deportivo satisfactorio y piensen en desertar de las prácticas.
- Los entrenadores deben precisar que los hábitos adquiridos en la práctica del tenis de mesa pueden permanecer hasta la edad adulta desarrollando mejor su condición física y mental.

Una vez presentadas las conclusiones de este estudio, tomando en consideración que el tenis de mesa es un deporte distinto al tenis de campo, se concuerda con la

primera conclusión, ya que en una disciplina deportiva es fundamental en la formación integral de las personas, fomenta el desarrollo de los valores personales que sirven para todas las actividades que se realicen a diario, tomando en consideración que el deporte tiene que tener la respectiva planificación con el fin que los deportistas conozcan hacia donde se quiere llegar, por lo que es primordial que los entrenadores planifiquen con antelación los contenidos de las diferentes sesiones de enseñanza. En la segunda conclusión no hay concordancia, puesto que, los directivos si bien es cierto forman parte del equipo multidisciplinario del deportista, pero no están involucrados en lo que se refiere a la metodología de enseñanza y aprendizaje de una determinada disciplina deportiva, los entrenadores son quienes son los responsables directos de la parte técnica del deportista. Con respecto a la tercera conclusión si se concuerda, ya que es indispensable que los entrenadores de todos los deportes planifiquen todas las actividades a realizarse en cada una de las sesiones de entrenamiento, de acuerdo al grupo con el que se encuentre trabajando, respetando las diferencias individuales de cada uno de ellos, aplicando correctamente los principios de entrenamiento y de esta manera buscar un mejor rendimiento de los deportistas. La cuarta conclusión menciona que los hábitos adquiridos en el tenis de mesa pueden permanecer hasta la edad adulta, la cual se comparte, pero se debe considerar que estos hábitos en lo que se refiere a la parte deportiva deben ser adquirido durante la niñez, con el fin de aprender significativamente una determinado deporte, tomando en cuenta la edad recomendable con la cual se debe iniciar en cada una de las disciplinas deportivas.

b) En la biblioteca de la Universidad técnica de Ambato reposa la tesis con el tema: “La Biomecánica aplicada al tenis de campo y su incidencia en la técnica de los movimientos (servicio, derecho e izquierdo) mediante el uso de tecnología en los niños y jóvenes de 8 a 18 años en la Escuela de Tenis Indoamérica en la ciudad de Ambato, Provincia de Tungurahua en el período noviembre 2010 – marzo 2011” cuyo autor es Sánchez Cañizares, Christian Mauricio quién llevo a las siguientes conclusiones:

- La investigación estableció los conocimientos y los parámetros que los deportistas y entrenadores deben aplicar con la biomecánica, y, como el uso

del material y la tecnología ayudan a mejorar la técnica de los movimientos y prevenir lesiones.

- Se analizó en los deportistas de la Escuela de Tenis Indoamérica las deficiencias en la ejecución de los golpes y se corrigieron errores para mejorar el juego.
- Mediante los diferentes ejercicios se definió técnicas de los movimientos (servicio, derecho, izquierdo) por medio del uso de los diferentes materiales acordes con la actividad.
- Se aplicó la biomecánica a los jugadores de la escuela de Tenis Indoamérica con resultados óptimos comprobando de esta manera que con conocimientos adecuados en biomecánica se puede mejorar la técnica de los golpes y por ende tener resultados competitivos.

Este trabajo de investigación fue realizado en la disciplina de tenis de campo, la cual se relaciona con estudio a realizarse en lo que se refiere a la metodología de enseñanza de esta disciplina deportiva. En lo que tiene que ver a las conclusiones si se concuerda con la primera, ya que la tecnología es un factor que incide en el mejoramiento de las técnicas del tenis, en este caso, la biomecánica utiliza la tecnología para el análisis de los gestos técnico del deporte para buscar una mejor eficiencia en cada uno de ellos. La segunda conclusión nos dice sobre el análisis realizado sobre los golpes del tenis para corregirlos, pero hay que considerar de qué forma se realizan estas mejoras con los tenistas con el fin de no causar desmotivación en ellos, para lo cual los cambios en la técnica deben ir en sentido positivo para que los alumnos lo vean como oportunidades para mejorar su nivel de juego. La tercera conclusión habla sobre la utilización de ejercicios para aprender los golpes del tenis con la utilización de varios materiales; con respecto a ello si se concuerda, puesto, que dentro de la metodología de enseñanza que aplica el entrenador debe escoger los ejercicios más adecuados para poder aprender un gesto técnico, apoyándose con los materiales más acordes a la habilidad, con el objetivo de realizar modificaciones adecuadas en una determinada técnica hasta convertirla en un hábito. La cuarta conclusión menciona sobre la utilización de la biomecánica para el mejoramiento de las técnicas utilizadas en el tenis, la cual si se comparte, ya que dentro de la metodología de enseñanza del tenis la biomecánica cumple un

papel fundamental a la hora de mejorar los golpes y lo que uno espera es que el tenista aplique estas habilidades técnicas en situaciones reales de partido para así alcanzar un mejor rendimiento.

c) En la revista internacional de ciencias del deporte (International Journal of sport science) No 17, volumen 5, año 2009; en el artículo que titula “Estudio de la relación entre conocimiento y toma de decisiones en jugadores de tenis, y su influencia en la pericia deportiva”, cuyos autores son: Luis García González, M. Perla Moreno Arroyo, Alberto Moreno Domínguez, Damián Iglesias Gallego, Fernando del Villar Álvarez, llegan a las siguientes conclusiones:

- Existe un componente cognitivo dentro de la acción táctica en los jugadores de tenis, de forma que el conocimiento condiciona la capacidad decisional del jugador de tenis durante el juego.
- El conocimiento procedimental general de juego medido a través de cuestionarios puede utilizarse como un indicador indirecto de la capacidad táctica del deportista.
- Las diferencias existentes en las variables cognitivas en función del nivel de pericia y su interrelación, plantean la utilidad de trabajar y estimular estos componentes cognitivos (conocimiento procedimental y toma de decisiones) de forma específica en las distintas etapas de formación de jóvenes tenistas.

Las conclusiones que presentan los autores en este artículo científico con respecto al conocimiento y a la toma de decisiones de los jugadores de tenis de campo, son muy acordes a la realidad actual del juego del tenis, los tenistas independientemente de su nivel de juego, tienen que tomar miles de decisiones durante un partido y para que estas sean acertadas tiene que tener un conocimiento suficiente del juego, lo que quiere decir que la parte cognitiva del deportista cumple un papel importante en la toma de decisiones en todas las etapas de formación, es por eso que desde edades muy tempranas se debe estimular al niño a una mejor comprensión del juego del tenis, para que en un futuro tenga una mejor toma de decisiones y se adapte de mejor manera a los partidos en los que juegue, sean estos oficiales o amistosos.

d) En la revista de la Federación Internacional de Tenis (Coaching and Sport Science Review), No 30, agosto de 2003; en el artículo que titula “El Enfoque de la Comprensión del Juego Aplicado a la Enseñanza del Tenis”, cuyos autores son: Adrian Turner, Miguel Crespo y Dave Miley llegan a las siguientes conclusiones:

- El enfoque basado en el juego ha encontrado un apoyo considerable entre los profesores de Educación Física de Europa y de los Estados Unidos (Griffin, Mitchell y Oslin, 1997; Turner, 2001). Los órganos de gobierno de varios deportes también empiezan a reconocer el potencial del enfoque basado en el juego. La Federación Internacional de Tenis ha adoptado un enfoque parecido a este para enseñar a jugadores jóvenes por medio del mini-tenis. La importancia de comprender los beneficios específicos de un enfoque basado en el juego se subraya en la iniciativa de tenis en los colegios de la Federación Internacional de Tenis la cual pretende que cada año haya más niños de educación primaria de todo el mundo que aprendan a jugar al tenis mediante el mini-tenis.

La conclusión a la que llega el artículo de esta revista es muy cierta, puesto que a nivel mundial la metodología de enseñanza del tenis va evolucionando con el fin de favorecer a la mayor cantidad de alumnos en una clase y el enfoque basado en el juego va a dar cambios significativos en el aprendizaje del tenis, ya que los estudiantes van a tomar decisiones más acertadas en determinadas situaciones.

e) En la revista de la Federación Internacional de Tenis (Coaching and Sport Science Review), No 19, agosto de 2000; en el artículo que titula “Metodología de enseñanza para el tenis”, cuyo autor es Miguel Crespo responsable de investigación del departamento de desarrollo de la Federación Internacional de Tenis llega a las siguientes conclusiones:

- El método tradicional de enseñanza del tenis implicaba que el entrenador se centraba en la técnica o producción de golpes. El entrenador utilizaba modelos precisos de los golpes para mostrar a los jugadores como se jugaba. Una vez que el jugador dominaba el modelo técnico el jugador se centraba en la táctica, es decir aplicar la técnica en una situación de partido.

- En la enseñanza del tenis en la actualidad se lo considera como un deporte de habilidades abiertas en la que cada golpe es distinto el jugador nunca juega el mismo golpe dos veces. Cada golpe requiere que el jugador siga el proceso siguiente: percepción, decisión, acción y retroalimentación. En el tenis de hoy la técnica a de contemplarse como algo que está en función del uso de los principios biomecánicos adecuados y como un medio para aplicar la táctica de una forma más eficiente. La técnica de golpeo de un jugador tiene que depender de su intención táctica. Los entrenadores tienen que recordar que nunca es tarde para cambiar y adaptarse a los nuevos métodos de enseñanza.

Las conclusiones a las que llega Miguel Crespo son acertadas, ya que cuando se juega un partido de tenis en cada uno de sus puntos el jugador tiene que acomodarse constantemente a las pelotas que son enviadas por el rival, las cuales llegan con diferentes velocidades, direcciones y efectos, por lo que el tenista tiene que tomar decisiones correctas para tener los mejores resultados; es por eso que los entrenadores de tenis tienen que diseñar sesiones de entrenamiento encaminadas a buscar el mejoramiento de los parámetros mencionados y en la iniciación desde la primera clase que vayan comprendiendo el juego.

2.2. Fundamentación Filosófica

Este trabajo de investigación se fundamentará en el modelo pedagógico holístico, el cual permite a las personas comprender que hay diferentes tipos de soluciones para un determinado problema, existiendo varios caminos que se pueden seguir, en el caso del deporte, pueden aprender de diversas maneras, con una comunicación adecuada, para llegar a un mejor entendimiento de una temática; lo que quiere decir que se van a utilizar varios modelos pedagógicos. Según los autores Estelio Angulo y Miguel Negrón en su estudio del Modelo Holístico para la Gestión del Conocimiento, manifiestan que el holismo (enfoque relativamente moderno) toma en cuenta la verdadera dimensión del hombre; por lo tanto cuando de la gestión del conocimiento se trata se hace necesario un modelo integrador que los autores de esta investigación lo identificamos como modelo holístico. En este modelo están involucrados conceptos, entre ellos, el ser humano, el cual se define como un ser

vivo, consiente y multidimensional; el maestro, quién es la persona que tiene como propósito la formación de las futuras generaciones en los distintos campos del conocimiento, utilizando la metodología que este más acorde a las estudiantes que se encuentran bajo su responsabilidad; el estudiante, él es el principal protagonista en el proceso de enseñanza y aprendizaje, convirtiéndose en la razón de ser de las instituciones educativas; la enseñanza, la cual dirige la construcción del conocimiento en sus determinadas áreas; el aprendizaje, convirtiéndose en una manifestación de desarrollo humano, buscando una mejor calidad de vida de la población. Este modelo pedagógico busca el desarrollo integral de las personas, logrando en cada una de ellas lo mejor de sí, tomando en consideración experiencias de la vida diaria, que de forma significativa influyen positivamente en la formación de los educandos, quienes viven varios tipos de vivencias que complementan su educación; hay que considerar que este modelo pedagógico es incluyente, lo que quiere decir que forman parte de él, todos los individuos sin importar su condición social, económica, cultural y ecológica, siendo ellos, los que gocen de todos los derechos que garantizan la Constitución de la República de Ecuador. La educación holística tiene cuatro dimensiones que son: la ciencia, la ecología, la sociedad y la espiritualidad, las cuales buscan el desarrollo en la educación por medio de cuatro tipos de aprendizaje, aprender a aprender, aprender a hacer, aprender a vivir juntos y aprender a ser y el educador cumple un papel fundamental en lograr estos aprendizajes en el estudiante, guiándolo, apoyándolo, mostrándole varios rumbos y distintas posibilidades con el fin de que se proponga nuevos desafíos para construir el conocimiento y así poder llegar a un aprendizaje significativo que perdure durante su vida. En la parte axiológica la práctica deportiva cumple un papel fundamental en el fortalecimiento de los valores personales como son la responsabilidad, la solidaridad, la puntualidad, la perseverancia, la amistad, la honestidad y otros más que ayudan a las personas a ponerlos en práctica no solo en el deporte sino también en todas las actividades que realizan a diario y de esta manera complementar su formación integral. La psicopedagogía contribuye en la determinación del comportamiento humano en situaciones de aprendizaje, ayudando a resolver problemas en lo educativo, familiar, social y laboral para alcanzar un mejor nivel de motivación permitiendo mejorar la autoconfianza.

2.3. Fundamentación Legal

Al igual que en el resto de instituciones del país en la ciudad de Riobamba la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo, el Centro de Educación Física, para su desarrollo debe sustentarse en normas, leyes y cuerpos legales que determinan las instituciones que regulan el desarrollo económico del país; es así que el presente proyecto se desarrollará tomando como base la normativa que se detalla a continuación:

La Constitución del Ecuador

Título II Derechos Sección segunda Jóvenes

Art. 39.-El Estado garantizará los derechos de las jóvenes y los jóvenes, y promoverá su efectivo ejercicio a través de políticas y programas, instituciones y recursos que aseguren y mantengan de modo permanente su participación e inclusión en todos los ámbitos, en particular en los espacios del poder público.

El Estado reconocerá a las jóvenes y los jóvenes como actores estratégicos del desarrollo del país, y les garantizará la educación, salud, vivienda, recreación, deporte, tiempo libre, libertad de expresión y asociación. El Estado fomentará su incorporación al trabajo en condiciones justas y dignas, con énfasis en la capacitación, la garantía de acceso al primer empleo y la promoción de sus habilidades de emprendimiento.

Por consiguiente este artículo argumentará el estudio a realizarse, puesto que, los jóvenes tienen derechos en todos los ámbitos y en el caso de este trabajo se lo realizará con los educandos que estudian las diferentes carreras y el estado garantizará su educación en todos los niveles, desarrollando todas sus habilidades en el mejoramiento del país.

Título VII Régimen del Buen Vivir Capítulo I Inclusión y Equidad

Art. 340.-El sistema nacional de inclusión y equidad social es el conjunto articulado y coordinado de sistemas, instituciones, políticas, normas, programas y servicios que aseguran el ejercicio, garantía y exigibilidad de los derechos reconocidos en la Constitución y el cumplimiento de los objetivos del régimen de desarrollo.

El sistema se articulará al Plan Nacional de Desarrollo y al sistema nacional descentralizado de planificación participativa; se guiará por los principios de universalidad, igualdad, equidad, progresividad, interculturalidad, solidaridad y no discriminación; y funcionará bajo los criterios de calidad, eficiencia, eficacia, transparencia, responsabilidad y participación.

Por lo tanto este artículo sustentará a que el estudio a realizarse vaya de acuerdo al Plan Nacional de Desarrollo que permita mejorar la participación de toda la población sin ningún tipo de discriminación.

Capítulo VII Cultura Física y Tiempo Libre

Art. 381.- El Estado protegerá, promoverá y coordinará la cultura física que comprende el deporte, la educación física y la recreación, como actividades que contribuyen a la salud, formación y desarrollo integral de las personas; impulsará el acceso masivo al deporte y a las actividades deportivas a nivel formativo, barrial y parroquial; auspiciará la preparación y participación de los deportistas en competencias nacionales e internacionales, que incluyen los Juegos Olímpicos y Paraolímpicos; y fomentará la participación de las personas con discapacidad.

El Estado garantizará los recursos y la Infraestructura necesaria para estas actividades. Los recursos se sujetarán al control estatal, rendición de cuentas y deberán distribuirse de forma equitativa.

Art. 382.- Se reconoce la autonomía de las organizaciones deportivas y de la administración de los escenarios deportivos y demás instalaciones destinadas a la práctica del deporte, de acuerdo con la ley.

Art. 383.- Se garantiza el derecho de las personas y las colectividades al tiempo libre, la ampliación de las condiciones físicas, sociales y ambientales para su disfrute, y la promoción de actividades para el esparcimiento, descanso y desarrollo de la personalidad.

Estos tres artículos son vitales en la realización del estudio, puesto que, el estado garantizará y motivará la práctica del deporte, la educación física y la recreación y

dotará de la infraestructura necesaria para lo cual y su vez promoverá la adecuada utilización del tiempo libre para buscar el desarrollo integral de la población.

PLAN NACIONAL PARA EL BUEN VIVIR 2013-2017 TODO EL MUNDO MEJOR

El presente trabajo también se fundamenta en el Plan Nacional del Buen Vivir 2013 – 2017, en sus objetivos 3 y 4:

Objetivo 3: Mejorar la calidad de vida de la población.

Objetivo 4: Fortalecer las capacidades y potencialidades de la ciudadanía.

Los dos objetivos del Plan Nacional del Buen Vivir en el estudio a realizarse tienen que ver con el mejoramiento de las condiciones de vida y a la vez la utilización de la actividad física y deportiva para la calidad de vida y a su vez por medio de ellas mejorar las capacidades y potencialidades de las personas, en este caso con la práctica del tenis de campo.

2.4. Categorías Fundamentales

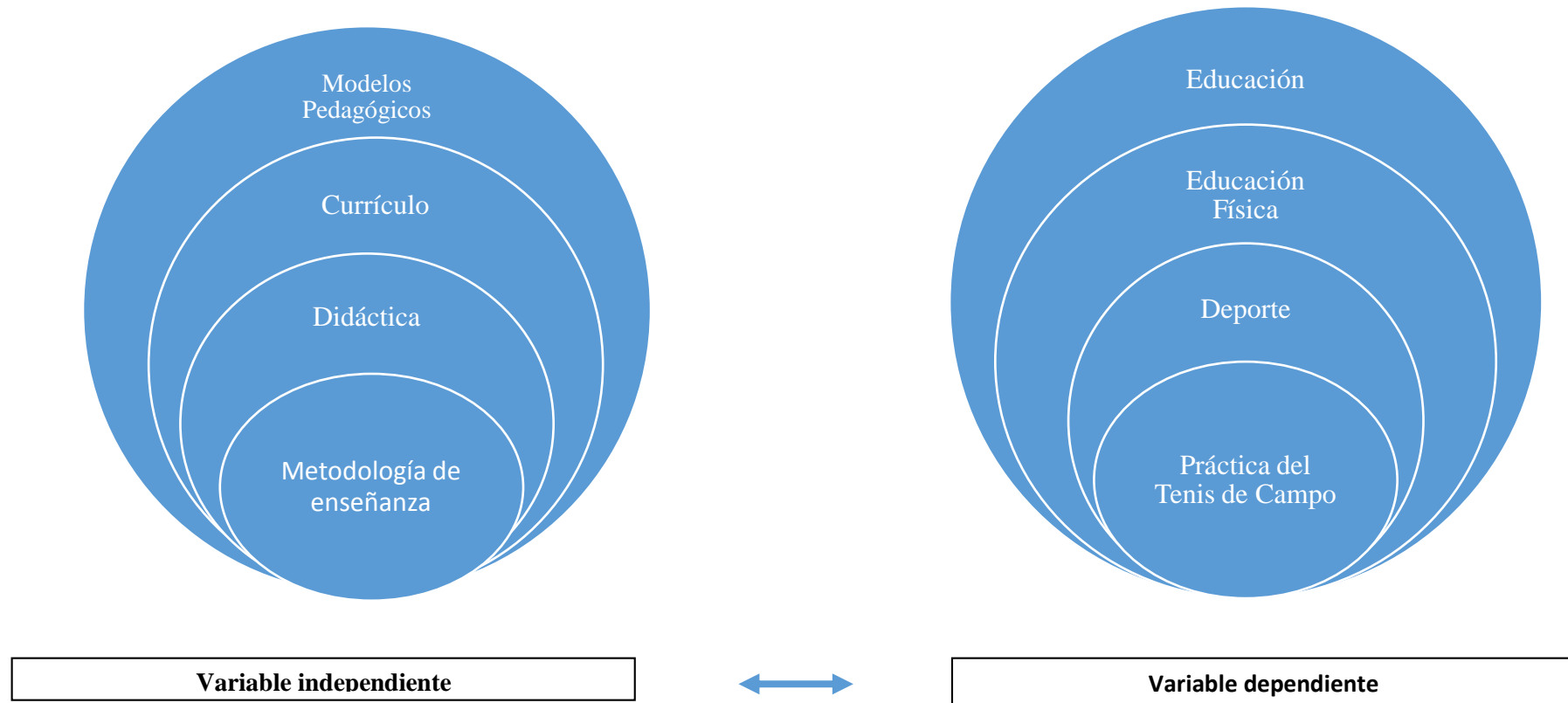


Gráfico 2: Categorías Fundamentales

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

2.4.1. Constelación de ideas de la variable independiente: Metodología de Enseñanza



Gráfico 3: Metodología de enseñanza
Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

2.4.2. Constelación de ideas de la variable dependiente: Práctica del Tenis de Campo

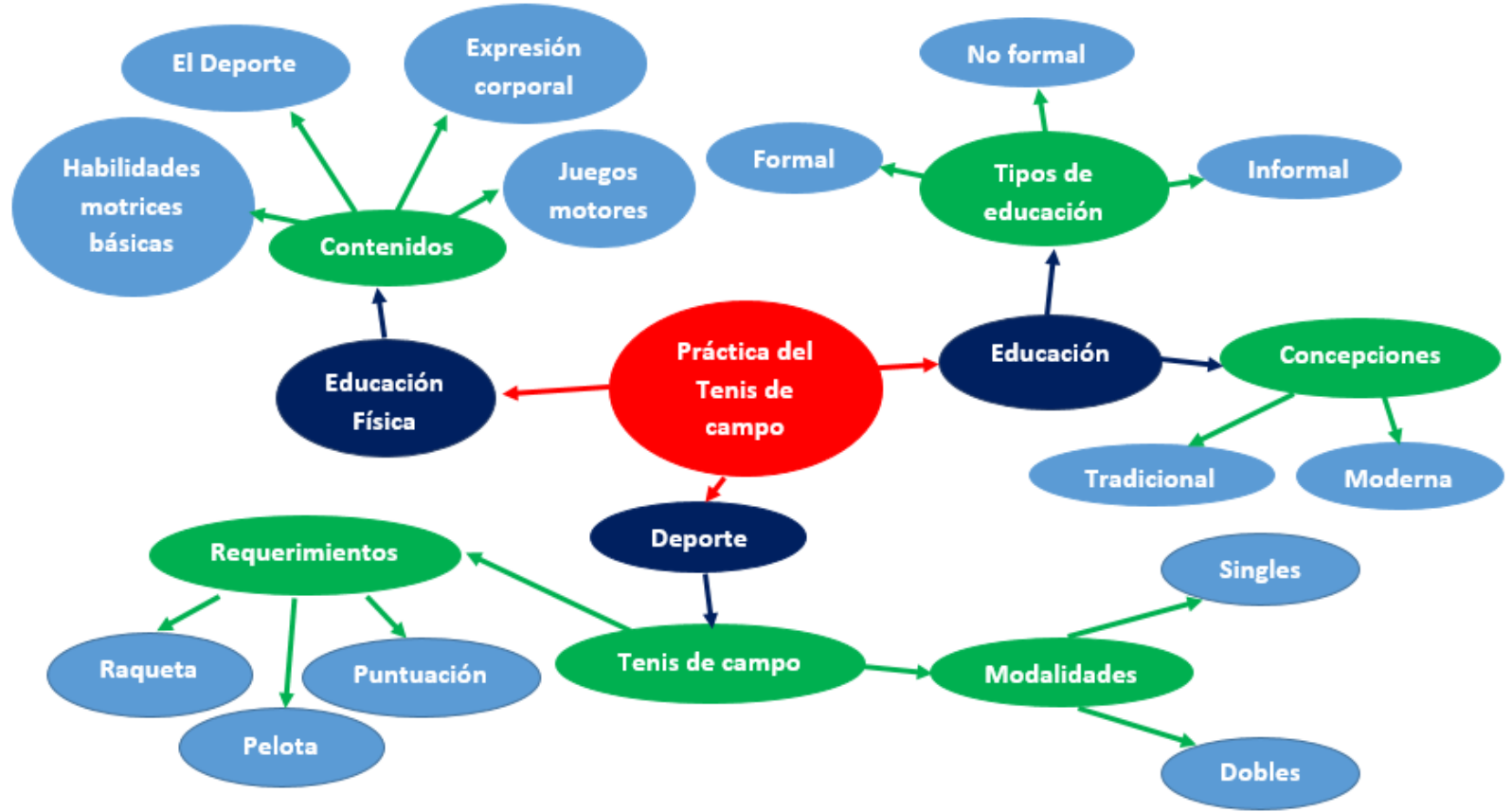


Gráfico 4: Práctica del Tenis de Campo
Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

2.4.3. Variable Independiente: Metodología de Enseñanza

2.4.3.1. Modelos Pedagógicos

El proceso pedagógico que se realiza en las diferentes ciencias que existen tiene muchas funciones y condicionamientos, por lo que es de vital importancia que lleve una planificación adecuada, para adaptarse a los diversos cambios que puedan presentarse en su desarrollo, con el fin de responder a las necesidades del entorno, ajustándose a la realidad. De Subiría Samper (2006), dice que los modelos pedagógicos que surgen de varias interrogantes que se hace el hombre respecto al ser humano, de la sociedad y la cultura a la cual él pertenece y de la formación que se pretende dar a ese hombre. Lo que quiere decir que siempre van estar presentes en el proceso de enseñanza – aprendizaje y sirven para la labor diaria de los docentes en el proceso de construcción del conocimiento.

2.4.3.1.1. Enfoques

Los enfoques de los modelos pedagógicos son:

- Enfoque tradicional
- Enfoque conductista
- Enfoque cognitivista
- Enfoque sociocognitivo
- Enfoque constructivista

2.4.3.1.1.1. Enfoque Tradicional

En el enfoque tradicional el maestro va a dar solo órdenes a los estudiantes, quienes no tienen la posibilidad de opinar, ni dar ningún tipo de criterio sobre un determinado tema, lo que quiere decir que el maestro es autoritario durante las clases, la memoria y la repetición es lo que más se aplica en lo tradicional y esto no incentiva el razonamiento de los alumnos.

2.4.3.1.1.2. Enfoque Conductista

Este enfoque se va a referir a la acumulación y asociación de aprendizajes con un modelamiento de una conducta técnica y productora, desarrollando destrezas y competencias que son observables; el maestro se va a convertir en intermediario del

conocimiento para transmitirlo al alumno que dentro de su metodología aplicará controles de aprendizaje por medio de objetivos conductuales, evaluando de forma sumativa al estudiante.

2.4.3.1.1.3. Enfoque Cognitivista

El enfoque cognitivista se realiza de una manera progresiva y secuencial los contenidos, que permitirán mejorar el nivel intelectual de los educandos, buscando alcanzar aprendizajes significativos, el docente se convierte en un motivador de desarrollo permitiéndole interactuar positivamente con el estudiante en ambientes que favorezcan lo mencionado y la evaluación que se utilizará es la cualitativa con criterio.

2.4.3.1.1.4. Enfoque Sociocognitivo

En el enfoque sociocognitivo se transmite el conocimiento de forma progresiva y secuencial, ayudando al desarrollo individual y colectivo, por medio de contenidos polifacéticos y la relación de maestro – alumno es horizontal, al mismo nivel; se utilizará una confrontación social de acuerdo al nivel de desarrollo de los educandos y la evaluación se la realizará de forma grupal.

2.4.3.1.1.5. Enfoque constructivista

El enfoque constructivista plantea que el estudiante tiene varias problemáticas, las cuales las tiene que resolver, por medio de herramientas que permitan la realización de procedimientos adecuados para lograr un aprendizaje significativo caracterizado por un proceso dinámico, participativo e interactivo para así buscar las mejores soluciones a los problemas que puedan presentarse.

2.4.3.2. El Currículo

En un currículo están inmersos varios criterios, planes de estudio, programas, metodologías y procesos que contribuyen significativamente a la formación integral de las personas con la construcción del movimiento.

2.4.3.2.1. Conceptualización

“La palabra currículum es una voz latina que se deriva del verbo curro y que quiere decir carrera. En términos generales operativos, lo que se debe hacer para lograr algo; por lo que hay que pasar para llegar a una meta prevista”(Lafrancesco, 2004, p. 15).

El termino currículo hace referencia a la idea de continuidad, secuencia y complejidad, el mismo que se caracteriza por ser multifacético, multideterminado y multideterminante, lo que quiere decir que este término ha variado en el transcurso del tiempo, por las diferentes transformaciones a nivel social, cultural y valores de la sociedad, conjuntamente con los cambios que se han ido produciendo en la parte tecnológica y científica. En la actualidad los profesionales de las diferentes carreras deben asumir que el país tiene relación directa con la globalización económica; el avance social depende, cada vez más, de las prácticas científicas y técnicas de la educación y de uno de sus productos finales: los profesionales. Las instituciones educativas tienen que basar su proceso de enseñanza y aprendizaje tanto a la teoría como a la práctica, siendo esta última la más importante para la aplicación de los contenidos recibidos en una carrera y en el caso de la educación física y el deporte este proceso tiene que adaptarse a los cambios que se dan en las disciplinas deportivas en cada uno de sus aspectos, para formar deportistas de alto nivel y también crear en la población el hábito de hacer actividad física y deportiva.

2.4.3.2.2. Taxonomía del currículo

Cuando se habla de taxonomía de currículo se hace referencia a los ámbitos o dimensiones de una misma realidad o proceso; Salazar (2001) clasifica al currículo en tres dimensiones que son:

- Currículo formal
- Currículo real
- Currículo oculto

2.4.3.2.2.1. Currículo formal

Este currículo también es llamado plan de estudios o norma oficial que guía el proceso educativo, “hace referencia a la propuesta oficial escrita que, en lo académico y administrativo, hacen las instituciones de cualquier nivel escolar a quienes van a cursar estudios formales”(Salazar, 2001, p. 23). Tomando en cuenta lo mencionado, se afirma que este tipo de currículo hace referencia a los objetivos, contenidos en un plan de estudios que son determinantes a la hora de alcanzar el conocimiento.

2.4.3.2.2.2. Currículo real

Este tipo de currículo también es conocido como procesal – práctico o práctica curricular, el cual hace referencia a la ejecución del plan de estudios planificado anteriormente, considerando que se deben tomar en cuenta tiempos y espacios donde interactúan docente, estudiante y autoridades de la institución educativa. “Este currículo trata de recuperar las condiciones concretas tanto de los sujetos sociales involucrados en el proceso como de los espacios en donde se desarrolla la práctica educativa...”(Salazar, 2001, p.28). Cada agente educativo debe actuar cumpliendo su dinámicamente su rol para poder cumplir con cada uno de los contenidos propuestos y expuestos en el currículo formal y de esta manera lograr aprendizajes significativos que vayan conjuntamente con la problemática social.

2.4.3.2.2.3. Currículo oculto

La institución educativa debe transmitir y motivar a los educandos a adquirir conductas adecuadas basadas en la aplicación de normas, reglas y valores personales, que no deberán faltar en el estudiante para su correcta adquisición del conocimiento. “El currículo oculto juega un papel destacado en la configuración de unos significados y valores de los que el colectivo docente y el mismo alumnado no acostumbran a ser plenamente conscientes”(Torres, 2005, p.86). Es fundamental que los estudiantes creen el hábito de aplicar normas y valores, esto los conducirá a ser personas de bien, útiles para la transformación de la sociedad y en el campo de la educación física lo que se busca en cada una de las clases a parte de mejorar la

parte física en los estudiantes, también es lograr una formación integral por medio de la aplicación de los valores personales.

2.4.3.2.3. Características de currículo

Con relación a lo expuesto anteriormente sobre los tipos de currículo, ahora corresponde ver las características que ayudarán a orientar de mejor manera la construcción del currículo a nivel macro, meso y micro, considerando los niveles y modalidades del sistema educativo. Según Salazar(2001) las características del currículo son: dinámico, continuo y participativo.

2.4.3.2.3.1. Dinámico

Un currículo debe ser dinámico puesto que constantemente tienes que irse adaptando a los cambios de la sociedad que se van generando en el transcurso del tiempo, el mismo que tiene que ser desarrollado de forma lógica y razonada.

2.4.3.2.3.2. Continuo

Se refiere a que cada una de las fases del currículo tienen que estar concadenadas unas con otras puesto que tiene que ser construido secuencialmente para que el currículo sea útil para los estudiantes que estén cursando una determinada carrera.

2.4.3.2.3.3. Participativo

En el desarrollo del currículo deben estar involucrados todos los actores educativos que están involucrados en el proceso de enseñanza y aprendizaje, ya que cada uno ve la realidad de la sociedad de una forma diferente y se deben llegar a consensos que permitan la construcción de un currículo que satisfaga los requerimientos de los estudiantes.

2.4.3.3. La Didáctica

La Didáctica General brinda al docente la posibilidad de adquirir los conocimientos esenciales para impartir una enseñanza científica y vinculada con la vida y pueda ser capaz de planificar, preparar y realizarla la enseñanza, sobre la base del programa y los documentos educacionales. A su vez permite al docente, adquirir sólidos conocimientos sobre la concepción del programa, las leyes del proceso del

conocimiento en la enseñanza y familiarizarse con métodos para la dirección efectiva del proceso, determinar los objetivos de las clases, establecer los métodos apropiados acorde con el contenido, la constitución del grupo de alumnos y las características individuales de los mismos y las formas de organización para su cumplimiento, permitiendo desarrollar las habilidades y capacidades necesarias para dirigir el proceso enseñanza - aprendizaje en sentido general. A continuación se presentan definiciones de didáctica:

“La Didáctica es una ciencia, técnica o tecnología con una clara orientación hacia la práctica que se expresa en términos tales como normalizar, optimizar u orientar” (Contreras, 1998, p.26).

“La Didáctica es la disciplina que explica los procesos de enseñanza y aprendizaje para proponer su relación consecuente con las finalidades educativas” (Contreras, 1999, p.19).

Por lo tanto la didáctica es la ciencia que orienta el proceso pedagógico de aprendizaje y enseñanza, orientando por el mejor camino a los estudiantes para que puedan construir y plasmar el conocimiento, para alcanzar aprendizajes significativos que perduren en el tiempo. Dentro de la didáctica se debe considerar la metodología de enseñanza de las asignaturas que se imparten en un proceso de aprendizaje; en el caso del tenis de campo juega un papel primordial en el aprendizaje, ya que los entrenadores utilizan varios medios para que sus tenistas aprendan de la manera más adecuada.

2.4.3.3.1. Clasificación

La didáctica se clasifica en: general, diferencial y específica.

2.4.3.3.1. General

En el proceso de enseñanza y aprendizaje intervienen varios procesos y elementos para dicho logro, pero hay que considerar que se deben aplicar estilos y técnica de enseñanza para alcanzarlo y la didáctica general es la que se aplica a todas las personas sin importar la materia o asignatura, es decir que toma en cuenta los elementos comunes que intervienen en la enseñanza de forma conjunta para llegar de a mejor manera a los educandos.

2.4.3.3.1.2. Diferencial

En este tipo de didáctica se va a tomar en cuenta las características de los estudiantes, en este caso su nivel de educación y su edad, teniendo presente su grado de evolución y de la misma manera se aplicará técnicas y estilos de aprendizaje que favorezcan su comprensión para un mejor aprendizaje.

2.4.3.3.1.3. Específica

En la didáctica específica se consideraran métodos, técnicas y estilos de enseñanza específicos de una determinada materia con el objetivo de alcanzar aprendizajes significativos con los estudiantes, que sean útiles para resolver problemas que se presentan en el entorno con respecto a una temática, para ser un gran aporte en el desarrollo de áreas específicas de estudio contribuyendo positivamente en sus mejoras.

En el tenis de campo los entrenadores deben utilizar métodos, técnicas y estilo de enseñanza adecuados de acuerdo a nivel de juego de los jugadores, para que ellos comprendan y aprendan el tenis de una manera rápida que les permita aplicar las diferentes técnicas de este deporte y así elevar su nivel de juego.

2.4.3.3.2. Componentes

Los componentes que intervienen en la didáctica de enseñanza y aprendizaje son: el docente, el estudiante y la asignatura.

2.4.3.3.2.1. Docente

El docente es parte fundamental del proceso educativo, se convierte en un facilitador, en un guía que permite a los educandos a construir adecuadamente el conocimiento con respecto a una temática específica y para esto debe utilizar metodologías actuales de enseñanza poniendo en práctica diversos medios educativos que favorezcan al aprendizaje significativo de los estudiantes que son los encargados de transformar positivamente a la sociedad actual y son ellos los que tienen que aprender de las experiencias de los docentes, puesto que a lo largo del tiempo ha aprendido a conocer el bien y el mal, lo correcto y lo incorrecto, la inteligencia y la torpeza, conjuntamente con la capacidad de valorar. A su vez el

profesor debe identificar la experiencia del alumno, la cual la puede identificar con el comportamiento. El autor Manuel Lizardo Tusa (2002) dice que el docente se comporta con su experiencia, experimenta a los otros comportamientos y al suyo propio y lo mismo sucede con el estudiante. El docente llevar a sus estudiantes por un buen camino debe motivarles a ser totalmente innovadores que sean un gran aporte en todas las actividades que realizan, si esto sucede quiere decir que está funcionando el sistema educativo. Es primordial que los profesores se capaciten constantemente para que vayan de la mano con los cambios que se dan en la sociedad en general y brindar a sus educandos la oportunidad de recibir contenidos actualizados con el uso de tecnologías en las áreas en las que se estén formando y a su vez planificar otro tipo de actividades que le permitan a los alumnos a vincularse con la sociedad, es decir, a poner en práctica lo que va aprendiendo en favor de un determinado campo, solo así podemos hablar de una calidad en la educación la cual va a depender no solo del esfuerzo de los estudiantes sino también de la calidad de los docentes.

2.4.3.3.2.2. Estudiantes

Los estudiantes son los entes más valiosos de una institución educativa, ya que ellos son la razón de ser por la que estas entidades existen; ellos tienen la responsabilidad de asimilar los conocimientos que les imparten, con el fin de formarse día a día y convertirse en buenos profesionales con valores personales, que se conviertan en un gran aporte en las distintas áreas del conocimiento, de ellos va a depender la evolución de las diferentes ciencias. Los educandos a su vez deben ser perseverantes especialmente cuando las cosas no van bien, ellos deben tener la capacidad de solucionar problemas, con una correcta toma de decisiones que muchas de las veces pueden fallar, pero hay que considerar que de las malas decisiones también se aprende.

2.4.3.3.2.3. Asignatura

Una asignatura es la materia dentro de un programa específico de estudios, cuyo objetivo es resolver diversos problemas que se presentan con relación a la misma, en la sociedad y hay que considerar las asignaturas hay en todos los niveles

educativos y al momento de aprobarlas están contribuyendo de forma significativa en la formación integral de los estudiantes.

Objetivos

Es importante que las distintas asignaturas tengan objetivos generales y específicos para ser alcanzados por cada uno de los estudiantes y ellos estén conscientes que hay que realizar varias actividades para su consecución y a la vez conjuntamente con el docente plantearse objetivos personales que les motiven a tener un buen rendimiento.

Contenidos

Los contenidos de una asignatura corresponden a todos los temas a impartirse en un determinado curso y a medida que se los va abordando se van alcanzando los objetivos planteados para la asignatura y a los que se relacionan con el docente y el estudiante.

Evaluación

La evaluación es un proceso sistemático que permite establecer los cambios positivos generados en los educandos, con el fin de conocer si los estudiantes han captado adecuadamente el conocimiento y a la vez determinar si se han ido construyendo de una manera ordenada con una correcta aplicación de la parte teórica de una determinada materia.

2.4.3.4. La Metodología de enseñanza

En el proceso de enseñanza y aprendizaje es importante aplicar metodologías acordes a lo que se pretende enseñar que motiven a los educandos a aprender de manera significativa, por lo que es importante que el docente utilice metodologías que aceleren el proceso de aprendizaje por parte de los estudiantes. La metodología es la ciencia que estudia al método y se la define como: “El conjunto de métodos en una determinada especialidad” (Giraldes, 1976, p.25); para Dave Miley y Miguel Crespo (1999) dicen que “La metodología es la ciencia que ayuda al maestro a alcanzar mejor los objetivos educativos fijados en una lección dada”(p.24). Por lo tanto, la metodología es la ciencia que utiliza diversos métodos y estilos de

enseñanza para aprender una determinada actividad, aplicando de forma sistemática y organizada contenidos que permitirán la consecución de objetivos planteados.

En lo que se refiere a la práctica del tenis es fundamental que el entrenador ponga énfasis en aplicar la metodología de enseñanza que acelere el proceso de aprendizaje, que llegue significativamente a la mayoría de alumnos y que se adapte a las condiciones de juego de este deporte para alcanzar un mejor aprendizaje de los deportistas.

2.4.3.4.1. Tipos de enseñanza

Los tipos de enseñanza según Dave Miley y Miguel Crespo (1999) son: La auto-enseñanza y la enseñanza formal.

2.4.3.4.1.1. Auto-enseñanza

Se refiere al aprendizaje autónomo de una persona sin ayuda de ningún facilitador, hay que considerar que este aprendizaje es un poco más lento. En lo que se refiere al deporte los deportistas utilizan este tipo de enseñanza para aprender una determinada técnica que ellos vieron a un atleta que ejecuto correctamente un gesto técnico y esto le permitirá el aprendizaje de una determinada técnica. “Este aprendizaje puede ser productivo si el alumno es sistemático y buen observador” (Miley & Crespo 1999, p.25). Esto nos quiere decir que va a depender mucho de la actitud y gusto de la persona por la disciplina deportiva que serán factores determinantes en este tipo de enseñanza.

2.4.3.4.1.2. Enseñanza formal

Según Dave Miley y Miguel Crespo (1999), este tipo de enseñanza se define como el conjunto de aprendizajes que se da con la ayuda de procesos, medios e instituciones específicas y diferenciadamente diseñadas en función de objetivos explícitos de formación o de instrucción, que no están directamente dirigidos a la obtención de los grados propios del sistema educativo institucionalizado.

En el tenis de campo la enseñanza formal utiliza varios medios que van sistemáticamente estructurados con el fin de mejorar los procesos de enseñanza en los tenistas realizando las progresiones adecuadas.

2.4.3.4.2. Etapas del proceso de aprendizaje

Las etapas del proceso de aprendizaje tienen que ver con los pasos que una persona va alcanzando cuando aprende una determinada habilidad, lo que quiere decir que el aprendizaje no se da de la noche a la mañana, sino es un proceso sistemático para lograrlo y el principal objetivo del profesor es ayudar a los estudiantes a pasar por las diversas etapas para darles la oportunidad de ejecutar las habilidades que conlleva una modalidad deportiva.

Las etapas del proceso de aprendizaje que citan Dave Miley y Miguel Crespo (1999) de Groppe (1993) son: cognitiva, asociativa y práctica.

2.4.3.4.2.1. Etapa Cognitiva

En esta etapa los educandos no son conscientes de lo que deben hacer o si lo es, no pueden hacerlo y en el caso de que lo logren lo hacen de una forma rudimentaria. Se requiere la reflexión activa sobre lo que hay que hacer y un nivel alto de atención a la tarea, tomando en consideración que se producen muchos errores porque el deportista está fijando el movimiento en su memoria y esta habilidad está adquirida en un 30%. En el caso del tenis de campo el entrenador debe presentar el movimiento con explicaciones y demostraciones simples pudiéndose apoyar en el video y el uso de palabras claves apropiadas y sencillas que consideran la experiencia previa del tenista (Miley & Crespo, 1999).

2.4.3.4.2.2. Etapa Asociativa

En esta etapa los deportistas ya son conscientes de lo que deben hacer y pueden ejecutar una determinada habilidad en una situación cerrada, la cual se caracteriza por la poca toma de decisiones que se realizan, pudiendo observar un aumento de la regularidad, eficiencia y sincronización de la técnica, en la cual se producen menos errores, ya que hay una menor atención por parte del deportista a la tarea, pero es importante la retroalimentación y de igual forma los autores que detallan estas etapas de aprendizaje dicen que la habilidad está adquirida en un 75%. En el tenis de campo los entrenadores las demostraciones deben ser menores y más específicas, la información que se le dé al jugador tiene que ser verbal, de esta manera se fomentará su confianza.

2.4.3.4.2.3. Etapa Autónoma

En la etapa autónoma los deportistas pueden utilizar las habilidades aprendidas en situaciones de competición, puesto que está enteramente adquirida; la correcta toma de decisiones ayudarán a solucionar problemas que se den en un partido y será un parámetro importante para determinar si los jugadores aprendieron de la mejor manera los diferentes gestos técnicos de una disciplina deportiva, lo que quiere decir que la técnica se convierte en una habilidad porque se utiliza en un contexto que involucra a los rivales; es importante mencionar que los deportistas en esta fase piensan en el patrón de movimiento antes, pero no durante la realización de un gesto técnico, ya es algo automático. En el tenis de campo los tenistas aplican las técnicas aprendidas en determinadas situaciones que se den en un partido, las mismas que se relacionan con la adecuada toma de decisiones, mientras estas sean las más correctas mayores probabilidades de éxito tendrá el jugador.

2.4.3.4.3. Canales de aprendizaje

Los canales de aprendizaje se refieren a la forma en que los educandos aprenden de mejor manera cierta habilidad técnica, donde se caracteriza un predominio sensorial y es importante mencionar que no todos aprenden de la misma manera, hay personas que lo logran utilizando un canal de aprendizaje determinado.

2.4.3.4.3.1. Visual

En este canal va a depender de la capacidad de abstracción la cual está directamente relacionada con la capacidad de visualizar, es aquí donde las personas observan una determinada habilidad técnica realizada correctamente por parte del docente o de un modelo que lo ejecute. Es importante mencionar que este es el canal por el cual una persona, en el caso del deporte aprende de una manera más rápida con relación a los otros dos canales. En el caso este deporte es importante mostrar a los tenistas, gestos que estén bien realizadas para que las pueda observar de mejor manera e imitarlas.

2.4.3.4.3.2. Auditivo

En este canal los estudiantes aprenden mejor porque escuchan una determinada indicación sobre la temática hacer tratada, pero hay que seguir un orden secuencial

y lógico y de igual forma en lo que tiene que ver a los deportes el aprendizaje con este tipo de canal es más lento.

2.4.3.4.3.3. Cinestésico

Este canal utiliza la información asociándola a las sensaciones y movimientos del cuerpo; se lo utiliza en el deporte y en otras actividades de la vida diaria. En el tenis de campo es importante utilizar este canal para que el tenista sienta el movimiento del gesto y lo comprenda de mejor manera; pero hay que considerar que el aprendizaje es mucho más lento.

En el tenis de campo los profesores deben combinar los 3 canales, enfatizando mucho más en el canal visual, ya que el porcentaje de personas aprenden con más rapidez por este medio.

2.4.3.4.4. Estilos de enseñanza

El estilo de enseñanza que utilice el docente debe relacionarlo con cada uno de los elementos didácticos, lo que quiere decir que el profesor debe dominar los diferentes estilos de enseñanza en lo que se refiere a su aplicación. No basta con saber la asignatura o materia para dar las clases, para poder ser profesor por lo que los educadores deben aplicar diversos estilos para el mejor aprendizaje de los estudiantes.

2.4.3.4.4.1. De mando

Los estilos de mando según los autores Miley y Crespo (1999) se clasifican en:

- Mando directo
- Enseñanza basada en la tarea
- Enseñanza recíproca
- Autoevaluación

Mando Directo

El mando directo tiene su origen militar, se basa a dar órdenes a la otra persona, la misma que tiene que realizar de acuerdo a las indicaciones, siendo el más utilizado en la educación física y el deporte. Según Beatriz Hernández Nieto en su artículo

científico que titula “Los métodos de enseñanza de la educación física”, dice que los objetivos y los papeles del docente y el estudiante en el mando directo son:

Objetivos

- Repetición de los ejercicios físicos a realizar bajo el mando del profesor
- Enseñanza masiva

El papel del docente tiene prevista toda la actuación docente siguiendo un esquema lineal, Control y disciplina severa y procede a explicar y demostrar el gesto o ejercicio a realizar por el grupo de alumnos.

El papel del estudiante se somete a las indicaciones por parte del profesor de forma estricta lo que quiere decir que no tienen autonomía.

Enseñanza basada en la tarea

En este estilo de enseñanza el alumno asume parte de las decisiones interactivas referentes a la posición y organización de los mismos y al ritmo de ejecución. Supone un paso más hacia la autonomía e individualización del alumno. Para Delgado (1991) dice que las tareas son las mismas por lo que no existe individualización por niveles o intereses.

Lo que quiere decir que está centrada en la organización de la tarea; se parte de una organización muy bien cuidada y de una información inicial, de carácter general, clarificadora, las tareas son planteadas por el docente en forma de circuito o recorrido general, pero las tareas son las mismas, mismo trabajo para todos y durante la ejecución el profesor administra feedback, estimulando e interactuando con los alumnos.

Enseñanza Recíproca

La enseñanza recíproca es una estrategia de agrupación cooperativa que recurre a los estudiantes para que se conviertan en el docente y trabajen como un grupo, para aportarle significado a un texto. Por lo que la enseñanza recíproca el docente plantea actividades que motiven a los educandos ayudarse entre sí, por lo que si uno de ellos no puede una determinada actividad, el otro aporta significativamente en su aprendizaje con la observación del profesor; este tipo de enseñanza se lo utiliza con

mayor frecuencia cuando hay grupos muy numerosos para que apoye significativamente en el proceso de aprendizaje.

2.4.3.4.4.2. De Descubrimiento

Los estilos de descubrimiento según Crespo (1994) se clasifican en:

- Descubrimiento guiado
- Resolución de problemas
- Programa individual
- Iniciativas de aprendizaje
- Auto enseñanza

Descubrimiento guiado

En este estilo el profesor tiene conocimiento y planifica la respuesta a una tarea y guía sistemáticamente a los alumnos para que descubran dicha solución, se deben realizar preguntas eficaces para lograr en el educando que vaya descubriendo planificadamente un determinado tema, con el fin de involucrar a los estudiantes en un proceso de descubrimiento convergente para que fomenten su capacidad de generar soluciones de una manera autónoma.

Resolución de problemas

En este estilo de enseñanza el entrenador presenta un problema a sus deportistas que están relacionados a una situación dada; es muy importante en este tipo de estilo el trabajo en equipo, donde cada uno de sus miembros muestren aportes muy significativos, con una adecuada toma de decisiones en todos los niveles.

Programa individual

En este estilo de enseñanza el alumno es la persona que planifica y diseña un entrenamiento y la función del entrenador es aprobar el tema conjuntamente con el programa, es importante decir este estilo fomenta la planificación y evaluación del deportista incrementando su nivel de confianza.

Iniciativas de aprendizaje

En este estilo el alumno es quién escoge y planifica el programa con la respectiva autorización del entrenador, lo cual alienta y desarrolla la independencia y la comprensión mediante la dedicación y de igual manera que el estilo anterior aquí se fomentará la confianza en sí mismo.

Auto-enseñanza

En este estilo de enseñanza la persona actúa en calidad de maestro- alumno y trabaja de una manera totalmente independiente logrando desarrollar la parte cognitiva, personal y motriz, pero hay que considerar que por no tener una persona que le guíe adecuadamente sobre una temática en especial su aprendizaje será mucho más lento.

En lo que se refiere al tenis de campo el entrenador es quién debe elegir el estilo de entrenamiento que más se adapte a sus jugadores con el fin de mejorar el proceso de enseñanza y aprendizaje o a su vez combinar los distintos estilos de enseñanza tanto los de mando como los de descubrimiento dependiendo de la habilidad técnica a enseñarse, procurando también crear independencia en los alumnos con una adecuada toma de decisiones.

2.4.3.4.5. Métodos de enseñanza

El tipo de enseñanza que escoja el entrenador para enseñar a un determinado grupo un determinado deporte va a depender del estilo de enseñanza de mando con sus respectivas variaciones, es decir, a base de órdenes, práctica/tarea, enseñanza recíproca, por parejas de compañeros, auto-evaluación e inclusión. Todo lo mencionado conjuntamente con la presentación de un modelo de parte del entrenador que se relaciona al gesto técnico que se quiere aprender. “Los métodos principales de enseñanza aplicados al tenis son: el método global y el método analítico” (Crespo y Miley, 1999, p.33).

2.4.3.4.5.1. Método Global

Para la aplicación de este método se debe contar con un modelo relacionado al gesto técnico que va a aprender el alumno, de esta manera el entrenador va a presentar la

técnica de una forma global, es decir, sin descomponerlo en cada una de sus partes, los tenistas van a tener la oportunidad de ver el golpe en su totalidad, un ejemplo de lo mencionado es cuando el deportista va aprender el golpe de derecha y el modelo que es presentado por parte del profesor es la derecha de Roger Federer, la misma que es presentada a sus estudiantes en su totalidad y ellos deben entenderlo como tal para poder imitar el gesto lo más parecido posible.

2.4.3.4.5.2. Método Analítico

Cuando el alumno no comprende la habilidad técnica presentada con el método global, el entrenador debe utilizar el método analítico, en el cual el profesor presenta el golpe dividiéndole por partes para buscar una mejor comprensión de la técnica que se quiere aprender; un ejemplo de lo mencionado es cuando el entrenador va a enseñar el golpe de revés, él debe considerar cada una de las fases del golpe que son: la posición inicial, la preparación, el impacto y la terminación, las cuales deben ser presentadas una a una al jugador para que el aprendizaje sea más significativo y pueda ejecutar el gesto técnico de la mejor manera.

“No hay métodos buenos o malos, solo buenas o malas decisiones del entrenador al escoger el método a utilizar” (Crespo y Miley, 1999, p.33). Por lo tanto se puede afirmar que no existe un método correcto que pueda aplicarse en todas las situaciones, los mejores entrenadores son los que escogen el método más adecuado considerando la situación y características de los jugadores.

2.4.4. Variable Dependiente: Práctica del Tenis de Campo

2.4.4.1. La Educación

La educación permitirá a las personas según sus intereses y capacidades profundizar sobre una temática específica por medio de un proceso de socialización, con el fin de asimilar y aprender conocimientos, relacionándose con una serie de habilidades y valores que modifican a los individuos a nivel intelectual, emocional y social.

2.4.4.1.1. Tipos de Educación

Lo fundamental en los diferentes tipos de educación es que las actividades que están planificadas y que se las realiza con los estudiantes deben transmitir conocimientos, valores, costumbres y formas de actuar. Según Torres (2009), los tipos de educación son: Educación Formal, Educación no formal y Educación Informal.

2.4.4.1.1.1. Educación Formal

Se la define como un proceso de formación integral, que se da en todos los niveles educativos, en la cual hay que cumplir los parámetros de un currículo específico y este tipo de educación es impartida en una institución educativa por medio de docentes que están capacitados para hacerlo.

2.4.4.1.1.2. Educación No Formal

La educación no formal se refiere a las diferentes actividades que se realizan a diario en la familia, en el trabajo y el ocio, las mismas que permiten el aprendizaje sobre esos parámetros por parte de los individuos, lo que quiere decir que tiene que ver mucho con la experiencia.

2.4.4.1.1.3. Educación Informal

Se la considera como un proceso de aprendizaje continuo y espontáneo, donde no se considera a la educación formal e informal, aparece como hechos sociales que no estaban planificados, permitiendo la interacción del individuo con el ambiente, con los amigos, con la familia y con el entorno en general.

2.4.4.1.2. Concepciones de la Educación

Existen dos concepciones de la educación que son: la tradicional y la moderna.

2.4.4.1.2.1. Tradicional

Se entiende por educación tradicional a todo lo que de algún modo tenía vigencia pedagógica hasta fines del siglo pasado; el docente es la única persona que conoce el fin educativo, el alumno no tiene idea cual es la finalidad de lo que aprende, solo conoce los contenidos de la lección del día, que es repetida por el profesor y que él debe a su vez aprender a repetir, en otras palabras aprende por memorización sin ningún tipo de razonamiento

2.4.4.1.2.2. Moderna

La educación moderna se refiere a toda la renovación, a través de diferentes escuelas, tendencias y orientaciones, que empiezan a tener aplicación y vigencia a partir de este siglo. Tusa (2002) dice “El estilo de educación que se deriva de esta concepción es esencialmente una educación que se dedica a cultivar, desarrollar y alimentar la inteligencia; y lo que alimenta mejor a la inteligencia son las ideas, (...)” p.17.

2.4.4.2. La Educación Física

La educación física comprende un amplio campo de actividades que educan a las personas por medio del movimiento y parte de ella está el deporte que es un medio educativo para lograrlo, por lo que es fundamental que desde tempranas edades se debe crear el hábito de realizar actividad física, de practicar una modalidad deportiva que permita a la población llevar una vida activa y así poder disminuir el índice de sedentarismo que hay a nivel mundial. “La educación física constituye una disciplina vivencial. No se debe olvidar que el cuerpo y el movimiento son los ejes básicos en los que se centra su acción educativa” (González & Lleixa, 2010, p.5). Por lo tanto, la educación física debe estar presente en todos los niveles educativos para que niños, jóvenes, adultos, adultos mayores y personas con capacidades diferentes tengan la gran oportunidad de beneficiarse con su práctica.

Rivas y Orozco (2002) dicen que “La Educación Física es parte de la educación en general que considera al hombre como un ente educable partiendo del principio de corporeidad infundida de la vida psíquica y del auto-desarrollo o el auto-desarrollo regido por leyes propias” (p.6).

“La Educación Física es la ciencia de la conducta motriz, entendiendo por conducta motriz, la organización significativa del comportamiento motor” (Zagalaz, 2001, p12).

Por lo tanto se define a la educación física como una ciencia que ayuda a las personas a educarse por medio del movimiento que permitirá usar adecuadamente cada una de las partes del cuerpo, ayudando a la formación integral de los individuos.

2.4.4.2.1. Contenidos de la Educación Física

Según Zagalaz (2001) dice que los contenidos de la educación física se dividen en los siguientes aspectos:

- Habilidades motrices básicas
- El deporte
- Expresión corporal
- Juegos Motores

Habilidades motrices básicas

Las habilidades motrices básicas dotan a las personas de un amplio repertorio motriz con el cual se pueda, después, optimizar al máximo el potencial personal, siendo su punto de partida movimientos como: la marcha, carreras, saltos, lanzamientos, etc. Las mismas que se pueden combinar mejorando las acciones motrices de los individuos, logrando que pueda resolver diferentes problemas que se puedan presentar a nivel motor, ya que todo movimiento por más complejo que sea, es la resultante de la combinación de las habilidades motrices básica. Zagalaz (2001) propone la siguiente clasificación de las habilidades motrices básicas: movimientos que implican locomoción (desplazamientos, saltos, giros, apoyos), movimientos que implican locomoción y manipulación (transportes: soportar, llevar), movimientos que implican manipulación (lanzamientos, recepciones) y movimientos que no implican manipulación ni locomoción (equilibraciones).

El deporte

En la actualidad el deporte es un medio fundamental dentro de los programas de la educación física, su principal objeto es crear hábitos deportivos duraderos, que ayuden a los educandos a concientizar la importancia de practicar una disciplina deportiva, a su vez uno de los objetivos ir crenado las bases necesarias para que los mejores deportistas integren programas específicos de una determinada modalidad deportiva. Los deportes que pueden formar parte de la educación física se clasifican en: deportes individuales, deportes en equipo y deportes de combate; en cada uno de ellos el docente de educación física enseñara sus aspectos básicos para una mejor comprensión por parte de los educandos, quienes tendrán una opción significativa para ponerla en práctica durante el tiempo libre y de esta manera convertirlo en un estilo de vida.

Expresión corporal

Una de las principales características de la expresión corporal es el placer del movimiento, ya que el mismo requiere una gran creatividad y se manifiesta con emociones, ideas, pensamientos, sensaciones y sentimientos a través del movimiento conjuntamente con un soporte musical. Existe mucha variedad en este tipo de trabajo dependiendo más de la persona que se encuentra al frente; siendo las principales modalidades el ritmo y la danza, la representación, dramatización y lenguaje y los bailes populares.

Juegos motores

Otro de los contenidos importantes de la Educación Física son los juegos motores que se convierten en un complemento ideal dentro de una clase de Educación Física y uno de los beneficios más importantes que se logra es la sociabilización de las personas que se involucren en él; es importante resaltar que los educando tienen que resolver diversos problemas motrices los cuales tienen que ser solucionados de la mejor manera para cumplir con éxito esta actividad. Dentro de sus principales modalidades tenemos los juegos motores, los juegos recreativos y los juegos deportivos los cuales deben ir acorde al desarrollo evolutivo de los estudiantes y teniendo en cuenta que se deben tener los objetivos claros, unos adecuados

contenidos considerando el espacio y el material a utilizarse, a su vez las reglas deben ser simples y entendibles y se los debe aplicar en cada una de las clases de educación física para motivar a todos sus practicantes a realizar movimientos específicos.

2.4.4.3. El Deporte

El deporte es una expresión cultural que tienen las poblaciones del mundo en la cual se refleja y se interpreta la sociedad y las diferentes situaciones de la vida diaria. “El deporte, al igual que el trabajo o la educación, es un ejercicio social que comparte similares valores” (Rodríguez, 2008, p. 17). El deporte es una vertiente de la Cultura Física que se da a nivel recreativo y competitivo, a nivel recreativo permite a las personas a utilizar adecuadamente el tiempo libre beneficiándose a nivel físico, afectivo y psicosocial; a nivel competitivo son los mismos beneficios pero se involucre el ganar, perder o empatar y es aquí donde se mide las capacidades de las personas de forma individual o colectiva. A nivel universitario el deporte complementa la formación integral de los estudiantes fortaleciendo sus valores personales y mejorando significativamente su estilo de vida para que se conviertan en entes positivos en el desarrollo de la sociedad.

2.4.4.3.1. El deporte formación para la vida

La práctica deportiva trae consigo muchos beneficios que aportan significativamente en la formación de las personas para la vida, ya que todas las acciones que se realicen en los diferentes deportes van encaminadas al desarrollo humano para convertir a sus practicantes en individuos sanos, equilibrados y felices con valores éticos y morales. “Todas las acciones que se emprendan en la escuela de formación deportiva deberán estar encaminadas hacia el desarrollo humano antes que hacia el éxito deportivo” (Molano, 2013, p.19); lo que quiere decir que uno de los objetivos principales de la práctica de un deporte es la formación.

2.4.4.3.2. Tipos de Deportes

En la actualidad existen una variedad de deportes que las personas pueden practicar a nivel competitivo o recreativo; hay deportes acuáticos, aeronáuticos, ecuestres, de aventura, de fuerza, de lucha, de montaña, de motor, de pelota, de raqueta entre

ellos se encuentra el tenis de campo que es un deporte individual y colectivo, lo cual se muestra en la práctica de sus dos modalidades de juego. “La vida como el deporte nos exige compromiso, creatividad y esfuerzo constante, nos obliga a fijarnos metas y a trabajar por ellas” (Molano, 2013, p.13). El escoger un deporte va a depender de los gustos y preferencias de la gente, considerando que las disciplinas deportivas van dirigidas a niños, jóvenes, adultos, adultos mayores y personas con capacidades diferentes quienes buscan deleitarse con su práctica y además recibir los beneficios que conlleva el hacer deporte.

2.4.4.3.3. El Tenis de Campo

En la actualidad el tenis de campo es una de las disciplinas deportivas que ha aumentado el número de practicantes a nivel mundial y es una de las opciones que tiene la población para practicarlo y el beneficio más grande sea la salud. “El tenis es un deporte en el que se establece el intercambio de una pelota mediante una raqueta, debiendo aquélla superar la red para ir a parar al terreno del contrario, dentro de los límites establecidos por las líneas del campo” (Sanz, 2004, p.45). El mismo autor en otro libro Sanz (2003) dice “Que los medios de comunicación y la popularización del tenis de campo han permitido ponerlo al alcance de todo el mundo y eso ha facilitado que hoy en día sea extraño ver una instalación deportiva sin una pista de tenis” (p.15). Por lo que podemos afirmar que el tenis cada día está aumentando su popularidad en todos los niveles y hay que quitarse esa idea que es un deporte solo para las personas con dinero, ya que lo pueden practicar toda la población sin distinción social, ni económica de esta manera se beneficiarán de manera significativa y uno de los parámetros que más se combate con su práctica es el sedentarismo.

Ilustración No 1



Fuente: Investigador

2.4.4.3.3.1. Modalidades de Juego

Las modalidades del juego del tenis de campo son:

- Singles
- Dobles

Singles

En esta modalidad del tenis se juega uno contra uno, siendo esta la primera que aprende un tenista y se la puede jugar tanto en damas como en caballeros en todas las categorías independientemente del nivel de juego de los jugadores y considerando los límites de la cancha para este formato.

Ilustración No 2



Fuente: Investigador

Dobles

La otra modalidad de juego del tenis es los dobles en la cual se juega dos contra dos, tomando en cuenta que se lo realiza de diferente forma que los singles con las ubicaciones específicas de cada uno de los tenistas. En los dobles pueden intervenir caballeros con caballeros, damas con damas y de forma mixta de acuerdo al reglamento del torneo que se esté jugando o si es de forma amistosa los equipos se conforman como acuerden los jugadores.

Ilustración No 3



Fuente: Investigador

2.4.4.3.3.2. Requerimientos del tenis

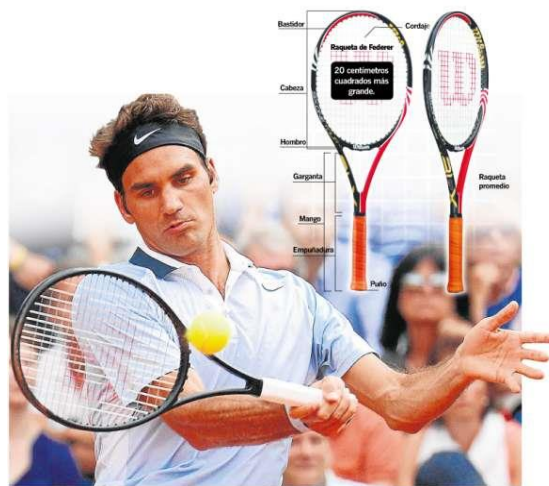
Los implementos que se requieren para jugar al tenis de campo son:

- La Raqueta
- La Pelota
- La Puntuación

2.4.4.3.3.2.1. Raqueta

La raqueta es el implemento deportivo que se utiliza para jugar al tenis, ya que por medio de ella el tenista tiene la posibilidad de impactar la pelota, para dirigirla hacia el otro lado de la cancha. Las partes de la raqueta son: el grip, las cuerdas, el corazón y el marco; es importante que los jugadores conozcan cada una de sus partes para que entiendan de mejor manera las indicaciones de los entrenadores. Los jugadores eligen la raqueta de acuerdo a su estilo de juego, hay jugadores que desean más potencia en sus golpes, mientras que otro necesitan un mayor control, de la misma forma ellos tratan de probar varios tipos de raquetas con el fin de utilizar la mejor que se adapte a sus características personales de juego y le permita tener un mejor rendimiento en un partido. “Todas las raquetas actuales, independientemente de su tamaño, mantienen prácticamente su misma estructura” (Sanz, 2004, p.43).

Ilustración No 4



Fuente: <http://www.eluniverso.com/deportes/2013/07/18/nota/1176096/federer-estrena-raqueta-mas-grande> S.A. (18 de julio de 2013). Recuperado el 10 de Febrero de 2015

“Las dimensiones máximas, según las reglas del tenis, son de 73.66 cm. (9 pulgadas) de largo y 31.75 cm. (12.5 pulgadas) de ancho, mientras que la superficie de golpeo no puede ser mayor de 39.37cm. (15.5 pulgadas) de largo y 29.21 cm. (11.5 cm) de ancho. (...). Actualmente los jugadores profesionales utilizan raquetas aproximadamente de unos 25.4 cm. (10 pulgadas) de ancho y los jugadores aficionados de unos 27.9 cm. (11 pulgadas)” (Elliott. Reid. Crespo. (2003). p.179). Considerando cada una de las medidas mencionadas otro factor que influye en la raqueta de tenis es la tecnología, puesto que cada una de ellas son fabricadas con diversos tipos de materiales cuyo objetivo principal es optimizar el rendimiento de los tenistas. “El procedimiento esencial para analizar una tecnología consiste en determinar cuánta energía y dónde se hace no disponible para devolver la pelota. (Crawford, 2008, p. 13 – 14). Por lo tanto es fundamental que un jugador de tenis pruebe diferentes tipos de raquetas para que utilice la que más se adapte a sus características de juego para que influya de forma significativa en su rendimiento general.

2.4.4.3.3.2.2. Pelota

La pelota es el otro implemento indispensable para jugar al tenis, las hay de diferentes marcas y para las distintas superficies de juego, unas son más rápidas que otras, pero siempre cada fabricante debe respetar los parámetros que deben cumplir

de acuerdo al reglamento internacional de la Federación Internacional de Tenis. “El diámetro de las pelotas, debe oscilar entre 6.35 y 6.67 centímetros, mientras que su peso no debe sobrepasar por ningún motivo los 58.5 gramos”. (Reglamento de la Federación Internacional de Tenis, 2014, p. 4). Es primordial que el tenista entrene con el tipo de pelotas con el que va a jugar un determinado torneo con el fin de que se adapte a la velocidad de las mismas para que tenga un adecuado rendimiento.

Ilustración No 5



Fuente: <http://padelcba.com.ar/2010/04/diferencia-entre-las-pelotas-de-tenis-y-padel/>, S.A. (25 de abril de 2010). Recuperado el 10 de febrero de 2015

De esta forma es muy importante para los aficionados al tenis de campo, tengan los implementos deportivos adecuados para una mejor práctica de esta disciplina deportiva que favorezca su aprendizaje.

2.4.4.3.3. La puntuación

Para que una persona comprenda el juego del tenis debe conocer la puntuación que se tiene que seguir en un partido de tenis, la misma que determinará el ganador. Un partido está conformado por sets, los sets por juegos y los juegos por puntos. “Un juego está compuesto por puntos, que se suceden de la siguiente manera: 15, 30, 40 y juego o game” (Sanz, 2004, p. 45). Para ganar un set el jugador debe ganar 6 juegos o games y debe haber una diferencia de 2 games con respecto al rival; si empatan a 5 se deberá jugar al 7, lo que quiere decir que el tenista cuando gane el set quedará 7 a 5. En el caso que empaten a 6 se deberá disputar un tie break en el cual se juega de uno a uno al 7 y de la misma manera con dos puntos de diferencia para ganar y en este caso si el deportista gana el tie break el set será 7 a 6. El número de sets que se juegue va a depender del torneo que se dispute o como queden de acuerdo los jugadores si se trata de un partido amistoso.

2.4.4.4. La práctica del tenis de campo

La práctica de una disciplina deportiva es esencial para el mejoramiento de la calidad de vida de una población, ya que trae muchos beneficios a nivel cognitivo, afectivo y psicosocial y a su vez crea un impacto positivo en la prevención y tratamiento de diversas enfermedades. El tenis de campo es una de las mejores opciones que tienen niños, jóvenes, adultos, adultos mayores y personas con capacidades diferentes para poder practicarlo durante toda la vida, mejorando lo mencionado anteriormente y a la vez la parte física, técnica, táctica, psicológica y teórica del tenis, con el fin de poder jugar un partido con la correcta aplicación del reglamento. De acuerdo a lo mencionado la práctica del tenis de campo se puede definir como la aplicación de los diferentes tipos de golpes realizados en situaciones de juego que se presentan en un partido de acuerdo a la modalidad de juego con la táctica adecuada y la correcta aplicación del reglamento.

2.4.4.4.1. Las Empuñaduras

Uno de los aspectos fundamentales del aprendizaje del tenis es la empuñadura que tiene que ver con la forma que el jugador sujeta la raqueta para realizar un golpe, la cual se debe adaptar al estilo de juego que desarrolla el tenista, siendo el entrenador en el mejor orientador para guiar a los jugadores a sujetar la empuñadura adecuada para un mejor aprendizaje. Díaz (1987) dice que “No podemos afirmar que una empuñadura sea mejor que otra, pero sí se puede decir, que algunas empuñaduras facilitan la ejecución de los golpes y otras entorpecen el progreso” (p.4). Es por eso la importancia de escoger la empuñadura correcta para la realización de los distintos golpes que favorezcan al rendimiento del jugador con el fin de buscar golpes más efectivos que le permitan ganar la mayor cantidad de puntos y al final poder ganar un partido de tenis. Las empuñaduras con las que el jugador puede tomar la raqueta para la realización de un golpe son:

- Este de derecha
- Semi - Oeste de derecha
- Oeste de derecha
- Este de revés
- Continental

Este de derecha

Es la empuñadura más difundida entre jugadores principiantes e intermedios, permite una posición en la cual el encordado se mantiene perpendicular al piso, brindando una mayor seguridad y consistencia, especialmente para ejecutar golpes planos. Díaz (1987) afirma que “La característica principal se basa en el emplazamiento de la palma de la mano, la cual debe acercarse al mango como con intención de darle la mano” (p.5). Lo que quiere decir que la base del índice se sitúa en la arista número tres del mango de la raqueta.

Ilustración No 6



Fuente: http://espndeportes.espn.go.com/blogs/index?entryID=840510&name=tony_pena Tony y Rodrigo Pena (S.F.). Recuperado el 10 de febrero

Semi - Oeste de derecha

Su nombre proviene de las canchas de superficie dura de California, en donde los jugadores impactaban la pelota alta, por lo que esta empuñadura es recomendable para pegar pelotas que llegan alto al jugador. Elliot (1988) dice que las dos características más importantes de sujetar la raqueta de esta manera son: la relajación de la muñeca hacia atrás y la orientación hacia el suelo de la raqueta tanto en el movimiento de ésta hacia atrás como hacia adelante. Para orientarse de mejor manera para poder sujetar la raqueta se debe colocar la base del índice en la arista número 4 formando una V con los dedos índice y pulgar.

Ilustración No 7



Fuente: <http://es.wikihow.com/sujetar-una-raqueta-de-tenis>
S.A. (S.F.). Recuperado el 10 de febrero de 2015

Oeste de derecha

Esta empuñadura permitirá al jugador golpear la pelota con mucho más efecto, siendo una empuñadura ideal para pegar las pelotas altas, sin embargo hay dificultad para pegar las pelotas que tiene un bote muy bajo. Su utilización sería más recomendable para superficies más lentas para tener un mejor rendimiento en el transcurso de un partido. Para sujetar de esta manera hay que colocar la base del índice entre la arista 4 y 5 del mango de la raqueta.

Ilustración No 8



Fuente: http://espndeportes.espn.go.com/blogs/index?entryID=840510&name=tony_pena Tony y Rodrigo Pena (S.F.). Recuperado el 10 de febrero de 2015

Este de revés

Es la empuñadura más recomendada para la mayor parte de los golpes de revés, ya que trae muchas ventajas entre ellas tenemos las que menciona Elliot y Marsh (1989): permite golpear la pelota a la altura del pecho, permite golpear la pelota cuando sube y permite pegar a pelota que rebota a la altura normal. Por lo tanto sería una empuñadura recomendada para los jugadores que se encuentren aprendiendo el golpe de revés. Para sujetarla debes colocar la base del índice por

encima de la raqueta, lo que garantizara que la cara de la raqueta se encuentre vertical al suelo en el momento del impacto, logrando que la muñeca este en una posición cómoda y firme durante todo el golpe.

Ilustración No 9



Fuente: http://espndeportes.espn.go.com/blogs/index?entryID=840510&name=tony_pena Tony y Rodrigo Pena (S.F.). Recuperado el 10 de febrero de 2015

Continental

Esta empuñadura permitirá realizar varios tipos de golpes durante un partido de tenis, se usa con más frecuencia para el servicio, la volea y el smash, pero también se lo puede utilizar en otros golpes como variaciones de los básicos, por ejemplo, las dejadas, las dejadas de volea y las voleas bajas. Hay que considerar que en los últimos tiempos los jugadores a nivel mundial sujetan la raqueta con empuñaduras más extremas para la ejecución del golpe de derecha y la empuñadura continental es la menos usada, puesto que, resulta difícil pegar pelotas altas.

El entrenador de tenis dentro de la aplicación de la metodología en la enseñanza debe considerar la empuñadura de cada uno de los golpes con el fin de guiar al tenista por el mejor camino para un adecuado aprendizaje de esta disciplina deportiva y pueda aplicar las técnicas aprendidas en un partido.

Ilustración No 10



Fuente: http://espndeportes.espn.go.com/blogs/index?entryID=840510&name=tony_pena Tony y Rodrigo Pena (S.F.). Recuperado el 10 de febrero de 2015

2.4.4.2. Tipos de golpes

Para poder jugar un partido de tenis el deportista debe aplicar varios tipos de golpes en diferentes situaciones de un partido, tomando en consideración lo que dicen Elliot, Reid y Crespo (2003) “Jugar bien al tenis está íntimamente relacionado con la efectividad y la eficiencia del desplazamiento y de los golpes del jugador”, por lo que podemos afirmar que las herramientas que utiliza un tenista para jugar un partido de tenis son los golpes que pueda aplicar, siendo indispensable el aprendizaje adecuado de cada uno de ellos para poder utilizarlos de mejor manera. En el tenis de iniciación los tenistas aprenden los golpes básicos que pueden aplicarlos durante el partido y son: la derecha, el revés, el servicio, la volea y el smash.

2.4.4.2.1. El golpe de derecha

Esta técnica es el primer golpe que aprende un tenista porque su grado de dificultad es menor y se convierte en uno de los golpes más importantes del tenis, ya que es el más usado durante un partido, permite dominar el punto, tomar la iniciativa y jugar golpes de mayor velocidad que hagan que se ganen la mayor cantidad de puntos y un partido. Bahamonde (2001) afirma que el golpe de derecha en el tenis ha cambiado drásticamente en los últimos diez años, los jugadores actuales rara vez usan la derecha tradicional, usan con mayor frecuencia golpes de derecha liftadas. Las fases del golpe de derecha son: Posición inicial, preparación, impacto y terminación.

Ilustración No 11



Fuente: <http://ventajanewton.blogspot.com/2011/08/como-las-raquetas-cambiaron-el-juego-o.html>. S.A. (S.F.). Recuperado el 10 de febrero de 2015

La posición inicial

El jugador se sitúa con los pies separados más o menos a la altura de los hombros, el peso del cuerpo se encuentra sobre la punta de los pies, con las rodillas semiflexionadas; la mano derecha se encuentra al final del mango y la izquierda en el corazón de la raqueta. Es fundamental que el tenista siempre tras cada golpe regrese a esta posición para estar atento al siguiente golpe del rival.

Preparación

Se lleva la raqueta hacia atrás con un movimiento semicircular, en la que la cabeza de la raqueta va por delante y la transferencia del cuerpo va sobre la pierna atrasada.

Impacto

Se lo realiza por delante del cuerpo, la raqueta se mantiene recta y bloqueada en este momento y el brazo se encuentra totalmente extendido. La posición de los pies es abierta y el peso del cuerpo lo mantenemos en el pie del golpe.

Terminación

La terminación es por delante del cuerpo con el codo derecho hacia el hombro izquierdo y apuntando al contrario, rodeando el cuello. El peso del cuerpo en ambos pies para mantener el equilibrio y es importante esta frente a la red.

2.4.4.2.2. El golpe de revés

Según Reid (2001) dice que “El golpe de revés, muy a menudo quebradero de cabeza de los jugadores amateur, supone junto a la derecha y el saque el núcleo de los golpes del tenis” (p.8). Por lo tanto es golpe muy necesario para poder jugar un partido de tenis y hay dos maneras de realizarlo a una mano y a dos manos, lo cual depende del gusto y la habilidad del jugador. Las fases del golpe de revés son posición inicial, preparación, impacto y terminación.

Ilustración No 12



Fuente: <http://www.padeltour.es/gotenis/noticias/guias-del-tenis/el-golpe-de-reves-del-tenis.aspx>
S.A. (S.F.). Recuperado el 10 de febrero de 2015

La posición inicial se describió anteriormente en el golpe de derecha.

Preparación

Se lo realiza con el giro de hombros hacia el lado del golpe, la raqueta se sujeta con las dos manos por el mango e inicia movimiento hacia atrás. El peso del cuerpo está en la pierna posterior y se inicia los pasos de ajuste hacia el golpe definitivo.

Impacto

Se ejecuta por delante del cuerpo con las dos manos, el peso del cuerpo se encuentra en la pierna adelantada y las rodillas flexionadas para favorecer el impacto. La raqueta entra recta hacia la pelota en posición de fuerza y las caderas se encuentran por detrás de la raqueta.

Terminación

La terminación va por delante del cuerpo, sobre el pie adelantado y levantado el talón del pie trasero para favorecer el equilibrio del cuerpo. La cadera y el cuerpo salen detrás de la bola para favorecer la acción del cuerpo

2.4.4.4.2.3. El servicio

El servicio es el golpe más importante del tenis, ya que su utilización permitirá iniciar el punto y es el único golpe que no depende del rival, va a depender de la correcta ejecución con el fin de tomar la iniciativa en el punto y generar mayor número de oportunidades para ganarlo. “El éxito de muchos jugadores del circuito masculino y femenino se debe en parte a los potentes saques” (Elliot, 2001, p.3).

Por lo que es importante que desde la iniciación se enseñe de la mejor manera esta técnica deportiva para que los tenistas la dominen y puedan sacar provecho en un partido. Las fases del servicio son: posición inicial, movimiento de elevación, impacto y terminación.

La posición inicial

El jugador se encuentra detrás de la línea de fondo, con el pie izquierdo delante y el derecho detrás paralelo a dicha línea. Los brazos se mantienen juntos, raqueta y pelota, y el peso del cuerpo está en el pie de atrás. Hay que fijar la vista hacia el sitio donde se quiera golpear la pelota.

Movimiento de elevación

Se inicia el movimiento de elevación de la bola con el brazo izquierdo hacia arriba y el derecho sale por detrás hasta que el codo llegue a la altura del hombro, donde se debe realizar la pausa del golpe que precederá al impacto. El peso del cuerpo pasa hacia el pie delantero.

Impacto

El impacto se lo realiza por arriba de la cabeza, con el brazo estirado hacia la pelota. El peso del cuerpo totalmente adelantado, en la pierna izquierda, y el brazo izquierdo se recoge hacia el estómago.

Terminación

La terminación va hacia el lado izquierdo del cuerpo, el brazo izquierdo recogido en el estómago, y el pie derecho sale hacia adelante, para iniciar el movimiento de recuperación.

Ilustración No 13



*Fuente: <http://psicotenisbur.blogspot.com/2014/08/el-exito-del-saque.html> S.A. (S.F.).
Recuperado el 10 de febrero de 2015*

2.4.4.2.4. La volea

La volea es un golpe que se lo realiza sin que haya el bote de la pelota, es decir se la impacta en el aire y por lo general se la realiza cerca de la red para definir un punto, por lo que es indispensable que los tenistas aprendan este golpe para poder desenvolverse de mejor manera cuando se encuentran en la red. La volea puede ser de lado de derecho y del lado de revés cada una con las siguientes fases: posición inicial, preparación y giro de hombros, impacto y terminación.

La volea de derecha

Ilustración No 14



Fuente: <http://www.padeltour.es/gotenis/noticias/guias-del-tenis/la-volea-del-tenis.aspx> S.A. (S.F.). Recuperado el 10 de febrero de 2015

A continuación se detallan las fases de este golpe:

La posición inicial es la misma que en los golpes de derecha y revés por lo que se describirán las fases desde la preparación.

Preparación y giro de hombros

La preparación se la realiza con un giro de hombros hacia el lado del golpe con mismo pie, la raqueta continúa en la mano izquierda para mantener el balance del cuerpo, y el puño de ésta debe apuntar al pie contrario (es decir, al derecho). El peso del cuerpo se mantiene en el pie izquierdo aunque el derecho todavía no se lo ha movido.

Impacto

El impacto se lo realiza por delante del cuerpo, con el brazo estirado hacia la pelota y el peso del cuerpo pasa hacia la pierna adelantada y contraria al golpe, para los diestros sería la izquierda y para los zurdos la derecha.

Terminación

En esta última fase la terminación se la realiza con el peso del cuerpo totalmente adelantado en la pierna contraria y el brazo que sale hacia adelante en la misma dirección de la pelota manteniendo un balance adecuado del cuerpo.

La volea de revés

Ilustración No 15



Fuente: <http://www.padeltour.es/gotenis/noticias/guias-del-tenis/la-volea-del-tenis.aspx> S.A. (S.F.). Recuperado el 10 de febrero de 2015

A continuación se detallan las fases desde la preparación:

Preparación y giro de hombros

En esta fase los hombros van hacia el lado del golpe con el pie de este, la raqueta sigue sujeta en la mano izquierda para mantener su balance, y el puño de ésta debe apuntar al pie contrario (es decir, al derecho). El peso del cuerpo se lo mantiene en el pie izquierdo aunque el derecho todavía no se lo ha movido.

Impacto

La fase de impacto se la realiza por delante del cuerpo, con el brazo estirado hacia la bola y el peso del cuerpo pasa hacia la pierna adelantada y contraria del golpe.

Terminación

La terminación del golpe es hacia adelante, con el peso del cuerpo totalmente adelantado para generar una mayor potencia al golpe, en la transferencia del peso, el pie de atrás se levanta para dar más énfasis a la terminación, el brazo está extendido hacia adelante según la dirección y el efecto, permaneciendo el brazo izquierdo atrás para mantener el equilibrio del cuerpo.

2.4.4.2.5. El smash

El golpe de smash se lo realiza por encima de la cabeza del jugador en un mayor porcentaje se golpea cerca de la red, pero también se lo puede ejecutar desde cualquier parte de la cancha dependiendo de las circunstancias del punto. Las variantes de este golpe van a depender de la altura con la que llegue la pelota, ya que de acuerdo a esto se lo puede hacer con bote o sin bote, considerando que es un golpe de definición. Las fases de este golpe son: Posición inicial, preparación y giro de hombros, impacto y terminación.

Ilustración No 16



*Fuente: <http://www.geotenis.com/2011/06/17/golpe-de-smash/>
S.A. (S.F.). Recuperado el 10 de febrero de 2015*

Preparación y giro de hombros

En la preparación y giro de hombros se la realiza adelantando el pie izquierdo, girando los hombros, y elevando la mano izquierda hacia la bola para tener una referencia del golpe y mantener el equilibrio del cuerpo al momento de esperar la pelota que viene por arriba del jugador. Antes de realizar el impacto, se ajusta el golpe realizando los pasos de ajustes necesarios para ubicarse debajo de la pelota.

Impacto

El impacto se lo realiza por encima de la cabeza, con el brazo estirado hacia la pelota, colocando el peso del cuerpo en la pierna izquierda y hacia adelante, la raqueta permanece en posición de fuerza, la misma es bloqueada en el momento del impacto y el brazo izquierdo comienza a descender hacia el estómago.

Terminación

En esta última fase el peso del cuerpo se encuentra sobre la pierna de adelante, levantado el talón del pie contrario, la raqueta después de salir hacia adelante recoge el golpe por el lado izquierdo del cuerpo, saliendo por este lado y la derecha se mantiene recogida en la zona del estómago del cuerpo.

La didáctica que utilice el entrenador de tenis debe considerar los medios más adecuados para enseñar los golpes básicos con las empuñaduras correctas, que permitan al tenista contar con herramientas necesarias para poderlas aplicar en un partido, es por eso que el profesor de tenis debe estar atento con los diferentes cambios que pueda presentar un jugador que pueda afectar de manera negativa en su rendimiento.

2.4.4.4.3. La estrategia y táctica

La estrategia y la táctica que aplican los tenistas en un partido van a depender de su nivel de juego, del tipo de superficie de la cancha, del nivel físico del jugador, de factores psicológicos y de las condiciones meteorológicas, las cuales debe ser tomadas muy en cuenta a la hora de planear un partido de tenis. MacCurdy y Dave Miley (2002) dicen “Para los jugadores novatos y poco experimentados, la estrategia más importante es mantener la pelota en juego” (p.19). Lo que quiere decir que los tenistas de este nivel deben jugar pelotas a bajas velocidades que le permitan controlar eficientemente el golpe y a medida que va incrementando su nivel va aumentando la velocidad. De acuerdo a lo mencionado se puede decir que la estrategia es la elaboración de un plan general en relación a un partido, mientras la táctica es la puesta en marcha de dicho plan que favorecerá significativamente en un mejor resultado.

2.4.4.3.1. Opciones tácticas

El éxito de las opciones tácticas que tiene un jugador en un partido va a depender de la regularidad y el riesgo que tomen los tenistas, es decir un jugador novato tiene que jugar con regularidad y sin riesgo, mientras un jugador con un mayor nivel de juego asumirá ya, un porcentaje de riesgos. “Hay que alentar al jugador a mantener la pelota en juego y evitar cometer errores no forzados” MacCurdy y Dave Miley, 2002, p.9).

Otras de las opciones tácticas con la que cuentan los tenistas es jugar con profundidad que significa que el golpe realizado debe pasar la línea de los cajones de saque y cerca de la línea de fondo de la cancha, con el fin de hacer retroceder al rival, obligándolo a golpear pelotas altas. También puede utilizar otra opción táctica que es atacar a los puntos débiles de su adversario, que por lo general se relacionan con los golpes más inseguros de un jugador y la mayoría de los tenistas de iniciación su golpe más débil es el revés, por lo tanto se debe buscar las partes más flojas del rival para tener mayores probabilidades de éxito en un partido. Jugar con un gran margen de seguridad se convierte en una de las opciones tácticas más recomendadas independientemente del nivel de los jugadores, es decir jugar golpes con trayectorias más altas y evitar jugar golpes que caigan cerca de los límites de la cancha.

2.4.4.3.2. Situaciones de juego

Según MacCurdy y Dave Miley (2002) afirman que se pueden distinguir cinco situaciones de juego cuando se juega al tenis y estas son:

- El jugador saca
- El jugador resta
- El jugador y el adversario están ambos al fondo de la cancha
- El jugador sube a la red
- El adversario sube a la red

Por lo que es fundamental que el tenista en cada uno de los entrenamientos practique las cinco situaciones de juego que hay en el tenis, con el fin de perfeccionarlas adecuadamente y las puedan utilizar con efectividad durante un partido de tenis.

Los entrenadores de tenis deben diseñar sesiones de entrenamiento que le permitan perfeccionar cada una de las situaciones mencionadas, ya que la práctica es la única manera de aprender de manera significativa, de esta manera se puede decir que la didáctica va influir positivamente en las mejoras que tenga el tenista.

2.4.4.4.3.3. Zonas de juego

Dentro de la estrategia y táctica de este deporte es importante que los tenistas conozcan las zonas de juego que hay en una cancha de tenis, ya que los jugadores de iniciación tienen dificultades para controlar y dirigir la pelota. Las zonas de juego tienen una relación directa con las opciones tácticas de un jugador, es decir, va a depender en la zona en la que se va encontrar el tenista para aplicar una determinada estrategia. A continuación se enumeran las cinco zonas y son: la zona de defensa, la zona de control, la zona de presión, la zona de ataque y zona de definición y el jugador de tenis realiza un golpe determinado de acuerdo a la posición en la que se encuentre en la cancha, considerando que a su vez van a depender de una adecuada toma de decisiones que van a influir en el resultado global del partido.

Ilustración No 17



Fuente: <http://www.tenispadelamistad.com/portal/tenis-la-amistad/item/41-zonas-pista.html> S.A. (S.F.). Recuperado el 10 de febrero de 2015

2.4.4.4.3.4. Las Fases de juego

En el transcurso de un partido o de una determinada situación deportiva, el jugador tiene que enfrentarse a diversas tácticas, para adquirir la experiencia necesaria al momento de encontrarse con una situación. “Las fases de juego del tenis en los jugadores principiantes e intermedios sin gran experiencia son: la defensa, el peloteo y el ataque” (MacCurdy y Miley. 2002. P.22). La fase de defensa se caracteriza por una pelota con la trayectoria más alta, con el objetivo de ganar tiempo para su recuperación. La fase del peloteo el jugador no se ve forzado a cometer errores se limita a mantener la pelota en juego esperando que el rival cometa errores y la fase de ataque el tenista debe colocar al rival en una posición defensiva y hay que tomar en cuenta que en esta fase se asumen una mayor cantidad de riesgos.

2.4.4.4.3.5. El entorno del jugador

El jugador de tenis necesita adaptarse en un partido a un sin número de circunstancias que se pueden presentar como: la superficie de la cancha, el sol, el viento la actitud y la temperatura, que se van a convertir en factores que no se los puede dejar de lado; siendo necesario que durante los entrenamientos de un tenista se incluyan este tipo de factores, para que se acostumbre a cada uno de ellos y no se conviertan en una sorpresa de un determinado entrenamiento.

2.4.4.4.4. El control de la pelota

Cuando un tenista ejecuta un golpe debe contar con un objetivo y uno de los más elementales en la iniciación es que la pelota pase por encima de la red y que bote dentro de los límites de la cancha. Es importante que desde la iniciación los jugadores tengan control de la pelota, con el fin de crear unas bases sólidas que le permitan con el tiempo en la ejecución de sus diferentes golpes realizarlos con una mayor velocidad. “El golpe puede perseguir además otros objetivos, que pueden variar en función de la habilidad del jugador, la situación táctica en la que se encuentre, su posición en la cancha y el grado de dificultad de la pelota que debe devolver” (MacCurdy y Miley, 2002, p.27). Los mismos autores afirman que el

control de la pelota va a depender de los siguientes factores: dirección, altura, distancia – profundidad, efecto y velocidad.

2.4.4.4.1. La dirección

La dirección de la pelota al momento de ejecutar un golpe va a depender del ángulo de la raqueta en el instante del impacto y la dirección con la que llega la pelota antes del mismo, considerando que hay cinco direcciones básicas que son: hacia la izquierda, hacia la derecha, hacia arriba, hacia abajo o hacia adelante. Hay que considerar que la dirección también se ve afectada por las modificaciones del punto de contacto en el sentido que si es impactada adelante o atrás, la posición del cuerpo al momento de pegar la pelota y las diferentes modificaciones de la posición del codo y la muñeca

2.4.4.4.2. La altura

La altura con la que se pegue a la pelota va a estar determinada por el ángulo vertical de la cara de la raqueta en el impacto la trayectoria y la velocidad en el recorrido de la raqueta durante el gesto técnico. Lo que quiere decir que la forma como se encuentre la raqueta en el golpe va a incidir en el vuelo de la pelota afectando la profundidad de la misma.

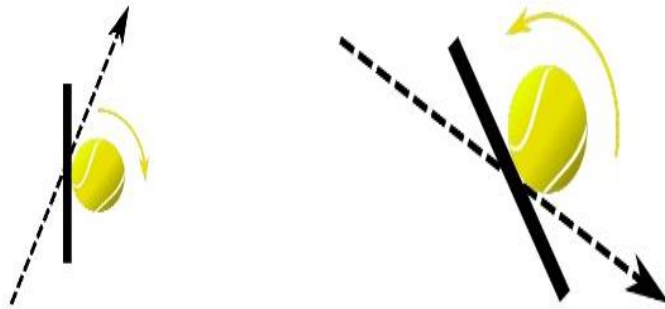
2.4.4.4.3. La distancia y la profundidad

La distancia y la profundidad de la pelota van a estar determinadas por la altura o su trayectoria, la velocidad, ya que cuánto más velocidad lleve la pelota más lejos viajará y llegará con mayor distancia, a la vez va a depender del efecto de la pelota, los golpes liftados caen mucho más rápidos que los planos y tienen una trayectoria más curva.

2.4.4.4.4. El efecto

El efecto de la pelota va a estar determinado por la trayectoria de la raqueta durante la ejecución del gesto técnico, si el movimiento es más ascendente la pelota va a tener un mayor efecto liftado, generando una mayor rotación. De igual forma va a estar determinada por la velocidad y el ángulo de la cara de la raqueta al momento del impacto de la pelota.

Ilustración No 18



Fuente: <http://es.slideshare.net/valentinajimenezgarzon/ana-maria-brea-antelo-y-valentina-jimenez-garzon> S.A. (S.F.). Recuperado el 10 de febrero de 2015

2.4.4.4.5. La velocidad

En lo que se refiere a la velocidad va a depender de la rapidez de la cara de la raqueta al momento de impactar la pelota, considerando la distancia recorrida durante todo el gesto técnico y su continuidad. Según MacCurdy y Miley (2002), la rapidez con la que llega la pelota del contrario y los materiales que componen la raqueta también afectan la velocidad de la pelota tras el golpe.

2.4.4.4.5. La organización de la clase

Es primordial para los entrenadores de tenis estructurar adecuadamente las sesiones de clases o entrenamiento las mismas que van a contar con elementos que permitirán un mejor desenvolvimiento por parte de los deportistas. Los elementos que debe tener una clase de tenis según Crespo y Miley (2002) son:

- Reunión / presentación
- Calentamiento / Evaluación
- Demostración y explicación de la técnica o habilidad
- Demostración del ejercicio y tareas para practicar dicha habilidad
- Realización del ejercicio / tarea
- Observación y comentarios sobre la calidad de la técnica o la habilidad
- Práctica de situaciones de partidos / juego divertidos
- Disminución paulatina de la intensidad, relajamiento y repaso de la lección
- Alentar a los alumnos a practicar y a participar en la próxima lección

Hay que tener en cuenta varios aspectos durante la realización de la clase como son: la preparación, la seguridad, la demostración de los golpes y el lanzamiento de las pelotas.

En lo que se refiere a la preparación hay que considerar el número y la edad de los alumnos, el grado de dedicación, el número de canchas disponibles, disponibilidad de material didáctico para la clase, la duración de la sesión de clase y el material personal del entrenador como puede ser el cronómetro, el silbato, el bolígrafo y el cuaderno de notas. Todos estos elementos serán indispensables a la hora de planificar la clase preparando todo el equipo necesario, planeando la demostración y la explicación de los golpes, preparando adecuadamente los ejercicios y contar con ejercicios que permitan practicar situaciones de juego, con el fin de que se convierta la clase o sesión en un espacio significativo de aprendizaje de los diferentes elementos que giran alrededor del aprendizaje del tenis. Otro de los aspectos a considerar es la seguridad, ya que una de las responsabilidades del profesor es garantizar que las lecciones se desarrollen con la debida seguridad, es decir debe dar las indicaciones previas a los deportistas sobre las normas que hay que cumplir especialmente al momento de realizar los ejercicios para que no se presente ningún tipo de accidente, un ejemplo es evitar que las pelotas estén regadas en la cancha para que el tenista no las pise y se pueda resbalar y es importante que el entrenador conozca sobre los primeros auxilios para poder aplicarlos en situaciones que lo requieran. La demostración de los golpes es un factor importante para que el alumno aprenda adecuadamente un gesto técnico, ya que una imagen vale más que mil palabras, por lo que es necesario que el entrenador demuestre correctamente un determinada técnica y esta tienen que ser mostradas una forma lenta y a su vez descomponer el golpe para que el tenista comprenda mejor, considerando que la demostración se la debe realizar varias veces. MacCurdy y Miley (2002) dicen que el 80% del aprendizaje se aprende observando e imitando y el 20% se aprende escuchando, leyendo y evaluando la información. También se debe tomar en cuenta el lanzamiento de las pelotas a los alumnos los cuales deben caracterizarse a situaciones reales de partido como al nivel de juego de los jugadores, si es un jugador principiante se enviará la pelota de una manera más lenta y si es un jugador más avanzado el lanzamiento se lo realizará a mayor velocidad, con mayor

carga de efecto y colocación; se debe considerar la frecuencia con la que se lanza las pelotas, lo que quiere decir que se le debe dar un tiempo adecuado al tenista para la siguiente pelota que va a golpear.

Ilustración No 19



Fuente: Investigador

2.5. Hipótesis

H1: La metodología de enseñanza es un factor determinante en la práctica del tenis de campo en los estudiantes del Centro de Educación Física de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo.

Ho: La metodología de enseñanza no es un factor determinante en la práctica del tenis de campo en los estudiantes del Centro de Educación Física de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo.

2.6. Señalamiento de variables

2.6.1. Variable Independiente

La metodología de enseñanza

2.6.2. Variable dependiente

La práctica del tenis de campo

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

3.1. Enfoque

El **enfoque cualitativo** según Rodríguez, Gil y García, estudia la realidad en su contexto natural, tal y como sucede, intentando sacar sentido de, o interpretar los fenómenos de acuerdo con los significados que tienen para las personas implicadas. La investigación cualitativa implica la utilización y recogida de una gran variedad de materiales, entrevistas, experiencia personales, historias de vida, observaciones, textos históricos, imágenes, sonidos que describen las rutinas y las situaciones problemáticas y los significados en la vida de las personas. En la presente investigación se utilizó este enfoque en la descripción de las cualidades de cada una de las variables, hasta llegar con profundidad al concepto de la realidad, considerando al fenómeno como un todo.

También se utilizó el **enfoque cuantitativo**, este enfoque recoge, procesa y analiza datos, estos pueden ser cuantitativos o numéricos de cada una de las variables que son objeto de estudio; estos datos se relacionan entre sí para su respectiva interpretación. En la presente investigación se utilizó este enfoque cuando ya procesemos la información que recogimos de la muestra que en este caso son los estudiantes de tenis de campo y docentes del Centro de Educación Física, realizando el respectivo análisis e interpretación.

3.2. Modalidad básica de investigación

3.2.1. De campo

La investigación de campo es el estudio sistemático de los hechos en el lugar en que se producen. El investigador tiene contacto directo con los sujetos de investigación para obtener información de acuerdo a los objetivos.

En el caso de la presente investigación se va acudir a las canchas de tenis de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo, en las cuales los estudiantes de las diferentes carreras de la institución reciben sus clases, con el fin de recolectar los datos requeridos para su respectivo análisis.

3.2.2. Bibliográfica – Documental

La investigación bibliográfica – documental tiene como objetivo revisar diferentes enfoques teóricos, conceptuales y criterios de varios autores acerca de una determinada temática, refiriéndose a fuentes primarias que corresponden a documentos y a fuentes secundarias que se basan en libros, revistas, periódicos y otras publicaciones. En el estudio a realizarse se va a revisar libros especializados en tenis de campo y metodología de enseñanza, para poder utilizar teorías de los mejores autores del mundo de esta disciplina deportiva, a su vez se tomarán en cuenta artículos que se encuentren en revistas indexadas que hayan hecho investigaciones referidas a la presente temática.

3.3. Nivel o Tipo de Investigación

3.3.1. Exploratoria

La investigación exploratoria se encarga de recoger e identificar antecedentes generales, numerosos, cuantificaciones, temas y tópicos con relación a un estudio y en el presente trabajo se la utilizó para ponerse en contacto con la realidad, en este caso con los estudiantes de tenis de campo de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo para conocer como se está desarrollando la práctica del tenis con la metodología utilizada en los últimos semestres con este grupo de tenistas y así poder relacionar con la variable dependiente para identificar de qué manera se relacionan entre ellas y poder comprobar las hipótesis.

3.3.2. Descriptivo

Este tipo de investigación permite conocer determinadas situaciones y actitudes relacionadas a una temática, comparando entre dos a más fenómenos del entorno, clasificando sus elementos, modelos de comportamiento, según ciertos criterios y en el caso del estudio a realizarse, permitirá relacionar las dos variables involucradas con el fin de determinar las características de cada una de ellas.

3.3.3. Asociación de variables

La asociación de variables permite obtener predicciones estructuradas mediante el análisis de la correlación entre variables en los mismos sujetos de un contexto determinado, para evaluar las variaciones de comportamiento de una variable en relación a la otra y de esta manera determinar tendencias y en el caso del estudio a realizarse se relacionará las dos variables para establecer de qué manera influye la variable independiente en la dependiente. En nuestro estudio se relacionaran las variables: La metodología de enseñanza y la práctica del tenis de campo que nos permitirán conocer de qué manera la metodología de enseñanza que utiliza un profesor de tenis de campo influye en la práctica de esta disciplina deportiva.

3.4. Población y muestra

La población del estudio a realizarse corresponde a 280 estudiantes de tenis de campo y 8 docentes del Centro de Educación Física de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo.

3.4.1. Muestra

Tabla No 1

| Población | Muestra | Porcentaje |
|--------------------|---------|------------|
| Estudiantes | 165 | 95% |
| Docentes | 8 | 5% |
| TOTAL | 173 | 100% |

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

Por ser la población sumamente grande sacaremos la muestra con la siguiente forma:

$$n = \frac{N}{E^2(N - 1) + 1}$$
$$n = \frac{280}{0.05^2(280 - 1) + 1} = \mathbf{165}$$

n= tamaño de la muestra

N= población E= error de la muestra

3.5. Operacionalización de las variables

3.5.1. Variable independiente: Metodología de enseñanza

| Conceptualización | Dimensiones | Indicadores | Ítems básicos | Técnicas | Instrumentos |
|---|--------------------|-----------------------------|--|----------|--------------|
| Es una ciencia que utiliza diversos métodos y estilos de enseñanza para aprender una determinada actividad, aplicando de forma sistemática y organizada contenidos que permitirán la consecución de objetivos planteados utilizando el material didáctico adecuado. | Métodos | Global Analítico | ¿Considera usted al tenis de campo como un deporte fácil de aprender? | Encuesta | Cuestionario |
| | Estilos | De mando Descubrimiento | ¿Recibe usted la motivación necesaria por parte del docente durante las clases de tenis? | | |
| | Formas | Sistemáticos Organizados | ¿El docente socializa el objetivo de la clase antes de empezarla? | | |
| | Contenidos | Generales Específicos | ¿Los contenidos recibidos durante las clases de tenis de campo le permiten jugar un partido sin ningún tipo de dificultad? | | |
| | Material Didáctico | General Específico | ¿Durante las clases el docente utilizó pelotas de distintas velocidades y tamaños para la enseñanza del tenis? | | |

Tabla No 2 Variable independiente: Metodología de enseñanza

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

3.5.1. Variable dependiente: Práctica del Tenis de Campo

| Conceptualización | Dimensiones | Indicadores | Ítems básicos | Técnicas | Instrumentos |
|--|----------------------|---|--|----------|--------------|
| Es la aplicación de los diferentes tipos de golpes realizados en situaciones de juego que se presentan en un partido de acuerdo a la modalidad de juego con la táctica adecuada y la correcta aplicación del reglamento . | Tipos de golpes | Derecha - Revés Servicio Volea Smash | ¿Practica los golpes básicos en cada una de las clases de tenis? ¿La práctica del tenis de campo genero algún tipo de impacto en usted? | Encuesta | Cuestionario |
| | Situaciones de juego | Sacando o restando Jugando de fondo Acercándose a la red | ¿Conoce usted las situaciones de juego del tenis de campo? | | |
| | Modalidad de juego | Singles Dobles | ¿Practica usted las dos modalidades de juego del tenis de campo? | | |
| | Táctica | Consistencia Mover al rival El mejor golpe Jugar al lado débil | ¿Cree usted que la aplicación de la táctica es fundamental a la hora de jugar al tenis? | | |
| | Reglamento | Puntuación Tiempos | ¿Habitualmente en las clases de tenis usted aplicó distintos formatos y sistemas de puntuación? | | |

Tabla No 3 Variable dependiente: Práctica del tenis de campo

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

3.6. Plan de Recolección de la Información

El plan de recolección de información que se utilizará responde a las siguientes preguntas:

Tabla No 4

| Preguntas Básicas | Explicación |
|---------------------------------------|---|
| 1. ¿Para qué? | <ul style="list-style-type: none">-Determinar la relación existente entre la metodología de enseñanza y la práctica del tenis de campo de los estudiantes del Centro de Educación Física.-Analizar la metodología de enseñanza utilizada para la práctica del tenis de campo de los estudiantes del Centro de Educación Física.-Investigar la calidad en el aprendizaje de la práctica del tenis de campo de los estudiantes del Centro de Educación Física.-Aplicar la metodológica play and stay para la enseñanza del tenis de campo en los estudiantes del Centro de Educación Física. |
| 2. ¿De qué personas u objetos? | <ul style="list-style-type: none">-Estudiantes de tenis de campo y docentes del Centro de Educación Física de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo. |
| 3. ¿Sobre qué aspectos? | <ul style="list-style-type: none">-Métodos-Estilos de enseñanza-Formas-Contenidos-Material didáctico-Tipos de golpes-Situaciones de juego-Modalidad de juego-Táctica-Reglamento |

| | |
|--------------------------|---|
| 4. ¿Quién? | -Lic. Santiago Trujillo. |
| ☒ ¿A quiénes? | -165 Estudiantes y 8 Docentes |
| 5. ¿Dónde? | -Escuela Superior Politécnica de Chimborazo. |
| ☒ ¿Cuántas veces? | -Se aplicará una sola vez el instrumento de recolección de datos. |
| 6. ¿Qué técnicas? | -Encuesta |
| 7. ¿Con qué? | -Cuestionario |

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

Una vez respondidas las preguntas se determina la **encuesta** como técnica que se va a utilizar en el estudio. Según Herrera E. Luis y otros en el año 2008 define a la encuesta como una técnica de recolección de información, por la cual los informantes responden por escrito a preguntas entregadas por escrito. Francisco Alvira en el año 2004 dice que una encuesta presenta dos características básicas con relación a las otras técnicas que son: Recoge información proporcionada verbalmente o por escrito mediante un cuestionario estructurado y utiliza muestras de la población objeto de estudio. En el presente estudio la utilizaremos para recoger los datos de cada una de las variables, en este caso metodología de enseñanza y práctica del tenis de campo.

Para la aplicación de la encuesta se necesita utilizar un **cuestionario** que es un instrumento que utiliza preguntas impresas sobre hechos y aspectos que interesan investigar, las cuales son contestadas por la muestra investigada. El cuestionario estructurado tiene la finalidad de obtener de forma sistemática información de la población de estudio sobre las variables involucradas. En el presente trabajo se lo utilizará para enlazar los objetivos de la investigación y la realidad.

3.7. Procesamiento y análisis de la información

Para el procesamiento y análisis de datos se emplearán los siguientes pasos:

- Definición de la población de estudio
- Determinación de la técnica
- Elección del instrumento
- Diseño del instrumento

- Validación del instrumento (expertos)
- Aplicación del instrumento
- Limpieza de la información
- Tabulación
- Graficación
- Análisis
- Interpretación
- Construcción de las conclusiones
- Elaboración de las recomendaciones

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS

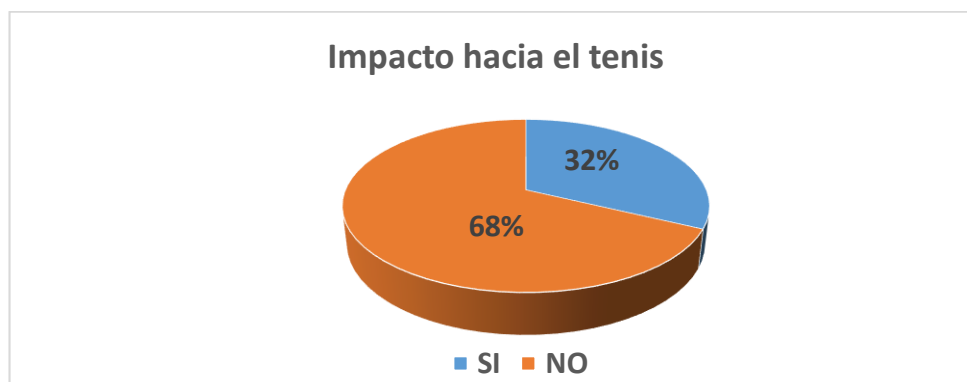
4.1. Encuesta dirigida a los estudiantes del Centro de Educación Física

1.- ¿La práctica del tenis de campo genero algún tipo de impacto en usted?

Tabla No 5

| OPCIONES | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|--------------|------------|------------|
| SI | 53 | 32% |
| NO | 112 | 68% |
| TOTAL | 165 | 100% |

Gráfico No 5



Fuente: Encuesta Estudiantes

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

Análisis

Podemos observar que 112 estudiantes encuestados que corresponden al 68%, dicen que no sintieron impacto por el tenis, mientras que 53 estudiantes que equivalen al 32% dicen que sí.

Interpretación

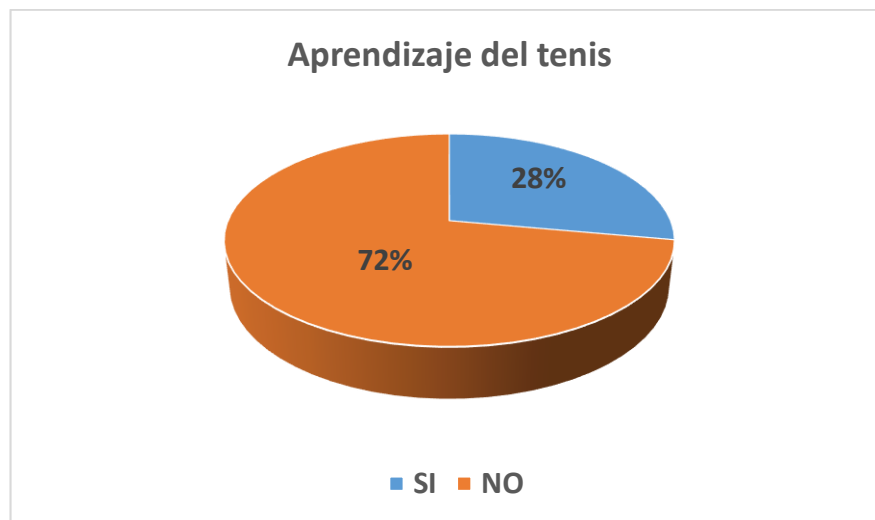
Como se puede observar en el gráfico la mayoría de los estudiantes del Centro de Educación Física no sintieron impacto por el tenis de campo, esto pudo darse por la aplicación de ejercicios o actividades poco interesantes para los alumnos, lo que influye negativamente en su motivación y por ende en su impacto hacia esta disciplina deportiva.

2.- ¿Considera usted al tenis de campo como un deporte fácil de aprender?

Tabla No 6

| OPCIONES | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|-----------------|-------------------|-------------------|
| SI | 46 | 28% |
| NO | 119 | 72% |
| TOTAL | 165 | 100% |

Gráfico No 6



Fuente: Encuesta Estudiantes

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

Análisis

En la tabla y en el gráfico podemos observar que el 72% que corresponde a 119 estudiantes encuestados dicen que el tenis de campo es un deporte difícil de aprender, mientras que el 28% afirman que es un deporte fácil en su aprendizaje.

Interpretación

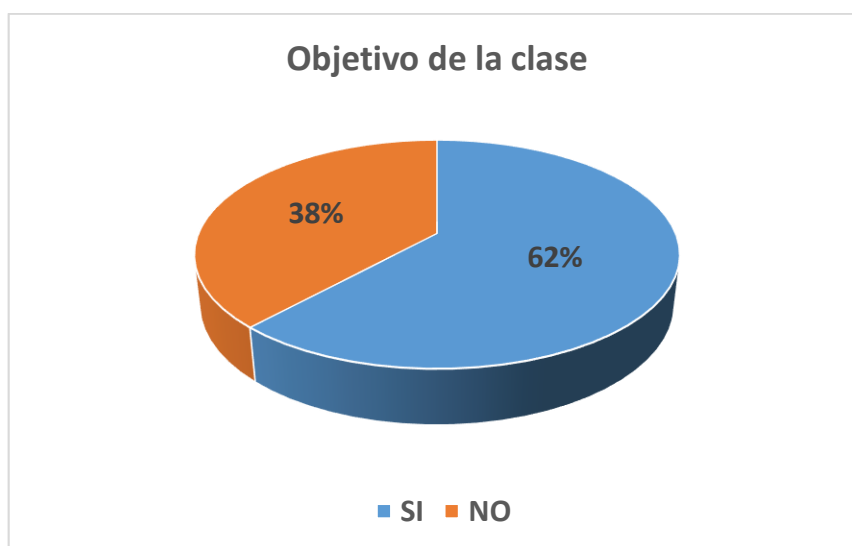
La gran mayoría de estudiantes consideran al tenis como un deporte difícil, esto se da por la dificultad de los ejercicios que se han realizado en las clases los cuales no han contado con las progresiones adecuadas para la mejora del nivel de juego de los tenistas y no se ha considerado que hay que ir de lo fácil a lo difícil para asegurarse un mejor aprendizaje, tomando en cuenta que se puede modificar las reglas de un ejercicio para que se adapte al nivel de juego de los jugadores y de esta manera beneficie a todos los miembros del grupo.

3.- ¿El docente socializa el objetivo de la clase antes de empezar?

Tabla No 7

| OPCIONES | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|-----------------|-------------------|-------------------|
| SI | 102 | 62% |
| NO | 63 | 38% |
| TOTAL | 165 | 100% |

Gráfico No 7



Fuente: Encuesta Estudiantes

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

Análisis

En la tabla y en el gráfico podemos observar que el 62% que corresponde a 102 estudiantes encuestados dicen que el profesor si dice el objetivo antes de iniciar la clase, mientras que el 38% dicen que no.

Interpretación

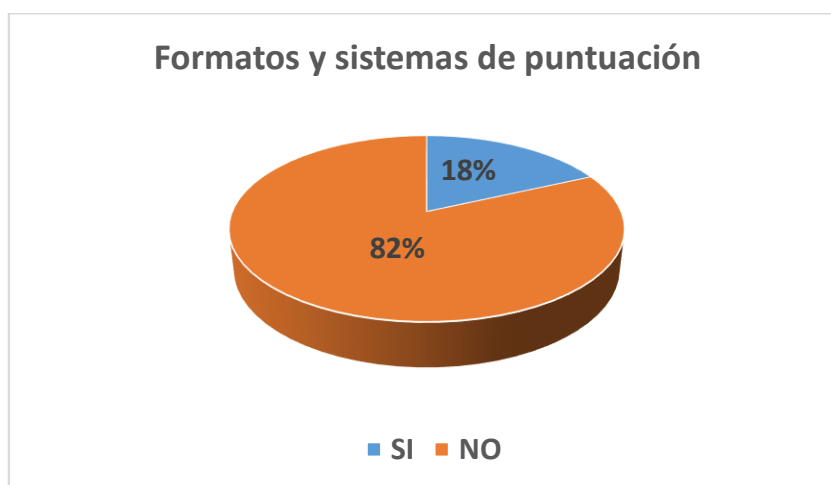
El plantearse objetivos durante las clases permitirá a los estudiantes darse cuenta de las mejoras que van alcanzando en cada una de ellas, tomando en cuenta que tienen que ser alcanzables, medibles y realizables y ser socializados a los jugadores para que ellos den lo mejor de sí para lograr la consecución de los mismos. Los estudiantes de tenis de campo del Centro de Educación Física si sabían cada uno de los objetivos de las clases, por lo que en este sentido ellos conocían que se iba a realizar durante ellas.

4.- ¿Habitualmente en las clases de tenis usted aplicó distintos formatos y sistemas de puntuación?

Tabla No 8

| OPCIONES | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|-----------------|-------------------|-------------------|
| SI | 30 | 18% |
| NO | 135 | 82% |
| TOTAL | 165 | 100% |

Gráfico No 8



Fuente: Encuesta Estudiantes

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

Análisis

En la tabla y en el gráfico podemos observar que el 82% que corresponde a 135 estudiantes encuestados dicen que no aplicaron distintos formatos y sistemas de puntuación durante las clases de tenis, mientras que el 18% dicen que sí.

Interpretación

En las clases de tenis de campo los estudiantes no aplicaron varios sistemas de puntuación, como el tie break en el que tienen que llegar a siete puntos para ganarlo, el super tie break aquí tienen que llegar a diez puntos, los cuales son sistemas de puntuación que les permitirán aplicar lo que van aprendiendo durante las clases de esta disciplina deportiva y con varios jugadores de distintos niveles, su escasa aplicación influye negativamente en su aprendizaje y en la comprensión del sistema de puntuación de este deporte, los alumnos solo se limitaban a utilizar los puntos del tenis: 15, 30, 40 y game olvidándose de los otros sistemas de puntaje.

5.- ¿Recibe usted la motivación necesaria por parte del docente durante las clases de tenis?

Tabla No 9

| OPCIONES | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|-----------------|-------------------|-------------------|
| SI | 129 | 78% |
| NO | 36 | 22% |
| TOTAL | 165 | 100% |

Gráfico No 9



Fuente: Encuesta Estudiantes

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

Análisis

En la tabla y en el gráfico podemos observar que el 78% que corresponde a 129 estudiantes encuestados dicen que sí reciben la motivación necesaria por parte del docente en las clases, mientras que el 22% dicen que no.

Interpretación

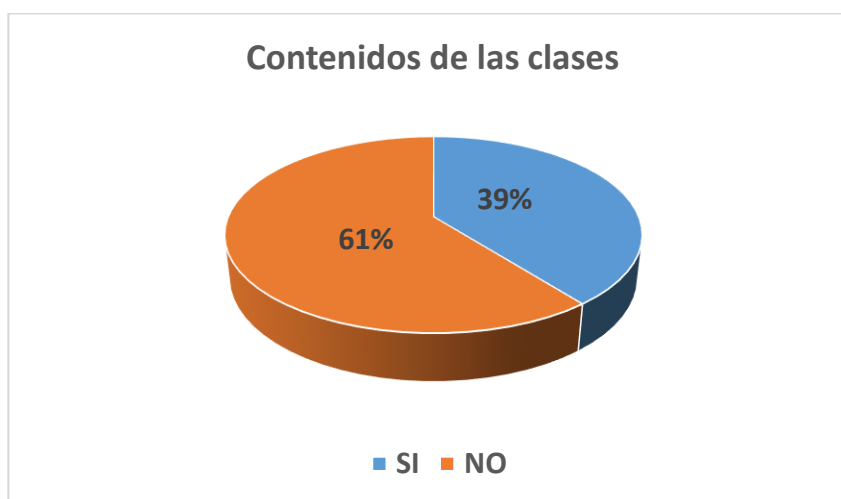
La motivación que el profesor da a sus estudiantes del Centro de Educación Física durante las clases de tenis de campo fue vital para su desarrollo, puesto que a pesar de realizar ejercicios complejos para los diferentes golpes, ellos contaban con el apoyo adecuado para poner en práctica las actividades propuestas, considerando que si alguien cuenta con la motivación necesaria aprenderá de una manera más rápida, disfrutando lo que está haciendo y así tendrá un mayor gusto este deporte.

6.- ¿Los contenidos recibidos durante las clases de tenis de campo le permiten jugar un partido sin ningún tipo de dificultad?

Tabla No 10

| OPCIONES | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|-----------------|-------------------|-------------------|
| SI | 65 | 39% |
| NO | 100 | 61% |
| TOTAL | 165 | 100% |

Gráfico No 10



Fuente: Encuesta Estudiantes

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

Análisis

En la tabla y en el gráfico podemos observar que el 61% que corresponde a 100 estudiantes encuestados dicen que los contenidos recibidos en las clases les permiten jugar un partido de tenis con dificultad, mientras que el 39% dicen que no tienen dificultad.

Interpretación

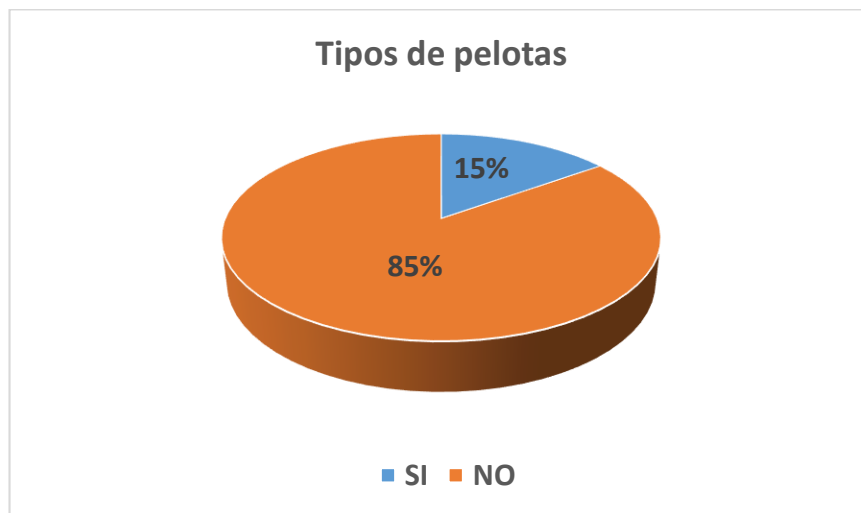
Los estudiantes del Centro de Educación Física tienen problemas a la hora de jugar un partido de tenis de campo, puesto que se les dificulta poner en práctica los golpes básicos de esta disciplina deportiva en determinadas situaciones de juego, lo cual afecta su rendimiento y esto se puede deber a las condiciones del proceso de enseñanza en lo que se refiere a los implementos utilizados, ya que la pelota con la que practican es demasiado rápida y es difícil controlarla; por lo que es importante aplicar una nueva metodología que facilite su aprendizaje.

7.- ¿Durante las clases el docente utilizó pelotas de distintas velocidades y tamaños para la enseñanza del tenis?

Tabla No 11

| OPCIONES | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|-----------------|-------------------|-------------------|
| SI | 25 | 15% |
| NO | 140 | 85% |
| TOTAL | 165 | 100% |

Gráfico No 11



Fuente: Encuesta Estudiantes

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

Análisis

En la tabla y en el gráfico podemos observar que el 85% que corresponde a 140 estudiantes encuestados dicen que no utilizaron pelotas de distintas velocidades durante las clases, mientras que el 15% dicen que sí.

Interpretación

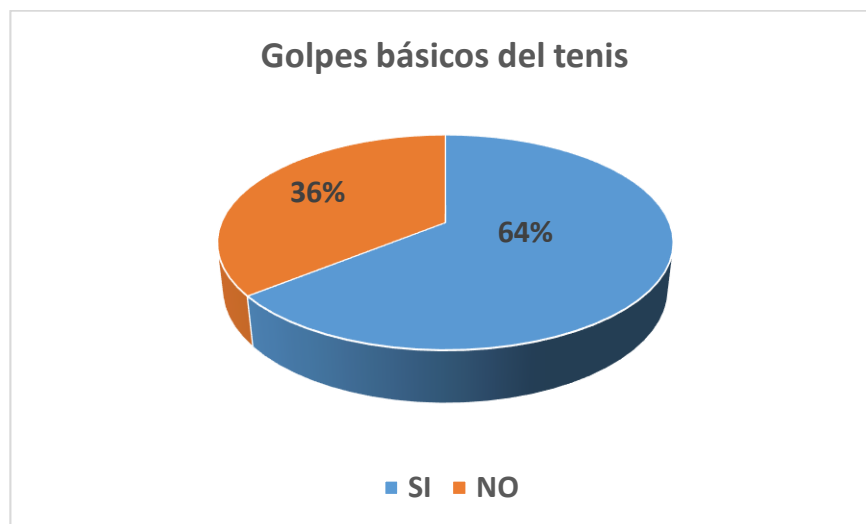
Con la metodología tradicional aplicada a los estudiantes de tenis de campo del Centro de Educación Física, se utilizan las pelotas con las que se juega a nivel profesional, las mismas que son demasiadas rápidas para poder aprender este deporte dificultando el control de la pelota por parte de los alumnos, no permitiéndoles realizar los ejercicios de forma adecuada, obstaculizando su toma de decisiones durante los puntos afectando su aprendizaje y rendimiento. Por lo tanto se hace necesario la práctica de este deporte con pelotas de varias velocidades y tamaños que vayan acorde al nivel de juego del jugador.

8.- ¿Practica los golpes básicos en cada una de las clases de tenis?

Tabla No 12

| OPCIONES | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|-----------------|-------------------|-------------------|
| SI | 106 | 64% |
| NO | 59 | 36% |
| TOTAL | 165 | 100% |

Gráfico No 12



Fuente: Encuesta Estudiantes

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

Análisis

En la tabla y en el gráfico podemos observar que el 64% que corresponde a 106 estudiantes encuestados dicen que sí practicaron los golpes básicos del tenis en cada una de las clases, mientras que el 36% dicen que no.

Interpretación

Los estudiantes de tenis del Centro de Educación Física si practicaron los golpes básicos en cada una de las clases, sin embargo ellos no tuvieron un adecuado aprendizaje de los mismos, puesto que tuvieron muchas dificultades a la hora de ponerlos en práctica durante los puntos en un partido, considerando que el tenista nunca recibe la misma pelota, viene con distintas velocidades, direcciones, alturas y efectos por que los jugadores deben tener buenas decisiones para elegir el golpe adecuado.

9.- ¿Practica usted las dos modalidades de juego del tenis de campo?

Tabla No 13

| OPCIONES | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|-----------------|-------------------|-------------------|
| SI | 119 | 72% |
| NO | 46 | 28% |
| TOTAL | 165 | 100% |

Gráfico No 13



Fuente: Encuesta Estudiantes

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

Análisis

En la tabla y en el gráfico podemos observar que el 72% que corresponde a 119 estudiantes encuestados saben jugar las dos modalidades de juego del tenis, mientras que el 28% no las conoce.

Interpretación

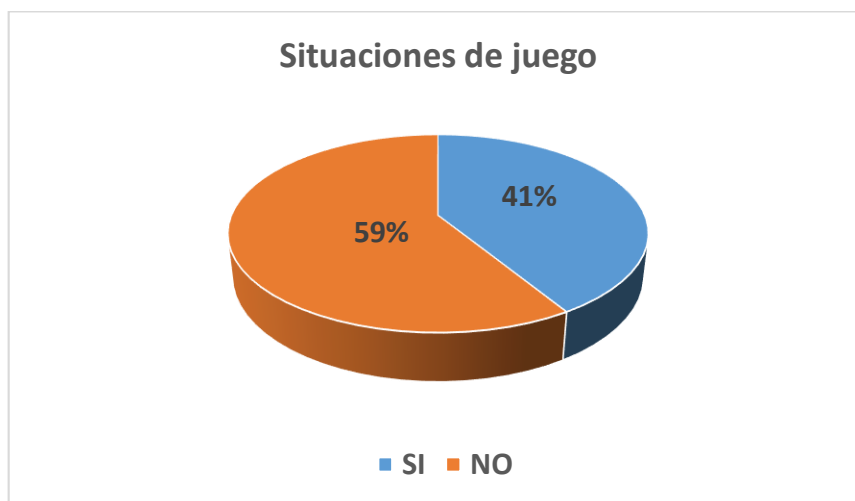
Los estudiantes de tenis del Centro de Educación Física practican las dos modalidades de juego que son singles y dobles, lo que quiere decir que los alumnos si las pusieron en práctica durante las clases, ellos deben conocer acerca de los límites de la cancha, las ubicaciones y el orden de servicio en relación a cada una de ellas; lo que se debe considerar es que su nivel de juego no es el apropiado al momento de ponerlas en práctica, por lo que es necesario que en la nueva metodología se realicen ejercicios que fortalezcan cada modalidad de juego del tenis e incentiven a su correcta práctica.

10.- ¿Conoce usted las situaciones de juego del tenis de campo?

Tabla No 14

| OPCIONES | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|-----------------|-------------------|-------------------|
| SI | 68 | 41% |
| NO | 97 | 59% |
| TOTAL | 165 | 100% |

Gráfico No 14



Fuente: Encuesta Estudiantes

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

Análisis

En la tabla y en el gráfico se observa que el 59% que corresponde a 97 estudiantes encuestados no conocen las situaciones de juego, mientras que el 41% sí.

Interpretación

El profesor debe lograr que los estudiantes conozcan las situaciones de juego del tenis y las puedan aplicar en un partido, los alumnos del Centro de Educación Física en su mayoría no conocen las situaciones de juego de este deporte, tienen problemas al momento de jugar un partido, ya que sus decisiones no son las más acertadas a la hora de efectuar un determinado golpe y una de las razones fundamentales es el no conocer en qué situación de juego se encuentra durante el punto, influyendo de forma negativa en el rendimiento del jugador y en el resultado final del partido.

11.- ¿Cree usted que la aplicación de la táctica es fundamental a la hora de jugar al tenis de campo?

Tabla No 15

| OPCIONES | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|-----------------|-------------------|-------------------|
| SI | 157 | 95% |
| NO | 8 | 5% |
| TOTAL | 165 | 100% |

Gráfico No 15



Fuente: Encuesta Estudiantes

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

Análisis

En la tabla y en el gráfico podemos observar que el 95% que corresponde a 157 estudiantes encuestados dicen que la aplicación de la táctica es fundamental a la hora de jugar al tenis, mientras que el 5% dicen que no.

Interpretación

En la práctica deportiva para poder ganar un determinado partido sus practicantes deben poner en práctica varias tácticas considerando su nivel de juego y el momento del partido, en el tenis de campo desde un jugador principiante a un avanzado deben aplicar la parte táctica de este deporte para lograr ganar un partido de tenis y cómo podemos ver os estudiantes en su mayoría están de acuerdo que la táctica es un aspecto primordial para jugar un partido de tenis.

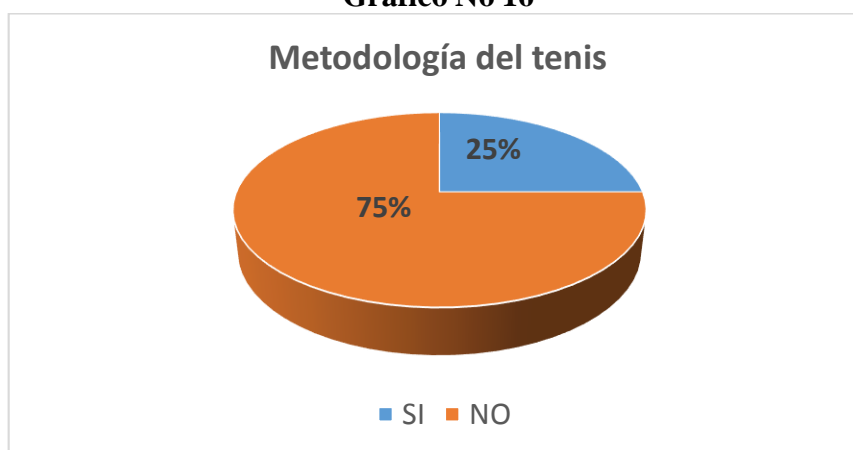
4.2. Encuesta dirigida a los docentes del Centro de Educación Física de la ESPOCH

1.- ¿Usted conoce sobre la metodología de la enseñanza del tenis de campo?

Tabla No 16

| OPCIONES | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|----------|------------|------------|
| SI | 2 | 25% |
| NO | 6 | 75% |
| TOTAL | 8 | 100% |

Gráfico No 16



Fuente: Encuesta Docentes

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

Análisis

En la tabla y en el gráfico podemos observar que el 75% que corresponde a 6 docentes encuestados no conocen la metodología de enseñanza del tenis, mientras que el 25% dice que sí.

Interpretación

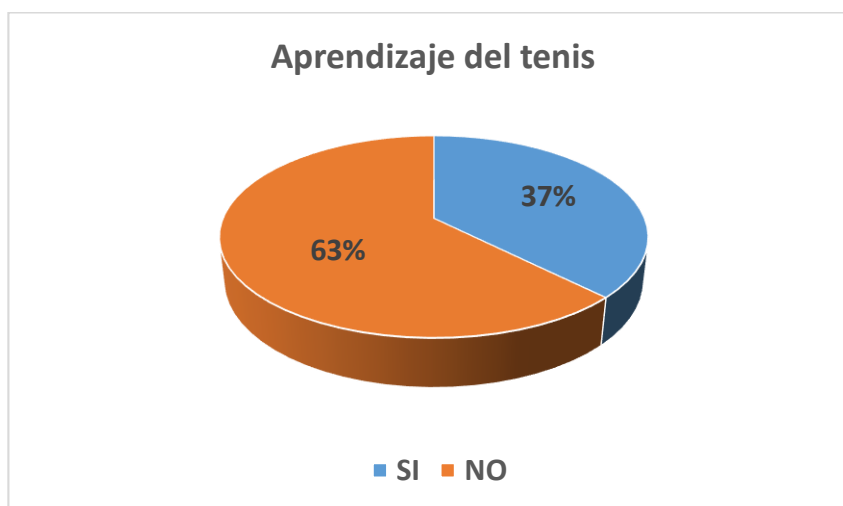
En la mayoría de carreras de Cultura Física que hay en el país dentro de sus mallas curriculares no se encuentra la asignatura de tenis de campo, por lo que se convierte en una de las razones principales que afectaron a los docentes del Centro de Educación Física con los conocimientos que puedan tener en relación a esta disciplina deportiva. Por lo que es importante que ellos se capaciten en temas que son indispensables para enseñar este deporte.

2.- ¿Considera usted que el tenis de campo es un deporte fácil de aprender?

Tabla No 17

| OPCIONES | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|-----------------|-------------------|-------------------|
| SI | 3 | 37% |
| NO | 5 | 63% |
| TOTAL | 8 | 100% |

Gráfico No 17



Fuente: Encuesta Docentes

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

Análisis

En la tabla y en el gráfico podemos observar que el 63% que corresponde a 5 docentes encuestados consideran al tenis como un deporte difícil de aprender, mientras que el 37% dice que es fácil de aprender.

Interpretación

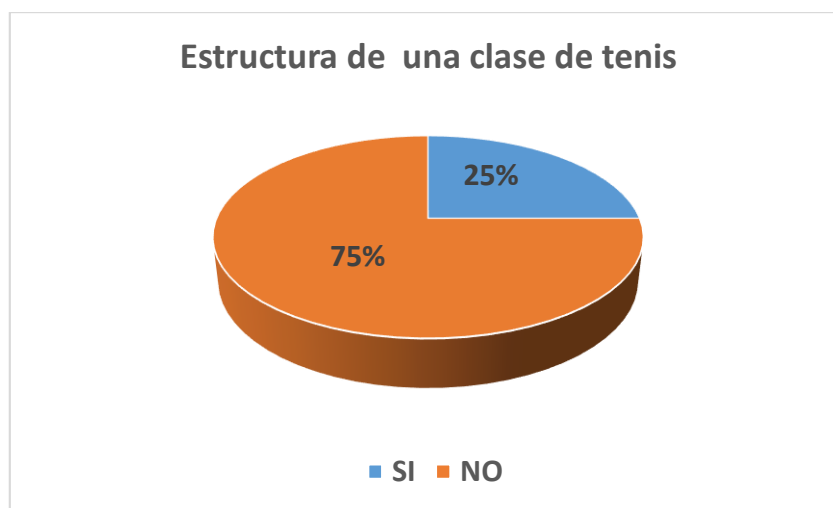
El tenis de campo requiere un alto grado de coordinación de los diferentes segmentos corporales para la realización de los gestos técnicos básicos de este deporte, los profesores del Centro de Educación Física analizaron que los jugadores de tenis deben trasladarse a varias velocidades para poder ejecutar los diferentes golpes, para ello deben tomar las decisiones más adecuadas para su correcta realización y a su vez consideraron que el tenista pega la pelota de distintas partes de la cancha.

3.- ¿Conoce y aplica la estructura de una clase de tenis de campo?

Tabla No 18

| OPCIONES | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|-----------------|-------------------|-------------------|
| SI | 2 | 25% |
| NO | 6 | 75% |
| TOTAL | 8 | 100% |

Gráfico No 18



Fuente: Encuesta Docentes

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

Análisis

En la tabla y en el gráfico podemos observar que el 75% que corresponde a 6 docentes encuestados no conocen la estructura de una clase de tenis, mientras que el 25% si la conoce.

Interpretación

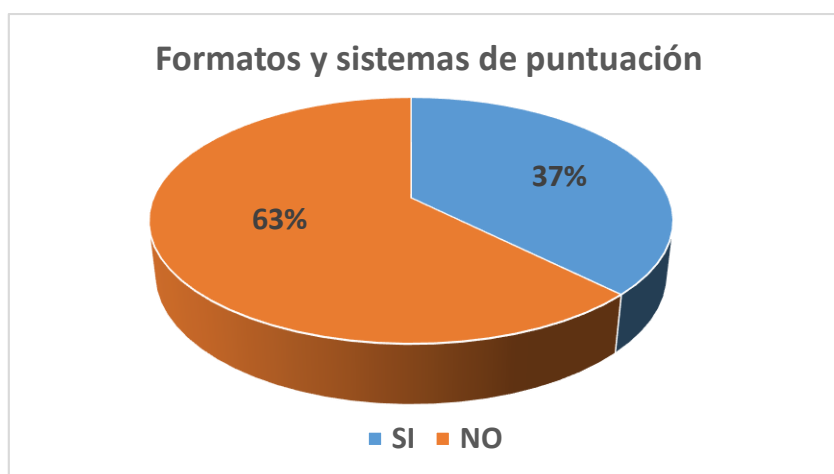
La escasa información recibida durante su formación profesional de los docentes del Centro de Educación Física con respecto al tenis de campo es una de las razones para que no conozcan la estructura de una clase de esta disciplina deportiva afectando directamente a las personas que deseen aprender este deporte, entre ellos niños, jóvenes y adultos y en el caso de la educación a nivel superior no poder incluir en las horas de Educación Física la práctica de este deporte. Por lo tanto se requiere que los docentes de este centro académico se capaciten en la forma de enseñanza del tenis para mejorar sus conocimientos y poder ponerlos en práctica.

4.- ¿Conoce usted formatos y sistemas de puntuación del tenis de campo?

Tabla No 19

| OPCIONES | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|-----------------|-------------------|-------------------|
| SI | 3 | 37% |
| NO | 5 | 63% |
| TOTAL | 8 | 100% |

Gráfico No 19



Fuente: Encuesta Docentes

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

Análisis

En la tabla y en el gráfico podemos observar que el 63% que corresponde a 5 docentes encuestados no conocen los formatos y sistemas de puntuación del tenis, mientras que 37% sí los conocen.

Interpretación

El conocimiento por parte del profesor del sistema de puntuación del tenis de campo es fundamental en la enseñanza, los profesores del Centro de Educación Física en su mayoría no tuvieron la oportunidad de jugar esta disciplina deportiva, ni participar en ninguna competencia de esta índole, por lo que es difícil que tengan conocimientos acerca de los formatos y sistemas de puntuación. Por lo tanto se hace necesario que se capaciten y además pongan en práctica lo básico de ese deporte.

5.- ¿Considera usted que la motivación es una habilidad psicológica que influye en el aprendizaje de los educandos?

Tabla No 20

| OPCIONES | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|-----------------|-------------------|-------------------|
| SI | 8 | 100% |
| NO | 0 | 0% |
| TOTAL | 8 | 100% |

Gráfico No 20



Fuente: Encuesta Docentes

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

Análisis

En la tabla y en el gráfico podemos observar que el 100% que corresponde a la totalidad de los docentes encuestados afirman que la motivación influye en el aprendizaje de los estudiantes.

Interpretación

La motivación es una habilidad psicológica que influye positivamente en la actitud de las personas para realizar diferentes actividades, los docentes del Centro de Educación Física consideran que la motivación es una habilidad psicológica que influye en el aprendizaje de todas las disciplinas deportivas por lo que es fundamental ponerla en práctica en todo el proceso de enseñanza – aprendizaje para para alcanzar mejores resultados por parte de los estudiantes.

6.- ¿Conoce usted los contenidos a impartir en una clase práctica de tenis de campo?

Tabla No 21

| OPCIONES | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|-----------------|-------------------|-------------------|
| SI | 1 | 12% |
| NO | 7 | 88% |
| TOTAL | 8 | 100% |

Gráfico No 21



Fuente: Encuesta Docentes

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

Análisis

En la tabla y en el gráfico podemos observar que el 88% que corresponde a 7 docentes no conocen los contenidos que debe recibir un estudiante de tenis para que juegue un partido sin ninguna dificultad, mientras que el 12% si conoce los contenidos.

Interpretación

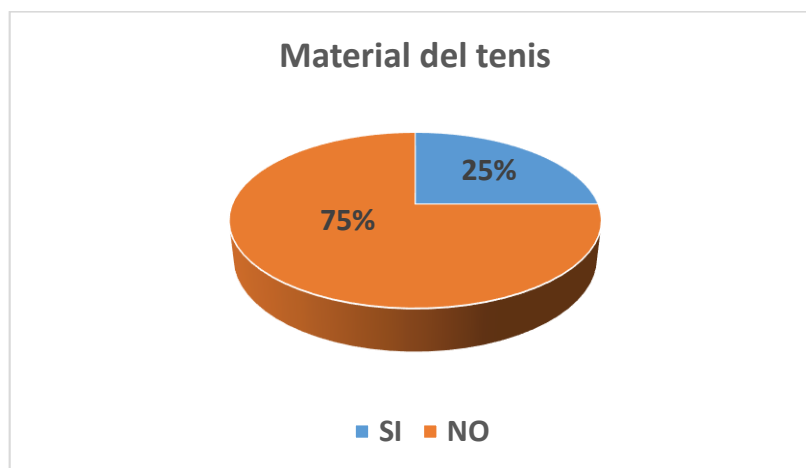
Para poder enseñar un deporte los profesores deben conocer que contenidos deben impartirse en las clases para lograr un adecuado aprendizaje por parte de los alumnos; los docentes del Centro de Educación Física no tienen conocimiento acerca de los contenidos que se deben seguir para el aprendizaje de esta disciplina deportiva, puesto que no tuvieron la oportunidad de aprenderla durante los estudios en su profesión. Por lo que es importante que se capaciten en esta disciplina deportiva acerca de los contenidos básicos para poder transmitirlos a los educandos.

7.- ¿Dispone usted del material didáctico que se utiliza para la enseñanza del tenis de campo?

Tabla No 22

| OPCIONES | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|-----------------|-------------------|-------------------|
| SI | 2 | 25% |
| NO | 6 | 75% |
| TOTAL | 8 | 100% |

Gráfico No 22



Fuente: Encuesta Docentes

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

Análisis

En la tabla y en el gráfico podemos observar que el 75% que corresponde a 6 docentes no conocen el material didáctico que se emplea en una clase de tenis, mientras que el 15% si los conoce.

Interpretación

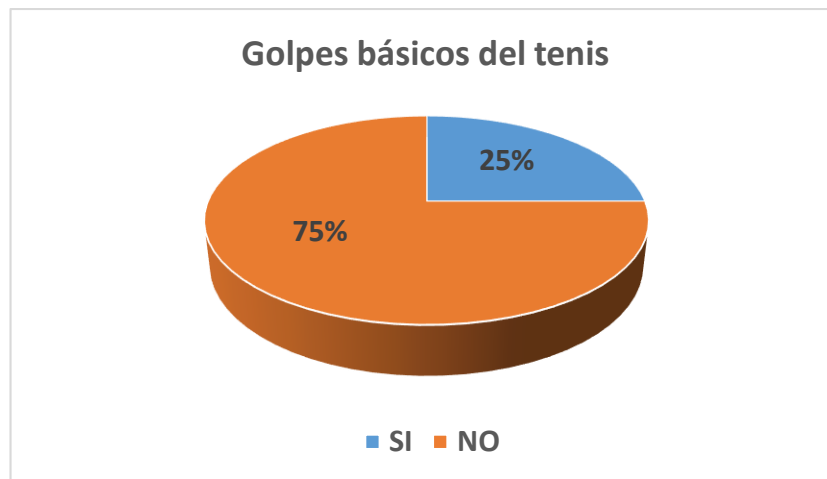
En la actualidad existe material didáctico que facilita el aprendizaje de tenis de campo, entre ellos están las pelotas de menos velocidad que facilitan el juego en los estudiantes, los profesores del Centro de Educación Física no cuentan con el material para la enseñanza de esta disciplina deportiva, puesto que, ellos se dedican más a los otros deportes como el fútbol, el básquet, el atletismo, la natación, etc.; considerando que como profesores de educación física deben conocer acerca de la enseñanza de la mayoría de las disciplinas deportivas. Por lo tanto deben investigar sobre el material didáctico del tenis para que en futuras adquisiciones de material deportivo de la institución lo incluyan y se complemente con su capacitación.

8.- ¿Aplica usted durante las clases los golpes básicos del tenis de campo?

Tabla No 23

| OPCIONES | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|-----------------|-------------------|-------------------|
| SI | 2 | 25% |
| NO | 6 | 75% |
| TOTAL | 8 | 100% |

Gráfico No 23



Fuente: Encuesta Docentes

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

Análisis

En la tabla y en el gráfico podemos observar que el 75% que corresponde a 6 docentes no conocen los golpes básicos del tenis, mientras que el 15% si los conoce.

Interpretación

Los profesores de tenis además de conocer la parte teórica de los golpes básicos del tenis, deben ser capaces de demostrar cada uno de ellos, para buscar un mejoramiento en el aprendizaje de los estudiantes, los docentes del Centro de Educación Física en su mayoría por no haber aprendido este deporte no pueden demostrar los golpes básicos del tenis, lo cual es fundamental para el aprendizaje del tenis.

9.- ¿Práctica usted las dos modalidades de juego del tenis de campo?

Tabla No 24

| OPCIONES | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|-----------------|-------------------|-------------------|
| SI | 1 | 12% |
| NO | 7 | 88% |
| TOTAL | 8 | 100% |

Gráfico No 24



Fuente: Encuesta Docentes

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

Análisis

En la tabla y en el gráfico podemos observar que el 88% que corresponde a 7 docentes no saben jugar las modalidades de juego del tenis, mientras que el 12% si las puede jugar.

Interpretación

Para poder enseñar un deporte el profesor debe entenderlo y dominar cada una de las acciones que van hacer posible la enseñanza, para ello la práctica es fundamental y como se puede observar de acuerdo a los porcentajes los docentes del Centro de Educación Física no han tenido la oportunidad de practicar esta disciplina deportiva, lo cual incide en su conocimiento y en la aplicación de las dos modalidades de juego.

10.- ¿Conoce usted las situaciones de juego del tenis de campo?

Tabla No 25

| OPCIONES | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|-----------------|-------------------|-------------------|
| SI | 3 | 37% |
| NO | 5 | 63% |
| TOTAL | 8 | 100% |

Gráfico No 25



Fuente: Encuesta Docentes

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

Análisis

En la tabla y en el gráfico podemos observar que el 63% que corresponde a 5 docentes no conocen las situaciones de juego del tenis de campo, mientras que el 37% si tienen conocimiento.

Interpretación

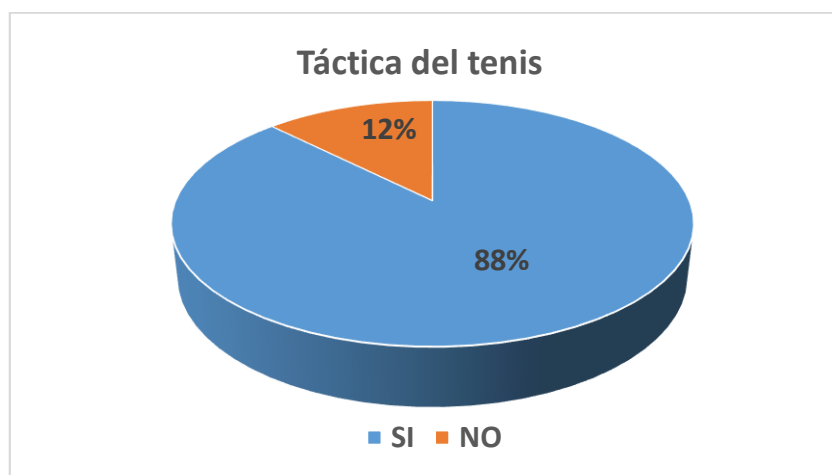
El conocimiento de las situaciones de juego del tenis de campo es fundamental a la para poder enseñar las diferentes técnicas de este deporte, en el caso de los docentes del Centro de Educación Física la mayoría no conoce las situaciones de juego y los que tienen conocimiento es por su auto preparación y su interés de aprender cosas nuevas y la capacitación es un aspecto de vital importancia para contrarrestar esta debilidad.

11.- ¿Cree usted que la aplicación de la táctica es fundamental a la hora de jugar al tenis de campo?

Tabla No 26

| OPCIONES | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|-----------------|-------------------|-------------------|
| SI | 7 | 88% |
| NO | 1 | 12% |
| TOTAL | 8 | 100% |

Gráfico No 26



Fuente: Encuesta Docentes

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

Análisis

En la tabla y en el gráfico podemos observar que el 88% que corresponde a 7 docentes consideran que la aplicación de la táctica es fundamental a la hora de jugar al tenis, mientras que un docente dice que no.

Interpretación

Al momento de enseñar al tenis es importante que los estudiantes sepan aplicar varias tácticas para poder ganar un partido, comenzando desde tácticas muy básicas las cuales serán incrementando según suba el nivel de juego del tenista, es por eso que los docentes consideran que la aplicación de la táctica en el tenis de campo es fundamental a la hora de jugar un partido de tenis.

4.3. Verificación de Hipótesis

4.3.1. Prueba del Chi-Cuadrado

Planteamiento de la Hipótesis

a) Modelo Lógico

H0: La metodología de enseñanza no es un factor determinante en la práctica del tenis de campo en los estudiantes del Centro de Educación Física de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo.

H1: La metodología de enseñanza es un factor determinante en la práctica del tenis de campo en los estudiantes del Centro de Educación Física de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo.

b) Modelo Matemático

Hipótesis nula H0 = Respuestas observadas = Respuestas esperadas

Hipótesis alternativa H1 = Respuestas observadas \neq Respuestas esperadas

c) Selección del nivel de significación

La probabilidad de rechazar la hipótesis nula cuando es falsa es de 5%, es decir, con un nivel de confianza del 95%.

Para decidir acerca de las regiones de aceptación y rechazo se determinó los grados de libertad, considerando que el cuadro está formado 2 filas y 2 columnas.

$$gl = (f-1) (c-1)$$

$$gl = (2-1) (2-1)$$

$$gl = 1 \times 1 = 1$$

Observando en el cuadro de los percentiles de la distribución Chi cuadrado con los grados de libertad se tiene:

$$X^2 t = 3.84$$

d) Especificación de las regiones de aceptación y rechazo

Con un grado de libertad y un nivel de 0,05 tenemos en la tabla de X² el valor de 3,84; lo que quiere decir que se acepta la hipótesis nula para todo valor de Chi Cuadrado que se encuentre hasta el valor de 3,84 y se rechaza la hipótesis nula cuando los valores calculados son mayores a 3,84 y se acepta la hipótesis de trabajo.

e) Estadístico de prueba

Para la verificación de la hipótesis se utilizó la fórmula del Chi cuadrado, se aplicó la encuesta como técnica de investigación, en la misma que se escogió todas las preguntas.

Recolección de datos y cálculo estadístico

Tabla No 27

| Preguntas | Estudiantes del Centro de Educación Física | | Docentes del Centro de Educación Física | |
|--------------|--|-----|---|----|
| | SI | No | SI | No |
| 1 | 53 | 112 | 2 | 6 |
| 2 | 46 | 119 | 3 | 5 |
| 3 | 102 | 63 | 2 | 6 |
| 4 | 30 | 135 | 3 | 5 |
| 5 | 129 | 36 | 8 | 0 |
| 6 | 65 | 100 | 1 | 7 |
| 7 | 25 | 140 | 2 | 6 |
| 8 | 106 | 59 | 2 | 6 |
| 9 | 119 | 46 | 1 | 7 |
| 10 | 68 | 97 | 3 | 5 |
| 11 | 157 | 8 | 7 | 1 |
| Total | 900 | 915 | 34 | 54 |

Fuente: Encuestas

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

f) Frecuencias Observadas

Tabla No 28

| Preguntas | Categorías | | Subtotal |
|---|------------|-----|----------|
| | SI | NO | |
| Estudiantes de tenis Centro de Educación Física | 900 | 915 | 1815 |
| Docentes del Centro de Educación Física | 34 | 54 | 88 |
| Subtotal | 934 | 969 | 1903 |

Fuente: Encuestas

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

g) Frecuencias Esperadas

Tabla No 29

| Preguntas | Categorías | | Subtotal |
|---|------------|--------|----------|
| | SI | NO | |
| Estudiantes de tenis Centro de Educación Física | 890,81 | 924,19 | 1815 |
| Docentes del Centro de Educación Física | 43,19 | 44,81 | 88 |
| Subtotal | 934 | 969 | 1903 |

Fuente: Encuestas

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

h) Cálculo del Chi cuadrado

Tabla No 30

| O | E | O - E | (O - E) ² | (O - E) ² /E |
|------|---------|-------|----------------------|-------------------------|
| 900 | 890,81 | 9,19 | 84,46 | 0,094 |
| 915 | 924,19 | -9,19 | 84,46 | 0,091 |
| 34 | 43,19 | -9,19 | 84,46 | 1,96 |
| 54 | 44,81 | 9,19 | 84,46 | 1,89 |
| 1903 | 1903,00 | | | 4,035 |

Fuente: Encuestas

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

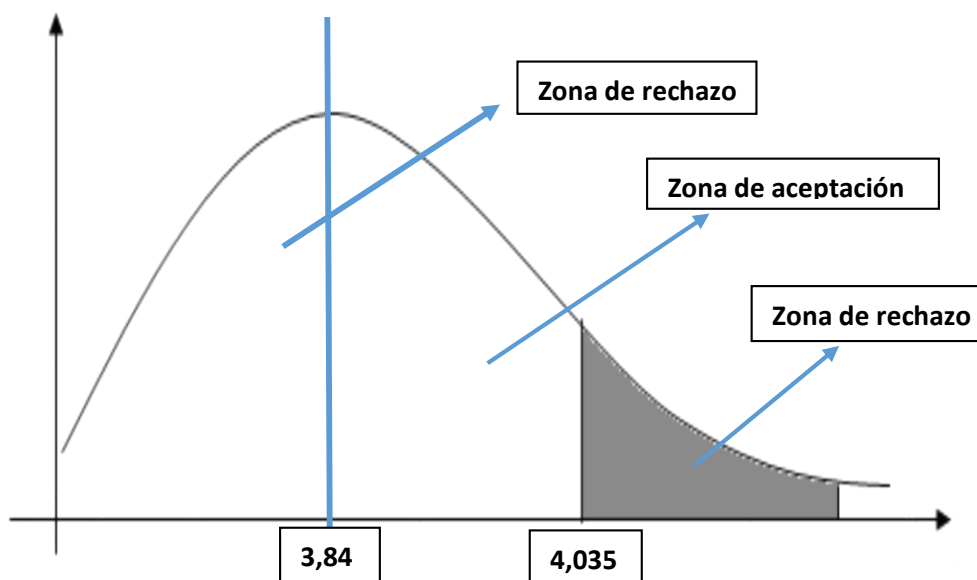


Gráfico No 27: Campana de Gauss
Fuente: Encuestas
Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

i) Decisión final

Si la Chi Cuadrada calculada es mayor que la tabulada se rechaza la hipótesis nula y se acepta la de trabajo. Con un nivel de significación del 95%, una vez realizado el cálculo de los datos se obtiene que la Chi Cuadrada calculada es mayor que la tabulada, por lo que la hipótesis nula se rechaza y la hipótesis de trabajo se acepta la misma que dice:

La metodología de enseñanza es un factor determinante en la práctica del tenis de campo en los estudiantes del Centro de Educación Física de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

- La utilización de la metodología tradicional para la enseñanza de tenis de campo en los estudiantes del Centro de Educación Física de la ESPOCH, no ha permitido un adecuado aprendizaje de esta disciplina deportiva, puesto que ellos tienen gran dificultad al momento de poner en práctica las diferentes técnicas en un partido, afectando su interés y gusto por el tenis, lo cual lleva a que sus practicantes a considerarlo como un deporte difícil de aprender y que no les causa ningún tipo de impacto.
- Los estudiantes de tenis de campo del Centro de Educación Física tienen dificultades para poner en práctica los elementos básicos de esta disciplina deportiva, entre ellos están los golpes básicos, la táctica básica, la reglamentación y la manera como ellos tienen que actuar antes, durante y después de un partido de tenis, lo cual se da por la poca aplicación de los elementos mencionados durante las clases con la metodología tradicional y a su vez los estudiantes no aplicaron distintos formatos y sistemas de puntuación afectando su conocimiento en relación a la reglamentación.
- Se evaluó y analizó la calidad del aprendizaje de los estudiantes de tenis de campo del Centro de Educación Física por medio de una encuesta y a través de una ficha de observación y se determinó que es necesario cambiar la metodología de enseñanza del tenis con el grupo en mención, la misma que tiene que ir de acuerdo a las exigencias actuales de este deporte a nivel mundial para buscar un mejoramiento en su aprendizaje.

5.2. Recomendaciones

- Utilizar en la enseñanza del tenis de campo con los estudiantes del Centro de Educación Física la nueva metodología Play and Stay por medio de su programa Tennis Express que propone la Federación Internacional de Tenis, la cual pertenece a la campaña mundial de este organismo para masificar a este deporte y cuyo programa de enseñanza se encuentra en el siguiente capítulo, el mismo que garantizará el aprendizaje y el gusto por esta disciplina deportiva a sus practicantes.
- Estructurar cada una de las clases de tenis para que los estudiantes sientan gusto e impacto por este deporte, por medio de la realización de ejercicios que aceleren el proceso de aprendizaje de los educandos, los cuales permitan un aprendizaje significativo de esta disciplina deportiva y a su vez aplicar técnicas de motivación que favorezcan e incentiven el aprendizaje para poniendo en práctica varios sistemas y formatos de puntuación para mejorar el rendimiento de los estudiantes y su nivel de juego.
- Utilizar en cada una de las clases de tenis de campo material didáctico que favorezca el aprendizaje del tenis en los estudiantes: pelotas de varios tamaños y velocidades y canchas de varias dimensiones que vayan de acuerdo al nivel de juego de cada uno de los alumnos para que de esta manera ellos sientan que pueden aprender este deporte y su vez disfrutarlo al máximo favoreciendo al mejoramiento de su estilo de vida.

CAPÍTULO VI

PROPUESTA

TEMA: “Programa de enseñanza Tennis Xpress para un aprendizaje significativo del tenis en los estudiantes del Centro de Educación Física de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo, período Septiembre 2014 – Marzo 2015”

6.1. Datos Informativos

Autor: Lcdo. Hugo Santiago Trujillo Chávez

Tutora: Lcda. María Gabriela Romero Rodríguez, Mg.

Institución Educativa: Escuela Superior Politécnica de Chimborazo

Sostenimiento: Fiscal

Sección: Vespertina y Matutina

Provincia: Chimborazo

Cantón: Riobamba

Parroquia: Maldonado

Dirección: Panamericana Sur Km 1 ½

Teléfono: 032605921

Fax: 0322605902

Correo Electrónico: info@epoch.edu.ec

6.2. Antecedentes de la Propuesta

En la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo en el Centro de Educación Física se oferta la disciplina de tenis de campo para los estudiantes de las diferentes carreras, quienes deben aprobar dos niveles de educación física como requisito para poder graduarse. En un periodo académico se inscriben un promedio de 250 educandos en el deporte de tenis, se los divide en 10 paralelos de 25 alumnos, durante el semestre cada uno de los grupos debe cumplir 16 clases con una duración de 110 minutos. La metodología de enseñanza que se utilizaba era la tradicional, la misma que consistía en realizar varias repeticiones para aprender una determinada técnica, una vez aprendidos los golpes básicos el jugador recién intenta jugar un partido de tenis, mostrando dificultades a la hora de realizar un determinado gesto técnico, puesto que la pelota llega con diferente velocidad, colocación y efecto y el estudiante no se adapta a estas situaciones, ya que recién está viviendo la experiencia de jugar un partido con saque y devolución; esto se ha observado cuando los alumnos juegan el torneo de fin de semestre, donde tienen la oportunidad de aplicar lo aprendido en esta disciplina deportiva. Además la institución cuenta con cinco canchas reglamentarias de tenis las cuales son utilizadas por estudiantes, empleados y docentes de la ESPOCH.

6.3. Justificación

El tenis es un deporte que requiere un alto grado de coordinación al momento de aplicar los gestos técnicos en situaciones de juego, en las cuales se requiere que el deportista elija correctamente para ejecutar un golpe y aplicar la táctica adecuada en un partido de tenis. Los estudiantes del Centro de Educación Física tienen dificultad a la hora de jugar un partido de tenis, puesto que no controlan la pelota, tienen problemas al llevar la puntuación y no toman buenas decisiones al jugar los puntos, es por eso que hay un gran **interés** de mejorar la metodología de enseñanza de esta disciplina deportiva por medio de la aplicación del Tennis Xpress que es una metodología nueva a nivel mundial que fue presentada por la Federación Internacional de Tenis, cuyo principal objetivo es presentar al tenis como un deporte fácil y divertido y que los estudiantes desde la primera clase puedan servir, pelotear y ganar puntos.

Al aplicar la propuesta se tomará en cuenta la guía y contenidos de Tennis Xpress que presenta la ITF, puesto que aquí se indica los parámetros como se debe llevar a cabo esta metodología de enseñanza para que los adultos que se inician en esta disciplina deportiva tengan la mejor experiencia al momento de jugar al tenis por primera vez, lo cual tiene una gran **importancia teórica y práctica** y así permitir un mejor aprendizaje de este deporte en los estudiantes de tenis del CEF.

En la provincia de Chimborazo y el país tendrá una gran **novedad** la aplicación de Tennis Xpress con los estudiantes universitarios, ya que a nivel mundial con la campaña de Play and Stay se busca que la gente juegue mejor al tenis y permanezca en nuestro deporte durante toda su vida, Tennis Xpress forma parte de esta gran iniciativa de la ITF. La gente que pertenece a la institución va estar pendiente de las mejoras y el **impacto** que cause en los estudiantes de tenis la aplicación de las diferentes sesiones de clase con este programa de enseñanza.

La aplicación de Tennis Xpress con los estudiantes de tenis del Centro de Educación Física es **factible** puesto que contará con el apoyo, apertura y predisposición por parte de las autoridades de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo, la señora rectora, los vicerrectores y el director del Centro de Educación Física, quienes están interesados en mejorar el nivel deportivo en la institución, en este caso mejorar la enseñanza del tenis de campo, contribuyendo de manera significativa en mejorar su calidad de vida por medio de la práctica de esta disciplina deportiva.

6.4. Objetivos de la Propuesta

6.4.1. Objetivo General

- Introducir al tenis a los estudiantes del Centro de Educación Física de manera fácil, activa y divertida.

6.4.2. Objetivos Específicos

- Determinar el nivel de juego de los estudiantes de tenis del Centro de Educación Física de la ESPOCH.
- Elaborar el programa de enseñanza Tennis Xpress para los estudiantes de tenis del Centro de Educación Física de la ESPOCH.

- Socializar y aplicar el Programa de enseñanza Tennis Xpress en los estudiantes de tenis del Centro de Educación Física de la ESPOCH.
- Verificar el desarrollo de la propuesta por medio de torneos internos y un Ranking provincial de tenis de campo.

6.5. Análisis de Factibilidad

Tenis Xpress en la ESPOCH es factible de ejecutar, ya que hay la predisposición de autoridades, docentes, estudiantes y empleados de la institución para la realización del estudio.

Factibilidad Administrativa

El Centro de Educación Física cuenta con una sala de profesores equipadas con material de oficina y con seis computadoras, las mismas que tienen facilidad de acceder a la web, y aquí es donde se realizara toda la parte teórica del trabajo investigativo.

Factibilidad Financiera

Es factible ejecutar la propuesta, puesto que, el impacto económico será asumido por el investigador para la adquisición del material didáctico que se necesita para la aplicación del programa, en este caso las pelotas de baja velocidad: rojas, naranjas y verdes; los conos, las redes, las canchas, las cuerdas, el cronómetro tiene en existencia la ESPOCH. Las pelotas y el material tienen los siguientes costos:

Tabla No 31

| Detalle | Costo Unitario | Valor |
|---------------------|-----------------------|--------------|
| 25 pelotas rojas | \$3 | \$75 |
| 25 Pelotas Naranjas | \$3 | \$75 |
| 100 Pelotas verdes | \$3 | \$300 |
| 500 Hojas A4 | \$4 | \$4 |
| Impresiones | \$30 | \$30 |
| Imprevistos | \$20 | \$20 |
| | Total | \$504 |

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

6.6. Fundamentación Científica - Técnica

6.6.1. Introducción

La Federación Internacional de Tenis a nivel mundial para la enseñanza del tenis en adultos está promoviendo el programa Tennis Xpress el mismo que pertenece a la campaña Play and Stay, en el cuál se usan pelotas más lentas y canchas más pequeñas. Dave Miley, Director Ejecutivo de Desarrollo de la ITF, dijo: La investigación demuestra que los beneficios para la salud y el ejercicio, lo mismo que aprender algo nuevo, son de particular importancia para los adultos a la hora de elegir sus actividades para el tiempo libre. Tennis Xpress va asegurar que los estudiantes del Centro de Educación Física de tenis aprendan a jugar tenis mientras realizan actividad física logrando una experiencia sociable y divertida, para así atraer a más personas al tenis de campo y retener jugadores para que sigan jugando tenis durante toda su vida.

6.6.2. Tennis Xpress

“Tennis Xpress es un programa de entrenamiento para adultos fácil, activo y divertido”. (Federación Internacional de Tenis, 2013, p. 4). Lo importante de esta metodología es facilitar el aprendizaje del tenis en los adultos, quienes desde la primera clase van a sacar, pelotear y jugar puntos con diferentes sistemas de puntuación, para que al finalizar el total de sesiones de entrenamiento sus practicantes puedan conocer y aplicar las técnicas, tácticas básicas del tenis con la reglamentación respectiva, puedan jugar puntos competitivos en una cancha normal de tenis con la pelota verde.

6.6.3. Jugadores iniciantes

Los jugadores iniciantes para Tennis Xpress se consideran:

- Iniciantes totales en el tenis: que nunca han jugado tenis
- Tenistas con entrenamiento básico: entrenan pero no han jugado nunca fuera de la sesión de entrenamiento
- Iniciantes que vuelven al tenis: vuelven a jugar después de un tiempo

6.6.4. Campaña Tennis Play and Stay

“Tennis Play an Stay es la campaña mundial de la ITF destinada a incrementar la participación tenística en todo el mundo” (Federación Internacional de Tenis, 2013, p.4).




Para la aplicación de esta campaña es necesario que se utilicen pelotas más lentas rojas, naranjas y verdes, cada una de ellas con particularidades específicas cuyo principal objetivo es el aseguramiento de la primera experiencia tenística de una forma fácil, divertida y saludable. Esta campaña es apoyada por los países miembros de la ITF, jugadores profesionales, fabricantes de artículos de tenis y las principales organizaciones de entrenamiento. Dentro de esta campaña se encuentra el programa que se va aplicar con los estudiantes de tenis del Centro de Educación Física que el Tennis Xpress.

6.6.5. Canchas y materiales

6.6.5.1. Las pelotas

En el Tennis Xpress se usan pelotas más lentas rojas, naranjas y verdes, para lograr sesiones de clase más divertidas y competitivas; las características de las pelotas se detallan a continuación:

Tabla No 32

| Pelota | Color | Características |
|---|--------------|--|
|  | Roja | Etapa 3: Pelota de espuma de 8 – 9 cm Etapa 3 Pelota estándar 7 – 8 cm (75% más lenta que la pelota amarilla) |
|  | Naranja | Etapa 2: Pelota estándar 6 – 6.86 cm (50% más lenta que la pelota amarilla) |
|  | Verde | Etapa 1: Pelota estándar 6 – 6,86 cm (25% más lenta que la pelota amarilla) |

Fuente: Tennis Xpress ITF


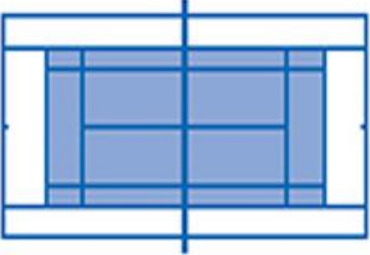
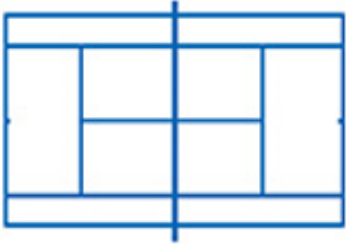
Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

6.6.5.2. Las canchas

Las canchas que se utilizan para la aplicación de Tennis Xpress son de diferentes tamaños y van en correspondencia con el tipo de pelota que se va a utilizar, tomando en consideración que la persona que se inicia en este deporte debe comenzar a jugar en una cancha de menor dimensión y con pelota más lenta, permitiendo así un mejor aprendizaje en esta disciplina deportiva.

A continuación se presenta un cuadro con las medidas de las canchas a utilizarse con cada color de pelota, información consultada en el manual Tennis 10s Programa oficial de la Federación Internacional de Tenis.

Tabla No 33

| Color de pelota | Cancha | Dimensión (metros) |
|------------------------|--|--|
| Roja |  | 11-12m x 5-6m |
| Naranja |  | 18m x 6.5-8.23m |
| Verde |  | 23.77m x 8.23m (singles) 10.97m (dobles) |

Fuente: Tennis Xpress Federación Internacional de Tenis

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

Para armar y marcar las canchas más pequeñas que la normal se lo puede realizar en diferentes espacio, ya que el tenis se puede jugar en todo tipo de instalaciones y uno de los objetivos de la Federación Internacional de Tenis es que además que se practique en los clubes se lo haga en escuelas, colegios y centros o espacios de recreación tomando en consideración que deben tener una superficie adecuada para que la pelota rebote adecuadamente. Según el programa oficial de la Federación Internacional de Tenis “Tennis 10s”, las canchas se pueden marcar utilizando cintas temporarias, tizas, cintas reforzadas, pintura temporaria y pintura permanente y es recomendable mostrar a los jugadores como se arma una cancha con el fin de fomentar la independencia en ellos, para que puedan armar una cancha y puedan jugar tenis solos sin necesidad de la presencia del entrenador.

6.6.5.3. Las redes

El uso de la red es importante para proporcionar una barrera para que la pelota la cruce, tomando en cuenta que hay varias alternativas de redes para el entrenamiento y la competición considerando que deben medir 80cm para la cancha roja y naranja. “Las redes suelen tener tamaños de 3m o 6m, siendo las más recomendadas las de 6m. Se pueden comprar sin marcos y pueden ir armadas a postes, sillas, cercas, etc” (Federación Internacional de Tenis, 2012). Para la cancha verde se utiliza la red normal con la altura reglamentaria en el centro que es de 91.4 cm.

6.6.6. Los contenidos de Tennis Xpress

Dentro de los contenidos de este programa de enseñanza están:

Golpes Básicos:

- Derecha
- Revés
- Servicio
- Volea
- Smash

Situaciones de juego

- Cuando el jugador está al servicio

- Cuando el jugador está en la devolución
- Cuando ambos jugadores están al fondo de la cancha
- Cuando el jugador sube a la red
- Cuando el contrario sube a la red

La cancha

- Partes de la cancha
- Dimensiones

Formas de ganar y perder un punto

- Pierde la pelota
- Golpea la pelota dentro de la cancha y el otro jugador no la alcanza
- Golpea la pelota fuera
- Deja la pelota en la red
- Deja que la pelota bote dos veces
- Comete doble falta en el saque
- Golpea la pelota con algo que no es la raqueta

Contar y llevar el puntaje

- Tie break
- Super Tie break
- Short set
- Set

Ubicaciones en la cancha

- Singles
- Dobles

6.6.7. Sistemas de puntuación

Con el Tennis Xpress los jugadores deben aplicar varias opciones de puntaje que les permitirán llevar una puntuación y saber cómo va su rendimiento en un determinado ejercicio o en una competición. Entre los sistemas de puntuación que se pueden utilizar están el tie break en el cual se juega hasta llegar a siete puntos

con dos de diferencia, el super tie break de la misma forma pero se debe llegar a diez puntos manteniendo dos puntos de diferencia, un short set hasta 4 games, partidos por tiempo, al mejor de 3 tie breaks hasta el 7 y al mejor de 3 sets cortos hasta 4. A continuación se muestra una tabla con el tipo de puntuación que se debe llevar con las pelotas rojas, naranjas y verdes:

Tabla No 34

| Pelotas | Opciones de Puntaje |
|----------------|---|
| Rojas | 1 x tie break hasta 7 1 x super tie break hasta 10 Mejor de 3 tie breaks hasta 7 Un short set hasta 4 Partidos por tiempo |
| Naranjas | Mejor de 3 tie break hasta 7 Un set corto hasta 4 |
| Verdes | Un set corto hasta 4 Mejor de 3 sets cortos hasta 4 |

Fuente: Tennis 10s Federación Internacional de Tenis

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

6.6.8. Formatos de competición

Para las competiciones que se pueden organizar con los tres tipos de pelotas es necesario utilizar formatos que permitan que los jugadores jueguen el mayor tiempo posible de manera individual como también por equipos, con el fin de poner en práctica lo aprendido en las sesiones de clase de Tennis Xpress. La Federación Internacional de Tenis en su Manual de Tenis 10s propone los siguientes formatos de competición:

- Equipos de conos
- Equipos individuales jugados en pares
- Copa Davis
- Round Robin
- Round Robin por equipos

- Doble eliminación

6.6.8.1. Equipos de conos

Formato: Saque básico, pelotear y jugar puntos

Sistema de puntaje: Tie break al 7 o se puede jugar al 5

Duración: 30 – 180 min

Número de jugadores: 8 – 25

Materiales: Un cesto con pelotas, 2 conos más una bolsa de broches de ropa (puntaje)

Descripción: Dividir a la jugadores en dos equipos (no es necesario que sean números pares ni el mismo número por equipo). Poner dos conos de colores diferentes en un lado de la cancha, y que cada equipo se ponga en línea detrás de uno. Los jugadores deben permanecer en estos equipos. Cada jugador de delante de la línea va a la cancha a jugar contra el jugador delantero de la otra línea, luego los jugadores continúan. Después de cada partido, los jugadores vuelven y se ubican detrás de la línea. Alternativamente, se puede crear el mismo sistema de alineado usando el orden de la plantilla de juego. El jugador que gana coloca sobre el cono detrás del cual están alineados. El equipo ganador es el que tiene más conos después de cierto tiempo.

6.6.8.2. Equipos Individuales jugados en pares

Formato: Saque básico, pelotear y jugar puntos

Sistema de puntaje: Tie break al 7 al mejor de tres sets

Duración: 120 min aproximadamente

Número de jugadores: 8 – 10

Materiales: Canchas y pelotas de acuerdo a la etapa

Descripción: Este es un torneo de individuales pero jugado en pares. Los jugadores se turnan con su compañero cada 2 puntos. Los partidos se juegan como un round robin y se designan las canchas según las disponibles. El jugador 1 y 2 comienzan

jugando con los jugadores 3 y 4 según la planilla de puntaje. El Jugador 1 juega dos puntos individuales contra el jugador 3, cada jugador saca para jugar un punto. Después los jugadores cambian con su compañero. El puntaje continúa desde este punto durante los dos puntos siguientes con el jugador 2 jugando contra el jugador 4. Esta rotación continúa hasta completar el tie break jugando puntos con el jugador 4 y viceversa. Los jugadores llevan el puntaje con la ayuda del compañero que llevará los puntos en los que no está involucrado. Los pares ganan un punto por cada tie break que ganan en cada partido y esto se registra en el cuadro de round robin. El ganador es el par que gana más muertes súbitas.

6.6.8.3. Copa Davis

Formato: Por equipos, saque básico, pelotear y jugar puntos

Sistema de puntaje: Tie break al 7 al mejor de tres sets o un set corto a 4

Duración: 60 a 120 min aproximadamente

Número de jugadores: 2 o 3 por equipo

Materiales: Canchas y pelotas de acuerdo a la etapa

Descripción: Cada equipo elige ser un país y diseña o utiliza una bandera. Los equipos de 2 compiten entre ellos, cada jugador juega dos partidos individuales y un partido de dobles. El jugador 1 de los 2 equipos juegan entre sí y el jugador 2 de los 2 equipos juegan entre sí. Luego los jugadores juegan con el miembro del equipo contrario contra quién no han jugado aún. Después de estos 4 partidos individuales, los equipos juegan dobles con los jugadores 1 y 2 del equipo A contra los jugadores 1 y 2 del equipo B. El formato de puntaje es flexible y se puede cambiar de acuerdo al tiempo asignado.

6.6.8.4. Torneo Round Robin

Formato: Competición de individuales

Sistema de puntaje: Tie break al 7 al mejor de tres sets o un set corto a 4

Duración: 60 a 120 min aproximadamente

Número de jugadores: Cualquier número

Materiales: Canchas y pelotas de acuerdo a la etapa

Descripción: Cada jugador en un grupo de round robin juega contra todos los jugadores de ese grupo. Ubicar los nombres de los jugadores en los cuadros de la planilla de puntaje Round Robin y seguir el orden de juego de cada cuadro. El ganador del grupo se decide sumando los triunfos. En caso de empate se calcula según la cantidad de sets ganados o cantidad de puntos ganados en el caso de que se juegue el tie break. Si el resultado sigue igualado, se usará el resultado del partido entre ellos para determinar el ganador.

6.6.8.5. Equipo Round Robin

Formato: Equipo de individuales

Sistema de puntaje: Tie break al 7, un short set al 4, un set completo al 6

Duración: 1 hora – todo el día

Número de jugadores: 9 – 20 jugadores

Materiales: Canchas y pelotas de acuerdo a la etapa

Descripción: Este formato requiere una cantidad de jugadores divisible por tres o cuatro; este ejemplo se usa para 12 jugadores, para formar cuatro equipos de tres jugadores. Los jugadores se ubican en equipos y se clasifican por nivel de juego. Cada equipo debe tener jugadores número uno, dos y tres. En cada cuadro de round robin, se colocan todos los jugadores con igual clasificación, es decir, hay un cuadro con todos los número 1, un segundo con los jugadores 2, etc. Juegan todos contra todos los jugadores de su cuadro y se anotan los puntajes en la planilla de puntaje. Se asigna una cancha por cuadro, los partidos se juegan con formato corto, por ejemplo tie break, short set o un set completo, dependiendo de la duración del evento. Al completar todos los partidos de round robin, los jugadores reciben un punto por cada partido ganado. Gana el equipo con más partidos ganados en todos los cuadros.

6.6.8.6. Doble eliminación

Formato: Competición tradicional individuales con otra vuelta

Sistema de puntaje: Tie break al 7 al mejor de 3, un short set al 4, un set completo al 6

Duración: 60 – 120 min

Número de jugadores: 8 - 10 jugadores

Materiales: Canchas y pelotas de acuerdo a la etapa

Descripción: Los jugadores se organizan en el centro de la planilla de sorteo de doble eliminación. El jugador que gana el primer partido progresa al este del cuadro para competir contra otro ganador del primer partido. El jugador que pierde el primer partido retrocede hacia el oeste para competir con un jugador que perdió su primer partido. Los jugadores que pierden su segundo partido en el este van al sur del cuadro y se ubican en un cuadro separado. Los que pierden su segunda ronda en el oeste van al norte. Así, todos los jugadores por lo menos tres partidos.

6.6.9. Contenidos de Tennis Xpress

Las personas que aprenden tenis de campo con Tennis Xpress necesitan aprender los golpes básicos y las reglas para jugar adecuadamente un partido, es por eso que en cada una de las sesiones durante la realización de los ejercicios se incluyen las reglas para que sean aprendidas.

6.6.9.1. Los golpes básicos del Tenis

Para jugar un partido de tenis los jugadores necesitan herramientas que van a permitir jugarlo de mejor manera, en este caso las herramientas del tenista van a ser los golpes básicos que deben ser aplicados en determinadas situaciones de juego que se presentan durante un punto. Los golpes básicos que se van aprender con Tennis Xpress son:

- El golpe de derecha
- El golpe de revés
- El servicio
- La volea de derecha
- La volea de revés
- El smash

- El passing shot

Estos golpes van a ser aprendidos y perfeccionados durante las clases de Tennis Xpress y los jugadores en este caso los estudiantes del Centro de Educación Física van aprender en que situaciones se los debe poner en práctica durante un partido de tenis.

6.6.9.2. La cancha

Es importante que los jugadores conozcan la cancha de tenis, el nombre de las líneas, las dimensiones y los elementos de la cancha para que conozcan cuando una pelota es buena o mala y así puedan jugar un partido de la mejor manera. En cada una de las sesiones de clase van enfocadas para facilitar el aprendizaje de la parte reglamentaria del tenis para que así sus practicantes a medida que van avanzando las clases se vayan perfeccionando en este sentido.

6.6.9.3. Formas de ganar y perder un punto

Durante las sesiones de Tennis Xpress se va a enseñar las formas de ganar y perder un punto para que los jugadores puedan llevar la puntuación sin ningún tipo de dificultades y las formas de ganar o perder un punto son:

- Se pierde la pelota
- Golpea la pelota dentro de la cancha y el otro jugador no la alcanza
- Golpea la pelota fuera
- Deja la pelota en la red
- Deja que la pelota bote dos veces
- Comete doble falta en el saque
- Golpea la pelota con algo que no es la raqueta

6.6.9.4. El puntaje

Los jugadores a mediada que van avanzando las clases con Tennis Xpress van aprendiendo varios sistemas de puntuación como son el tie break, el super tie break, el short set, hasta llegar a jugar un partido con la puntuación del tenis que es: 15, 30 40, deuce (40-40), ventaja y game, considerando que se puede jugar un partido al mejor de tres sets o al mejor de cinco sets y a su vez conocer cuando se juega un

tie break. Es importante mencionar que se va aprender la manera de cantar los puntos en este caso siempre se canta primero el punto de la persona que está al servicio. De esta manera los jugadores tendrán mayor confianza a la hora de jugar un partido de tenis.

6.6.9.5. Ubicaciones de los jugadores en la cancha

En el tenis existen dos modalidades de juego que son: single y dobles. Para cada una de ellas los jugadores antes de iniciar el punto tienen ubicaciones específicas que deben ser aprendidas para un mejor desarrollo del juego. De igual forma cuando se juega un tie break para definir un set los jugadores deben saber pararse para el saque y la devolución en cada punto.

6.6.9.6. El ciclo de movimiento de un tenista

Según el Manual de Tennis 10s de la Federación Internacional de Tenis el ciclo de movimiento de un tenista comienza desde una posición de espera, después el jugador se mueve hacia la pelota para equilibrarse y ubicarse en una posición para pegar, a continuación el jugador recupera la posición en relación a la pelota que se golpeó. Es importante que este ciclo sea aplicado en cada una de las sesiones de Tennis Xpress para que los jugadores comprendan y aprendan:

- Que siempre tendrán que moverse
- La importancia de estar equilibrado para golpear la pelota
- La forma de acelerar y desacelerar hacia la posición equilibrada
- Lo movimientos y juego de pies necesarios y ritmo en el tenis

FASE No 1

Diagnóstico de la condición actual de la enseñanza del tenis de campo en los estudiantes del Centro de Educación Física

Para conocer la condición de la metodología de enseñanza que se realiza con los estudiantes del Centro de Educación Física de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo se aplicó una encuesta estructurada con 11 preguntas, las mismas fueron analizadas e interpretadas en el capítulo No V y en resumen se muestran a continuación:

La mayoría de estudiantes no sintieron impacto por el tenis de campo, consideran al tenis como un deporte difícil de aprender, no aplican varios formatos y sistemas de puntuación, tienen dificultades para jugar un partido de singles y dobles, no utilizaron pelotas de distintas velocidades, no aplican adecuadamente las reglas del tenis, si recibieron la motivación necesaria en las clases y consideran al tenis de campo como una buena alternativa para jugarlo en el tiempo libre.

FASE No 2

Determinación del nivel de juego de los estudiantes de tenis de campo del Centro de Educación Física

Para conocer el nivel de juego de los estudiantes del Centro de Educación Física de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo se aplicó una ficha de observación, la cual determina el nivel de juego del tenista, puesto que aquí se determinan indicadores de lo que es capaz de hacer el deportista durante un partido de tenis y los resultados se muestran a continuación:

Ficha de observación para determinar el nivel de juego de los estudiantes de tenis del Centro de Educación Física de la ESPOCH

Tabla No 35

| No | Aspectos | Bueno | Regular | Malo | Total |
|-----------|---|--------------|----------------|-------------|--------------|
| 1 | La consistencia desde el fondo de la cancha | 20 | 46 | 99 | 165 |
| 2 | La consistencia al servicio | 13 | 38 | 114 | 165 |
| 3 | La consistencia en la devolución | 52 | 24 | 89 | 165 |
| 4 | La consistencia en la red | 23 | 35 | 107 | 165 |
| 5 | Colocación del cuerpo en el golpe | 31 | 22 | 112 | 165 |
| 6 | Recuperación de la cancha tras el golpe | 23 | 14 | 128 | 165 |
| 7 | La ubicación del jugador en el singles | 57 | 34 | 74 | 165 |
| 8 | La ubicación del jugador en el dobles | 23 | 29 | 113 | 165 |
| 9 | Juego en la modalidad de singles | 45 | 32 | 88 | 165 |
| 10 | Juego en la modalidad de dobles | 32 | 25 | 108 | 165 |
| 11 | Aplicación de la puntuación del tenis | 34 | 23 | 108 | 165 |
| 12 | Ubicación correcta en los puntos | 21 | 13 | 131 | 165 |
| 13 | Juega un tie break, un super tie break | 14 | 12 | 139 | 165 |
| 14 | La táctica básica del singles | 16 | 17 | 132 | 165 |
| 15 | La táctica básica del dobles | 12 | 19 | 134 | 165 |

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

Como podemos observar en la ficha de observación la gran mayoría de estudiantes de tenis de campo del Centro de Educación Física tienen dificultades a la hora de mantener la consistencia del juego en el fondo de la cancha, al servicio, en la devolución y al momento de realizar la voleas; de la misma forma tienen deficiencias en la ubicación en cada una de las modalidades de juego del tenis singles y dobles, lo cual incide en la recuperación tras el golpe realizado por el jugador y en el desarrollo del juego; en lo que se refiere al reglamento gran parte de los estudiantes no saben correctamente la puntuación y no juegan

el punto en el cajón que les corresponde, tienen pocos conocimientos a la hora de jugar un tie break y un super tie break y pocos aplican la táctica básica en el singles y en el dobles. De acuerdo a lo mencionado se hace muy necesario la aplicación de un programa que permita mejorar cada uno de los aspectos señalados en esta ficha de observación con el fin de contar con un mejor aprendizaje del tenis que reúna los parámetros mencionados.

FASE No 3

Elaboración del programa de enseñanza Tennis Xpress para los estudiantes de tenis de campo del C.E.F.

Introducción

La Federación Internacional de Tenis (I.T.F) a nivel mundial desde el año 2010 realizó el lanzamiento de la campaña de tenis "PLAY AND STAY", cuyo principal objetivo es aumentar la participación de tenistas en todo el planeta. Esta campaña cuenta con dos programas el Tennis 10s y el Tennis Xpress; el primero está dirigido a niños menores de 10 años y el segundo encaminado para los adultos; en los dos programas se utilizan pelotas de distinta velocidad partiendo desde una pelota roja que es el 75% más lenta que la pelota normal, posteriormente hay una pelota naranja con un 50% más lenta y la pelota verde con el 25% más lenta, cada una con una medida de cancha diferente, empezando desde una cancha pequeña hasta llegar a la reglamentaria, lo cual hace que las personas que se introducen a este deporte lo puedan hacer de una manera más fácil, activa y divertida, puesto que se utilizan las progresiones adecuadas considerando el nivel de juego de los jugadores, hasta lograr que ellos jueguen en una cancha normal aplicando los golpes básicos de este deporte con varios formatos de competición y en un partido de tenis.

Objetivos de los planes de clase

En la siguiente tabla se presenta las generalidades de las sesiones de Tennis Xpress, hay que tomar en consideración que para su realización se tomaron como base las 6 sesiones que se encuentran en la Guía y Contenidos del curso para entrenadores Tennis Xpress de la Federación Internacional de Tenis, ya que se estructuran 16 sesiones para los estudiantes de tenis del Centro de Educación Física de la ESPOCH

puesto que durante el semestre los educandos cuentan con 16 clases con una duración de dos horas.

Tabla No 36

| Sesión | Horas | Objetivos de las sesiones |
|--------|-------|--|
| 1 | 2h | <p>Bienvenida, introducción y objetivos</p> <p>Jugar con las pelotas rojas aplicando las técnicas básicas para desarrollar la regularidad desde la línea de fondo</p> <p>Desarrollar un servicio y devolución básicos</p> <p>Jugar con un sistema de puntuación de tie break</p> |
| 2 | 2h | <p>Regularidad desde la línea de fondo con la derecha el revés con las pelotas rojas y naranjas</p> <p>Mover al adversario manteniendo una buena posición en la cancha</p> <p>Jugar con un sistema de puntaje de super tie break</p> |
| 3 | 2h | <p>Realizar el saque y devolución con las pelotas rojas y naranjas</p> <p>Aprender las posiciones en la modalidad de singles</p> <p>Jugar con el puntaje estándar del juego</p> |
| 4 | 2h | <p>Aprender a jugar en la red en individuales aplicando la volea de derecho y revés con las pelotas rojas y naranjas</p> <p>Aplicar situaciones para ingresar a la red</p> <p>Aprender a llevar el puntaje en un set aplicando las situaciones aprendidas</p> |
| 5 | 2h | <p>Aprender a jugar dobles básico con las posiciones adecuadas de los jugadores con las pelotas naranjas y verdes</p> <p>Practicar la formación básica del dobles uno adelante y otro atrás</p> <p>Jugar un set de dobles con la puntuación del tenis</p> |
| 6 | 2h | <p>Aprender a jugar en la red en individuales aplicando las voleas de derecho, revés y el smash utilizando las pelotas naranjas y verdes</p> |

| | | |
|----|----|---|
| | | Practicar varias situaciones para entrar a la red Jugar un set de singles con la puntuación del tenis |
| 7 | 2h | Mover al adversario utilizando el servicio y la devolución utilizando las pelotas naranjas y verdes Jugar un set de singles Jugar un set de dobles |
| 8 | 2h | Aprender el passig shot en singles Comprender la ubicación del jugador cuando está en la red Jugar un pro set de singles |
| 9 | 2h | Aprender el passig shot en dobles Comprender la ubicación de los jugadores cuando están en la red Jugar un pro set de dobles |
| 10 | 2h | Aprender tácticas básicas en la modalidad de singles Poner en práctica las tácticas en un partido de singles |
| 11 | 2h | Aprender tácticas básicas en la modalidad de dobles Poner en práctica las tácticas en un partido de dobles |
| 12 | 2h | Jugar puntos aplicando varias situaciones de juego en singles Jugar un partido al mejor de tres sets con punto de oro y el tercer set se define con un super tie break |
| 13 | 2h | Jugar puntos aplicando varias situaciones de juego en dobles Jugar un partido al mejor de tres sets con punto de oro y el tercer set se define con un super tie break |
| 14 | 2h | Competir con diferentes formatos de competición |
| 15 | 2h | Competir con diferentes formatos de competición |
| 16 | 2h | Competir con diferentes formatos de competición |

Fuente: Tennis 10s Federación Internacional de Tenis

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez


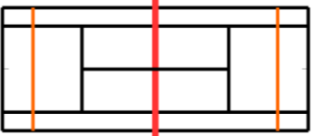

Se elaboraron 16 sesiones de entrenamiento considerando cada uno de los objetivos mencionados en la tabla No 37, se tomó en cuenta el número de estudiantes y su nivel de juego que en este caso son principiantes. Se aplicarán las 16 sesiones con 7 grupos de trabajo integrados por 24 alumnos cada uno de ellos, las mismas que se





desarrollaran en las canchas de tenis de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo.

Simbología de las sesiones del programa Tennis Xpress en la ESPOCH

A continuación se presentan la simbología que se utiliza en cada una de las sesiones para un mejor entendimiento:

Tabla No 37

| Símbolo | Significado |
|--|--|
|  | Cancha normal de tenis 23,77 x 10,97 metros |
|  | Cancha Naranja de tenis 18 x 10,97 metros |
|  | Cancha roja de tenis 12 x 6 metros |
| ● | Jugador |
| E | Entrenador |
| S | Servicio |
| D | Devolución o Derecha |
| P | Passing Shot |
| R | Revés |
| ▲ | Cono |
| 1 2 3 | Número de Golpe |
| ■ | Cuadrado 1 x 1 metros |

| | |
|---|--|
|  | Golpe Cruzado |
|  | Golpe Paralelo |
|  | Intercambio de golpes de derecha y revés |
|  | El jugador se traslada |

Fuente: Tennis 10s Federación Internacional de Tenis

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

FASE No 4

Aplicación del Programa de Enseñanza Tennis Xpress para los estudiantes de Tenis de Campo del Centro de Educación Física de la ESPOCH

El programa de enseñanza Tennis Xpress se lo aplicó durante el semestre Octubre 2014 – Febrero 2015 con 7 grupos de trabajo integrado por 24 jugadores; se aplicaron 16 sesiones de entrenamiento con cada uno de los grupos mencionados en el siguiente horario:

Tabla No 38

| Grupos | Día | Horario |
|---------------|------------|----------------|
| Grupo 1 | Lunes | 14:00 a 16:00 |
| Grupo 2 | Martes | 08:00 a 10:00 |
| Grupo 3 | Miércoles | 08:00 a 10:00 |
| Grupo 4 | Miércoles | 14:00 a 16:00 |
| Grupo 5 | Jueves | 08:00 a 10:00 |
| Grupo 6 | Jueves | 14:00 a 16:00 |
| Grupo 7 | Viernes | 14:00 a 16:00 |

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

Una vez realizadas las sesiones de entrenamiento se organizaron dos torneos el primero inter-grupos y un segundo torneo, Ranking Provincial de Tenis que permitieron ver las mejoras del nivel de juego de los estudiantes del CEF. Las sesiones que se aplicaron se detallan a continuación:

**ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO
CENTRO DE EDUCACIÓN FÍSICA**

DEPORTE: Tenis de Campo

DOCENTE: Lic. Santiago Trujillo

CURSO: Tenis Paralelo A

Nombre de la sesión: “A jugar Tenis” **Recursos:** Conos, Cronómetro, Redes, Raquetas, Pelotas rojas, Pelotas naranjas, Pelota grande

Objetivos: -Jugar con las pelotas rojas aplicando las técnicas básicas para desarrollar la regularidad desde la línea de fondo

-Desarrollar un servicio y devolución básicos -Jugar con un sistema de puntuación de tie break

METODOLOGÍA: Play and Stay


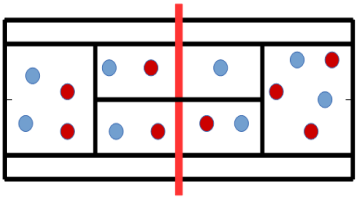
PROGRAMA: Tennis Xpress




NÚMERO DE SESIÓN: 1

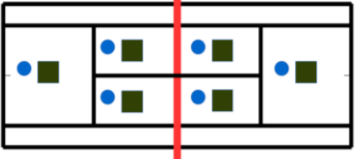
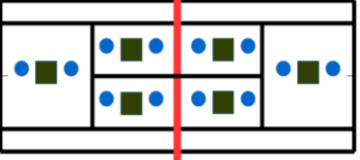
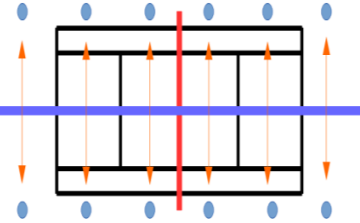
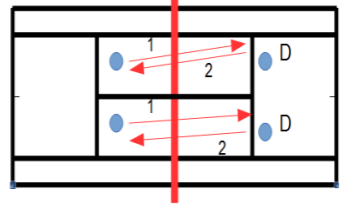
LUGAR: Canchas de Tenis

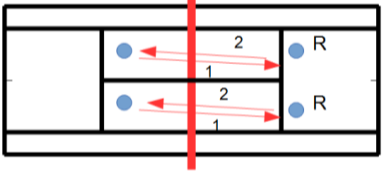

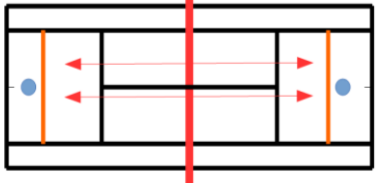
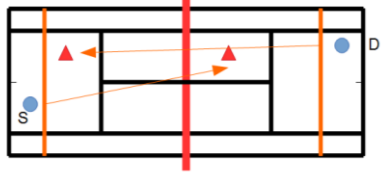
HORARIO: 08:00 – 10:00




PELOTAS: Rojas – Naranjas

| Tiempo | Actividades | Puntos de control | Gráficos - Fotografías |
|---------------------|--|---|---|
| 5 min | Bienvenida al curso, presentación de los estudiantes, introducción a los objetivos de la sesión | Los estudiantes deben tener presentes los objetivos | |
| 25 min 5' | <p>Parte inicial: Calentamiento Físico y técnico</p> <ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento Físico <p>Movilidad articular: cuello, hombros, codos, muñecas, cadera, rodillas. Trote suave, movimientos laterales, movimientos realizando el paso cruzado, movimientos de espaldas, sprints con velocidad progresiva sin llegar a la máxima.</p> | Es importante que los ejercicios se los realice con una buena técnica para garantizar sus beneficios |  |
| 5' | <p>Juego de equipos: “Pases seguidos con una pelota”</p> <p>Se divide al grupo en 4 equipos de seis jugadores el A, B, C y D; el equipo A compite contra el C y el B contra el D; los primeros compiten en la mitad de la cancha y el otro grupo al lado contrario, los límites son el área interna de la cancha incluyendo los callejones de dobles. El equipo en lograr realizar 11 pases seguidos con la pelota sin ser quitados por el equipo rival es el ganador, considerando que si se cae al piso la pelota, si logra ser interceptada por un jugador del equipo contrario o si la persona que tiene la pelota sale de los límites de la cancha automáticamente pasa el material al equipo contrario.</p> | Los jugadores no pueden quedarse con la pelota por más de cuatro segundos y a su vez hay que motivarlos para que se muevan a recibir el pase del compañero y busque una mejor ubicación |  |

| | | | |
|----|--|---|--|
| 5' | <p>Flexibilidad: realizamos ejercicios de flexibilidad de forma estática comenzando desde abajo hacia arriba; se realizan ejercicios para piernas, cintura, brazos y cabeza con el fin de preparar a los grupos musculares para la actividad. La duración de cada ejercicio es de 10 a 15 segundos.</p> | <p>Asegurarse la correcta realización de los ejercicios de una forma progresiva.</p> |  |
| 5' | <ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento Técnico <p>Ejercicios de pretenis: de forma individual El jugador golpea la pelota con la raqueta contra el piso El jugador golpea la pelota con la raqueta hacia arriba El jugador golpea la pelota con las dos caras de la raqueta El jugador lanza la pelota hacia arriba y la duerme con la raqueta</p> | <p>Los jugadores se trasladan en las dos mitades de cancha en cualquier dirección, hay que realizar los ejercicios caminando y luego trotando de los dos lados.</p> |  |
| 5' | <p>Juego: La torre más grande</p> <p>Formar grupos de cinco personas, cada jugador debe tener una raqueta y una pelota; se ubican en columna, al frente de cada fila va a estar un cono a seis metros de distancia a la señal del profesor el primer jugador sale a velocidad llevando la pelota encima de la raqueta sobre las cuerdas, va alrededor del cono y regresa, el siguiente jugador se incorpora al recorrido ubicando su raqueta encima de la pelota de su compañero como si fuera un sandwich, completa el recorrido y se incorpora un tercer jugador, colocan una segunda pelota encima de la segunda raqueta con una tercera raqueta encima y realizan el recorrido hasta que todos los jugadores pasen, considerando que si se caen la pelotas tienen que armar de nuevo la estructura y continuar con el juego; gana el grupo que logra que todos sus miembros cumplan con el recorrido y no dejen caer el material.</p> | <p>En el juego asegurarse que todos los jugadores participen activamente y que se cumplan las reglas del juego.</p> |  |

| | | | |
|---------------|---|--|---|
| 80 min | Parte Principal | | |
| 5' | Con la pelota roja realizar un auto peloteo empujándola hacia arriba en un cuadrado de 1 x 1 metros logrando que la pelota caiga dentro de estos límites y de un solo bote. Utilizar el golpe de derecha y el revés. | El jugador debe utilizar la empuñadura continental y colocar la cara de la raqueta hacia arriba para impactar la pelota. |  |
| 5' | En pares golpear la pelota alternadamente elevando la pelota a la altura de los hombros logrando que caiga en el cuadro de 1 x 1 metros, haciendo que la bola de un solo bote. Utilizar el golpe de derecha y revés. | Los jugadores deben moverse mucho más rápido para acomodarse cada vez que toque su turno e impactar la pelota. |  |
| 10' | En pares los jugadores se ubican frente con frente a lo largo de la cancha, la cual está dividida por una red para formar canchas de 11 x 6 metros que corresponde a este color de pelota, los tenistas deben contar cuantas pelotas juegan sin fallar. | Motivar a los jugadores a mantener la pelota dentro de los límites de la cancha, utilizando una empuñadura continental para el derecho y el revés. |  |
| 5' | Utilizando la pelota naranja en pares, el jugador lanza la pelota con la mano al compañero para que realice el golpe de derecha, el mismo que tiene que caer en los límites de la cancha; se van alternar 6 repeticiones por cada jugador para cambiar los roles. | Los jugadores deben partir de la posición inicial realizar la preparación, impactarle a la bola y terminar el golpe. Incentivar que apuntan con la mano contraria al golpe la pelota y a su vez mirarla. Los jugadores deben utilizar la empuñadura continental con la mano debajo de la raqueta regresando a la |  |

| | | | |
|-----|--|---|---|
| 5' | <p>Utilizando la pelota naranja en pares, el jugador lanza la pelota con la mano al compañero para que realice el golpe de revés, el mismo que tiene que caer en los límites de la cancha; se van alternar 6 repeticiones por cada jugador para cambiar los roles.</p> | <p>posición inicial después de cada golpe. El jugador que golpea la pelota debe regresar al centro de su cancha de lado y ubicarse en la posición inicial para estar listo para el siguiente golpe.</p> |  |
| 5' | <p>Utilizando la pelota naranja en pares, el jugador lanza la pelota con la mano al compañero para que realice un golpe de derecha y un golpe de revés, el mismo que tiene que caer en los límites de la cancha; se van alternar 8 repeticiones por cada jugador para cambiar los roles.</p> | <p>Los jugadores deben acomodarse más rápido a cada pelota que les llega y aplicar las recomendaciones realizadas anteriormente logrando un largo peloteo.</p> |  |
| 10' | <p>Utilizando la pelota naranja en pares los jugadores se ubican frente con frente en la cancha de 18 x 8,23 metros que corresponde a este color de pelota, los tenistas deben contar cuantas pelotas juegan sin fallar jugando con la derecha y el revés aplicando lo practicado en los ejercicios anteriores</p> | <p>Los jugadores en el servicios deben utilizar la empuñadura continental y lanzar la pelota hacia arriba de una manera simple para lograr impactarla por arriba de la cabeza. En la devolución ubicarse detrás del cajón que le corresponda en la posición inicial y realizar el golpe de derecha o revés.</p> |  |
| 10' | <p>Utilizando la pelota naranja en pares los jugadores se ubican en la cancha de 18 x 8,23 metros que corresponde a este color de pelota, el</p> | <p>Los jugadores deben asegurar el saque, logrando que caiga en el cajón y el que devuelve</p> |  |

| | | | |
|---------------|---|--|--|
| 10' | <p>un jugador realiza el servicio y el otro devuelve, los roles cambian cada 5 servicios.</p> <p>Utilizando la pelota naranja en pares los jugadores se ubican en la cancha de 18 x 8,23 metros que corresponde a este color de pelota, el un jugador realiza el servicio y juegan el punto, los roles cambian cada 3 puntos.</p> | <p>la pone en juego para jugar el punto.</p> <p>Los jugadores deben ubicarse en la posiciones correctas a al jugar el tie break y a su vez cantar los puntos para saber cuál es la puntuación del partido.</p> |  |
| 15' | <p>Explicar cómo se juega el tie break (el que llega al siete gana con dos de diferencia) y jugar tie breaks aplicando los golpes realizados durante la clase. Se puede utilizar la pelota roja con los jugadores que no controlen mucho con la naranja.</p> | <p>Los jugadores deben realizar bien los ejercicios de estiramiento y deben comprender todos los aspectos realizados en la clase.</p> |  |
| 10 min | <p>Parte Final</p> | | |
| 6' | <p>Vuelta a la calma</p> <p>Los jugadores realizan un trote ligero en cualquier dirección y después realizan ejercicios de estiramiento de todos los grupos musculares</p> | <p>Los jugadores deben trotar suavemente y realizar estiramientos de los principales grupos musculares.</p> |  |
| 4' | <p>Resumen de la clase</p> <p>Se puede realizar preguntas a los jugadores o que ellos hagan las preguntas de algo que no quedo claro.</p> | | |

Evaluación: En esta sesión de entrenamiento se evalúa en los jugadores que después de golpear una pelota recuperen el centro de la cancha y se ubiquen en la posición inicial en cada uno de los ejercicios de la clase, utilizando una escala del 1 al 5 siendo el valor máximo 5 y el mínimo 1.

**ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO
CENTRO DE EDUCACIÓN FÍSICA**

DEPORTE: Tenis de Campo

DOCENTE: Lic. Santiago Trujillo

CURSO: Tenis Paralelo A

Nombre de la sesión: “Controlando la pelota”

Objetivos: -Regularidad desde la línea de fondo con la derecha el revés con las pelotas rojas y naranjas

-Mover al adversario manteniendo una buena posición en la cancha -Jugar con un sistema de puntaje de super tie break

Recursos: Conos, Cronómetro, Redes, Raquetas, Pelotas rojas, Pelotas naranjas

METODOLOGÍA: Play and Stay



PROGRAMA: Tennis Xpress




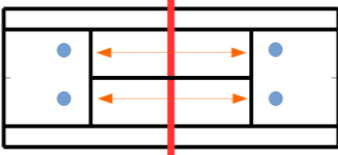
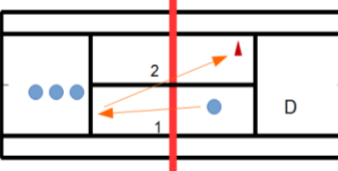
NÚMERO DE SESIÓN: 2

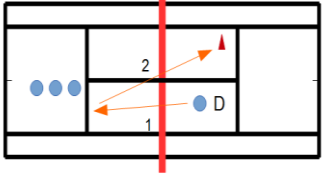
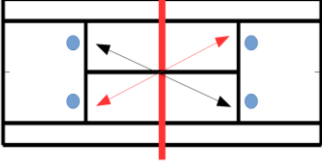

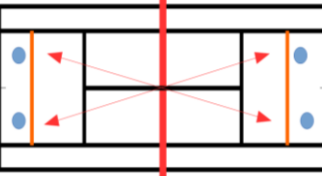
LUGAR: Canchas de Tenis

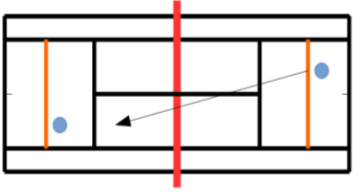

HORARIO: 08:00 – 10:00

PELOTAS: Rojas – Naranjas

| Tiempo | Actividades | Puntos de control | Gráficos - Fotografías |
|-----------------|--|---|---|
| 5 min 25 min | Resumen de la sesión anterior y explicar los objetivos de la clase Parte inicial: Calentamiento Físico y técnico | Realizar preguntas a los jugadores |  |
| 5' | <ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento Físico Movilidad articular: cuello, hombros, codos, muñecas, cadera, rodillas. Trote suave boteando una pelota de tenis alternadamente con la derecha e izquierda, Movimientos de lado lanzando la pelota hacia arriba y atrapándola, boteo contra el piso y elevo rodillas, lanzo la pelota hacia arriba y elevo rodillas, lanzo la pelota a unos 5 metros y doy de tres palmadas a cinco antes de atraparla. | Los jugadores deben realizar los ejercicios progresivamente y tener mucha precisión al momento de atrapar la pelota. | |
| 5' | Juego de equipos: Formando grupos Los jugadores trotan libremente en una mitad de cancha, el profesor dice el número de integrantes de grupo que los estudiantes deben formar puede ser de tres, de cuatro, de cinco, de seis, para ver que deportista se queda fuera del grupo. | Los jugadores deben trotar libremente sin estar junto a otro compañero para que tengan la misma oportunidad de integrarse a un grupo. |  |

| | | | |
|---------------|--|---|---|
| 5' | <p>Flexibilidad: realizamos ejercicios de flexibilidad de forma estática comenzando desde abajo hacia arriba; se realizan ejercicios para piernas, cintura, brazos y cabeza con el fin de preparar a los grupos musculares para la actividad. La duración de cada ejercicio es de 10 a 15 segundos.</p> | <p>Asegurarse la correcta realización de los ejercicios de una forma progresiva.</p> |  |
| 5' | <ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento técnico <p>Con el profesor realizar sombras del golpe de derecha, del golpe de revés y combinados los dos golpes; considerando que realizar sombras significa realizar el gesto técnico sin pelota.</p> | <p>Los jugadores deben hacer lo más parecido posible al movimiento del entrenador</p> |  |
| 5' | <p>Juego: Formando letras con las raquetas</p> <p>Los jugadores forman grupos de 6 a 8 integrantes, se ubican detrás de la línea de fondo y el entrenador dice que letra tienen que formar los alumnos con las raquetas, grupo que forma la letra primero y regrese al puesto es el ganador.</p> | <p>Los jugadores deben tener cuidado de no chocarse con los otros miembros del grupo.</p> |  |
| 80 min 15' | <p>Parte Principal</p> <p>Con la pelota roja pelotear en los cajones de saque, jugando de derecha y revés controlando la pelota y regresando a la posición inicial tras el golpe.</p> | <p>Los jugadores deben acomodarse rápidamente a cada pelota para poder impactarla con precisión y poder controlarla varias veces.</p> |  |
| 10' | <p>Con la pelota roja 4 jugadores por cancha, 3 se ubican en una mitad de cancha para pegar el golpe de derecha cruzado logrando que la bola caiga en el cajón de saque como lo indica el gráfico, el cuarto jugador lanza la pelota con la mano hacia la derecha del primer compañero y así hasta que pasen todos una y otra vez, el profesor ordenara el cambio para que otra persona sea quien realice el lanzamiento de la pelota.</p> | <p>Los jugadores deben impactar la pelota adelante del cuerpo controlándola para que caiga en la zona fijada por el profesor</p> |  |

| | | | |
|-----|--|---|---|
| 10' | <p>Con la pelota roja 4 jugadores por cancha, 3 se ubican en una mitad de cancha para pegar el golpe de revés cruzado logrando que la bola caiga en el cajón de saque como lo indica el gráfico como lo indica el gráfico, el cuarto jugador lanza la pelota con la mano hacia la derecha del primer compañero y así hasta que pasen todos una y otra vez, el profesor ordenara el cambio para que otra persona sea quien realice el lanzamiento de la pelota.</p> | <p>Realizar un movimiento de la raqueta controlado, pegando la pelota de abajo hacia arriba.</p> |  |
| 10' | <p>Con la pelota roja con un compañero jugar cruzado en los cajones de saque, logrando controlar la pelota con esta dirección, la misma debe caer dentro de los límites señalados. El un par juega de derecho cruzado y el otro par juega de revés cruzado; a la señal del entrenador cambian los roles para que ambos equipos practiquen la derecha y el revés.</p> | <p>Hay que impactar la pelota adelante del cuerpo y a la vez controlarla para que caiga en el cajón de saque.</p> |  |
| 10' | <p>Con la pelota naranja con un compañero jugar cruzado en los cajones de saque, logrando controlar la pelota con esta dirección, la misma debe caer dentro de los límites señalados. El un par juega de derecho cruzado y el otro par juega de revés cruzado; a la señal del entrenador cambian los roles para que ambos equipos practiquen la derecha y el revés.</p> | <p>El jugador debe mover los pies mucho más rápido para acomodarse de mejor manera al golpe y controlar la pelota para jugarla varias veces con el compañero.</p> |  |
| 10' | <p>Con la pelota naranja con un compañero jugar cruzado en la cancha para pelotas naranjas, logrando controlar la pelota con esta dirección, la misma debe caer dentro de los límites señalados. El un par juega de derecho cruzado y el otro par juega de revés cruzado; a la señal del entrenador cambian los roles para que ambos equipos practiquen la derecha y el revés.</p> | <p>Los jugadores deben golpear adelante del cuerpo y a la altura ideal que va desde la cintura hasta el hombro.</p> |  |

| | | | |
|---------------|---|--|---|
| 10' | Entre dos jugadores se juega un super tie break. Hay que llegar de uno en uno a diez puntos con dos de diferencia, aplicando lo visto en esta clase de tenis; se utiliza la pelota naranja en la cancha respectiva. | Los jugadores deben saber cómo se juega un super tie break y cuál es el orden de los servicios |  |
| 10 min | Parte Final | | |
| 6' | Vuelta a la calma Los jugadores realizan un trote ligero en cualquier dirección y después realizan ejercicios de estiramiento. | | |
| 4' | Resumen de la clase Se puede realizar preguntas a los jugadores o que ellos hagan las preguntas de algo que no quedó claro. | Los jugadores deben trotar suavemente y realizar estiramientos de los principales grupos musculares. |  |

Evaluación: En esta sesión de enseñanza se evalúa a los estudiantes observando que después de realizar un determinado golpe se ubique en el lugar correcto para recibir el siguiente golpe, utilizando una escala del 1 al 5 siendo el valor máximo 5 y el mínimo 1.

**ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO
CENTRO DE EDUCACIÓN FÍSICA**

DEPORTE: Tenis de Campo

DOCENTE: Lic. Santiago Trujillo

CURSO: Tenis Paralelo A

Nombre de la sesión: “Pelota en juego”

Objetivos: -Realizar el saque y devolución con las pelotas rojas y naranjas

-Jugar con el puntaje estándar del juego

Recursos: Conos, Cronómetro, Redes, Raquetas, Pelotas rojas, Pelotas naranjas

METODOLOGÍA: Play and Stay

PROGRAMA: Tennis Xpress



NÚMERO DE SESIÓN: 3



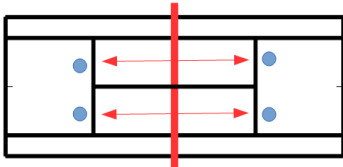
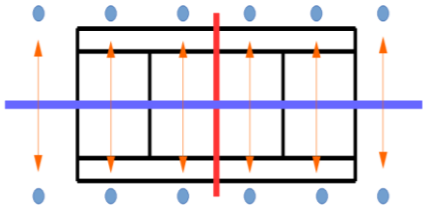
LUGAR: Canchas de Tenis

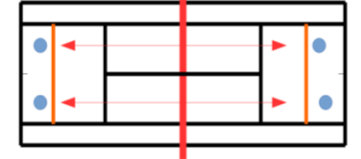
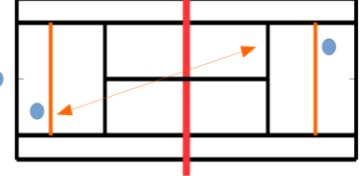
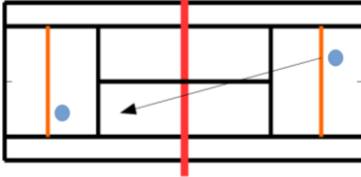
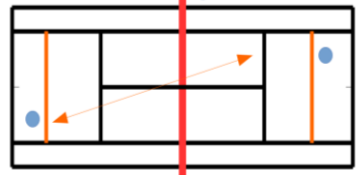
HORARIO: 08:00 – 10:00

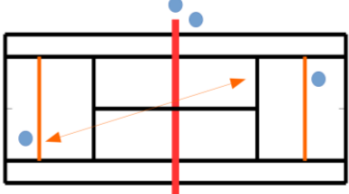

PELOTAS: Rojas – Naranjas

-Aprender las posiciones en la modalidad de singles

| Tiempo | Actividades | Puntos de control | Gráficos - Fotografías |
|------------------|--|--|--|
| 5 min | Resumen de la sesión anterior y explicar los objetivos de la clase | Realizar preguntas a los jugadores |  |
| 25 min 5' | <p>Parte inicial: Calentamiento Físico y técnico</p> <ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento Físico <p>Movilidad articular: cuello, hombros, codos, muñecas, cadera, rodillas. Trote suave boteando una pelota de tenis alternadamente con la derecha e izquierda utilizando la raqueta, Movimientos de lado golpeando la pelota hacia arriba sin dejarla caer, boteo contra el piso y elevo rodillas, golpeo la pelota hacia arriba y elevo rodillas, lanzo la pelota a unos 5 metros y la trato de amortiguarla sobre la raqueta sin dejarla caer.</p> | Los jugadores deben realizar varios movimientos y estar con un alto nivel de concentración para realizar los ejercicios pelota- raqueta. |  |

| | | | |
|----|--|---|---|
| 5' | <p>Juego de equipos: Avanzando en equipo</p> <p>Se forman 4 grupos de seis jugadores, los cuales se ubican en columna y sentados detrás de la línea de fondo; el primer jugador tiene una raqueta y a la señal del profesor el primer jugador del equipo la pasa para atrás por encima de la cabeza al siguiente jugador y así sucesivamente hasta que la raqueta llegue al jugador que está al último, quién se levanta y va a velocidad a ubicarse primero se su fila y repite el procedimiento, hasta que todos los miembros del equipo pasen la línea de saque.</p> | Asegurarse que los jugadores se coloque uno a continuación de otro y no muy separados. |  |
| 5' | <p>Flexibilidad: realizamos ejercicios de flexibilidad de forma estática comenzando desde abajo hacia arriba; se realizan ejercicios para piernas, cintura, brazos y cabeza con el fin de preparar a los grupos musculares para la actividad. La duración de cada ejercicio es de 10 a 15 segundos.</p> | Los jugadores deben realizar con una buena técnica para recibir los verdaderos beneficios para la práctica deportiva. |  |
| 5' | <ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento técnico <p>Con la pelota roja con un compañero jugar en los cajones de saque controlando la pelota y golpeando con la derecha y revés.</p> | Los jugadores deben conseguir un peloteo largo para mejorar su control de pelota. |  |
| 5' | <p>Juego: Ascensos y descensos</p> <p>Utilizando la pelota roja con un compañero los jugadores se colocan frente con frente como indica la figura, durante 2 minutos va a jugar puntos con su compañero, al finalizar los dos minutos ven quién ganó de cada uno de los pares y de esta manera suben de cancha los ganadores y bajan de cancha los que perdieron.</p> | Los jugadores deben cantar fuerte el marcador y servir por arriba de la cabeza para empezar a jugar el punto. |  |

| | | | |
|---------------|---|---|---|
| 80 min | Parte principal | | |
| 10' | Con la pelota naranja en la cancha para este tipo de pelota jugar con el compañero utilizando los golpes de derecha y revés, manteniendo la pelota en juego logrando alcanzar la mayor cantidad de pelotas seguidas sin fallar. | Los jugadores deben acomodarse constantemente a la pelota para poder pegarle cómodamente. |  |
| 15' | Con la pelota naranja formamos 2 pares de equipos, los cuales se ponen a cada costado de la cancha para este color de pelota, van a jugar dos de tres sets de 15 puntos, el primer set saque el equipo A y el segundo set el equipo B, si quedan set a set se define en un tercer set y la regla sería que el equipo que gana el punto saca el siguiente. Si gana el punto el un jugador del equipo tiene derecho a jugar un segundo punto máximo dos seguidos, en el caso de pérdida le toca al siguiente jugador. | Asegurarse que los jugadores se coloquen en las ubicaciones respectivas al momento de sacar y al momento de recibir el servicio, esto corresponde a la modalidad de singles |  |
| 10' | Explicar y demostrar a los jugadores la puntuación del tenis: 15, 30, 40 y game; si igualan a 40-40 el siguiente punto se llama ventaja considerando que a partir del 40-40 se debe ganar dos puntos seguidos para ganar el game, caso contrario hay que regresar a 40-40. | Se debe cantar primero el punto de la persona que está al servicio y después el punto de la persona que recibe. |  |
| 30' | Con la pelota naranja jugar games aplicando la puntuación del tenis, 4 jugadores por cancha la persona que gana el game se sigue quedando en la cancha el tercer jugador arbitra el cuarto jugador pasa las pelota jugador en llegar a seis games primero es el ganador, los games se van acumulando. | Los jugadores deben seguir el orden establecido en un principio para la correcta realización del ejercicio. |  |

| | | | |
|--------|---|---|---|
| 15' | <p>Jugar con situaciones de juego, empezando con distintos marcadores por ejemplo con un 15-15 y de ahí terminar el game, de la misma forma que el ejercicio anterior el ganador sigue quedando en la cancha.</p> | <p>Los jugadores deben asegurarse de estar ubicados en el sitio correcto de acuerdo a la puntuación.</p> |  |
| 10 min | <p>Parte Final Vuelta a la calma</p> | | |
| 6' | <p>Los jugadores realizan un trote ligero en cualquier dirección y después realizan ejercicios de estiramiento.</p> | <p>Los jugadores deben regresar a la calma con un trote bien ligero realizando ejercicios de respiración.</p> | |
| 4' | <p>Resumen de la clase Se puede realizar preguntas a los jugadores o que ellos hagan las preguntas de algo que no quedó claro.</p> | |  |

Evaluación: En esta sesión de enseñanza se evalúa en los jugadores que después de golpear una pelota recuperen el centro de la cancha y se ubiquen en la posición inicial en cada uno de los ejercicios de la clase, utilizando una escala del 1 al 5 siendo el valor máximo 5 y el mínimo 1.

**ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO
CENTRO DE EDUCACIÓN FÍSICA**

DEPORTE: Tenis de Campo

DOCENTE: Lic. Santiago Trujillo

CURSO: Tenis Paralelo A

Nombre de la sesión: “Lugares nuevos en la cancha”

Objetivos: -Aprender a jugar en la red en individuales aplicando la volea de derecho y revés con las pelotas rojas y naranjas

-Aplicar situaciones para ingresar a la red -Llevar el puntaje en un set aplicando las situaciones aprendidas

Recursos: Conos, Cronómetro, Redes, Raquetas, Pelotas rojas, Pelotas naranjas

METODOLOGÍA: Play and Stay



PROGRAMA: Tennis Xpress

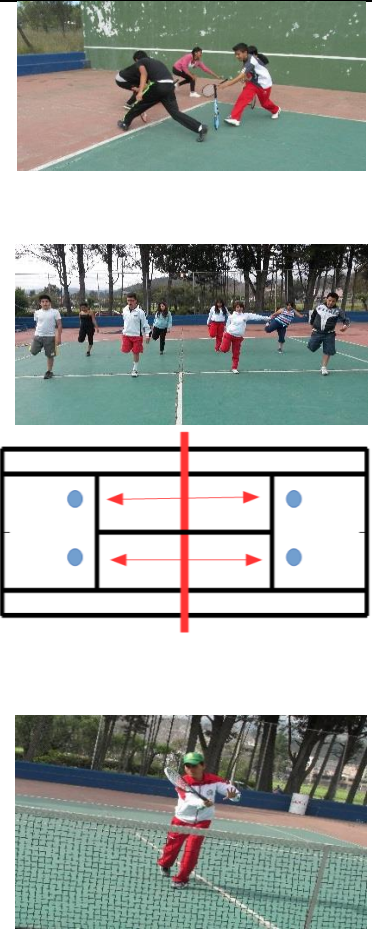
NÚMERO DE SESIÓN: 4


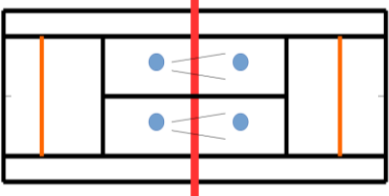
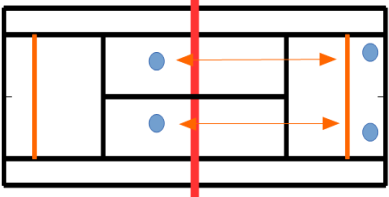
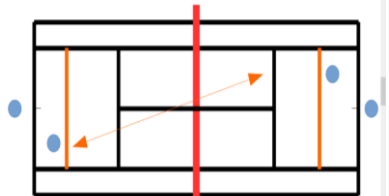
LUGAR: Canchas de Tenis

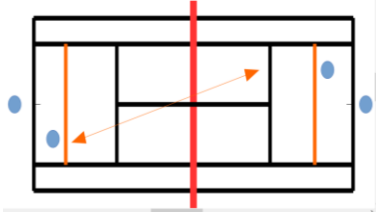

HORARIO: 08:00 – 10:00

PELOTAS: Rojas – Naranjas

| Tiempo | Actividades | Puntos de control | Gráficos - Fotografías |
|---------------|---|---|---|
| 5 min | Resumen de la sesión anterior y explicar los objetivos de la clase | Realizar preguntas a los jugadores | |
| 25 min | Parte inicial: Calentamiento Físico y técnico | | |
| 5’ | <ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento Físico Movilidad articular: cuello, hombros, codos, muñecas, cadera, rodillas. De forma libre utilizando la raqueta y pelota realizar varios ejercicios golpeando hacia abajo, hacia arriba, alternadamente, trasladándose de espaldas, de lado, elevando talones, elevando rodillas. | Realizar de forma progresiva los ejercicios. Los estudiantes deben variar el ejercicio cada 15 segundos. |  |
| 10’ | Juego: La raqueta equilibrista Los jugadores se ubican en pares frente con frente a una distancia de un metro y medio, sujetan su raqueta con la mano izquierda, agarrándola del mango y haciendo que la cabeza de la raqueta toque la superficie de la cancha, a la señal de profesor el jugador suelta su raqueta y va en busca de la | Lograr que los jugadores se coloquen en la posición correcta para evitar que se choquen y el juego salga de la mejor manera, la señal del |  |

| | | | |
|---|---|---|--|
| <p>5'</p> <p>5'</p> <p>80 min 10'</p> | <p>raqueta de su compañero sin dejarla caer, si la deja caer pierde un punto. La variación que se puede hacer es que los de 4 a 5 estudiantes se coloquen en un círculo con la raqueta delante de ellos y a la señal del profesor voy a coger la raqueta del compañero de la derecha sin dejarla caer, de la misma forma se puede pedir hacia la izquierda, la persona que le deja caer sale del juego.</p> <p>Flexibilidad: realizamos ejercicios de flexibilidad de forma estática comenzando desde abajo hacia arriba; se realizan ejercicios para piernas, cintura, brazos y cabeza con el fin de preparar a los grupos musculares para la actividad. La duración de cada ejercicio es de 10 a 15 segundos.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento técnico <p>Con la pelota roja con un compañero jugar en los cajones de saque controlando la pelota y golpeando con la derecha y revés.</p> <p>Parte Principal</p> <p>Con las pelotas naranjas en pares los jugadores se ubican frente con frente en los cajones de saque a dos metros de la red, el un jugador lanza la pelota con la mano al lado derecho del compañero quién va a ejecutar la volea de derecha con el gesto indicado por parte del profesor, cada ocho repeticiones cambian los roles para que practiquen los dos jugadores.</p> | <p>profesor es la única para realizar el ejercicio.</p> <p>Realizar los ejercicios con la técnica correcta para evitar cualquier tipo de lesión.</p> <p>Los jugadores deben jugar despacio y controlando la pelota.</p> <p>El jugador debe utilizar la empuñadura continental, girar los hombros sin llevar muy atrás la raqueta e impactarla delante del cuerpo.</p> |  |
|---|---|---|--|

| | | | |
|-----|--|---|---|
| 10' | Con las pelotas naranjas en pares los jugadores se ubican frente con frente en los cajones de saque a dos metros de la red, el un jugador lanza la pelota con la mano al lado izquierdo del compañero quién va a ejecutar la volea de revés con el gesto indicado por parte del profesor, cada ocho repeticiones cambian los roles para que practiquen los dos jugadores. | El jugador debe utilizar la empuñadura continental, debe girar los hombros, ubicarse de lado y realizar el impacto delante del cuerpo. |  |
| 10' | Con las pelotas naranjas en pares los jugadores se ubican frente con frente en los cajones de saque a dos metros de la red, el un jugador lanza la pelota con la mano al lado derecho y después a lado izquierdo del compañero quién va a ejecutar la volea de derecha y revés alternadamente, cada ocho repeticiones cambian los roles para que practiquen los dos jugadores. | El jugador debe utilizar la empuñadura continental en los dos golpes y aplicar las recomendaciones realizadas anteriormente. |  |
| 10' | En pares el un jugador se ubica en la red y el otro en la línea de fondo de la cancha naranja, este jugador juega alto para que el jugador que está en la red realice el golpe de smash, cada 8 smash realizados significan que deben cambiar los roles. | El jugador debe utilizar de igual forma una empuñadura continental e impactar la pelota arriba de la cabeza y delante del cuerpo. |  |
| 15' | Utilizando las pelotas naranjas jugar tie break con la condición que solo se marca como punto los ganados en la red ya sea de volea de derecha o de revés. Si se realizan los puntos rápidamente se puede jugar otro tie break. | Los jugadores empiezan el punto con servicio e incentivar que las pelotas que se quedan cortas deben se golpeadas con la derecha o revés para poder ingresar a la red a realizar las voleas o el smash. |  |

| | | | |
|--------|--|--|---|
| 35' | <p>Jugar un set con la pelota naranja con un compañero aplicando la situaciones de juego aprendidas en esta clase, pueden estar cuatro jugadores por cancha en dos equipos pares cada uno de los miembros del equipo juega el game si gana se queda otro game más, considerando que puede jugar solo dos games seguidos.</p> | <p>Los jugadores cuando vean una pelota corta deben realizar la aproximación para ingresar a la red y poder definir de volea el punto.</p> |  |
| 10 min | <p>Parte Final</p> | | |
| 6' | <p>Vuelta a la calma Los jugadores realizan un trote ligero en cualquier dirección y después realizan ejercicios de estiramiento.</p> | | |
| 4' | <p>Resumen de la clase Se puede realizar preguntas a los jugadores o que ellos hagan las preguntas de algo que no quedo claro.</p> | <p>Los jugadores deben realizar los ejercicios de estiramiento correctamente para obtener beneficios.</p> |  |

Evaluación: En esta sesión de entrenamiento se evalúa en los jugadores como ellos se desenvuelven desde el fondo de la cancha, cuando están al servicio, cuando están en la devolución, cuando el rival entra a la red o cuando el jugador va hacia la red a definir el punto, utilizando una escala del 1 al 5 siendo el valor máximo 5 y el mínimo 1.

**ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO
CENTRO DE EDUCACIÓN FÍSICA**

DEPORTE: Tenis de Campo

DOCENTE: Lic. Santiago Trujillo

CURSO: Tenis Paralelo A

Nombre de la sesión: “Juego de equipo”

Objetivos: -Aprender a jugar dobles básico con las posiciones adecuadas de los jugadores con las pelotas naranjas y verdes

-Practicar la formación básica del dobles uno adelante y otro atrás

-Jugar un set de dobles con la puntuación del tenis

Recursos: Conos, Cronómetro, Redes, Raquetas, Pelotas rojas, Pelotas naranjas, Pelotas verdes.

METODOLOGÍA: Play and Stay



PROGRAMA: Tennis Xpress



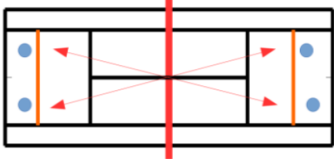
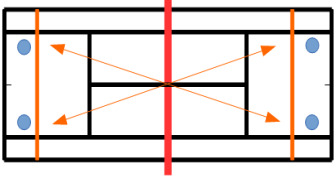
NÚMERO DE SESIÓN: 5

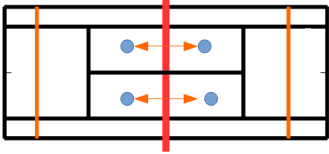
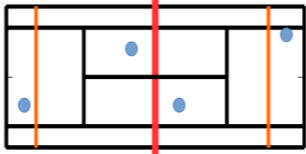
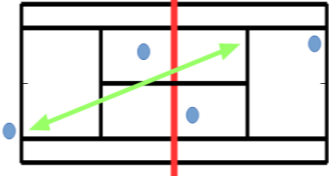

LUGAR: Canchas de Tenis

HORARIO: 08:00 – 10:00

PELOTAS: Rojas – Naranjas

| Tiempo | Actividades | Puntos de control | Gráficos - Fotografías |
|--------|--|--|---|
| 5 min | Resumen de la sesión anterior y explicar los objetivos de la clase | Los estudiantes debe hacer preguntas y a su vez preguntar | |
| 25 min | Parte inicial: Calentamiento Físico y técnico | | |
| 5' | Calentamiento Físico Movilidad articular: cuello, hombros, codos, muñecas, cadera, rodillas. De forma libre utilizando la raqueta y pelota realizar varios ejercicios golpeando hacia abajo, hacia arriba, alternadamente, trasladándose de espaldas, de lado, elevando talones, elevando rodillas. | Que impacten la pelota con el centro de la raqueta, para que tenga una mayor precisión y los ejercicios de flexibilidad. |  |
| 10' | Juego: Avanzando junto a la pelota Forman grupos de seis jugadores cada uno, se ubican hombro con hombro junto a sus compañeros en la cancha de tenis al final del escenario junto a la malla. Cada miembro del equipo debe tener una raqueta adelante con la cara hacia el cielo y contar con una | Los jugadores deben correr por detrás de la fila de compañeros e ubicarse a continuación del jugador que está al último. |  |

| | | | |
|---------------|---|---|---|
| | <p>pelota de tenis por grupo, la cual se ubica en encima de las cuerdas de la raqueta del primer jugador. El jugador pasa la pelota a la raqueta de a lado y va corriendo rápidamente delante de todos los jugadores y así sucesivamente sin dejar caer la pelota al piso, hasta que un grupo llegue a la altura de la red, ese equipo es el ganador.</p> | | |
| 5' | <p>Flexibilidad: realizamos ejercicios de flexibilidad de forma estática comenzando desde abajo hacia arriba; se realizan ejercicios para piernas, cintura, brazos y cabeza con el fin de preparar a los grupos musculares para la actividad. La duración de cada ejercicio es de 10 a 15 segundos.</p> | <p>Los jugadores deben realizar los ejercicios de forma progresiva y realizarlos de abajo hacia arriba o al contrario.</p> |  |
| 5' | <ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento técnico <p>Con la pelota roja con un compañero jugar en la mitad de la cancha correspondiente a este tipo de pelota, golpeando con la derecha y revés hasta avanzar a la línea de fondo de la cancha naranja en ese momento cambian de pelota a naranja.</p> | <p>Los jugadores deben empezar cerca a la red y poco a poco irse alejando hasta la línea de fondo de este tipo de cancha.</p> |  |
| 80 min 15' | <p>Parte principal</p> <p>Con un compañero con la pelota naranja un par juega cruzado con el golpe de derecha y el otro par juega cruzado con el golpe de revés, luego cambian los papeles de los equipos para que trabajen los dos golpes todos los jugadores.</p> | <p>Los jugadores deben impactar delante del cuerpo la pelota entre la cintura y los hombros controlándola para una mayor efectividad.</p> |  |
| 15' | <p>Con un compañero con la pelota naranja jugar 15 puntos cruzado, el un par juega derecha contra derecha, el otro par juega revés contra revés y posteriormente se cambian los roles es importante que el punto se comience con el servicio.</p> | <p>Los jugadores juegan los puntos cruzado incluyendo los callejones de dobles.</p> |  |

| | | | |
|---------------|--|---|--|
| 10' | Con un compañero con la pelota naranja frente con frente en la red practicar la volea de derecho y revés logrando jugar varias veces seguidas sin dejar que la pelota caiga al piso. | Los jugadores deben realizar una preparación de la raqueta bien corta e impactar delante del cuerpo la pelota. |  |
| 10' | Explicación de la ubicaciones de los jugadores en el dobles y como se van cambiando a medida que avanza el partido de tenis. Se da a conocer a los estudiantes las funciones de cada uno de ellos en la cancha para un mejor desarrollo del partido. | Los jugadores deben realizar preguntas si algo no quedo claro para una mejor realización de los siguientes ejercicios. |  |
| 30' | Con la pelota verde y en una cancha reglamentaria los jugadores juegan un set de dobles poniendo en práctica las ubicaciones y las funciones de cada uno de ellos. | Los jugadores deben llevar la puntuación igual que en los singles, respetando las ubicaciones y el orden de servicio de cada jugador. |  |
| 10 min | Parte Final | | |
| 7' | Vuelta a la calma Los jugadores realizan un trote ligero en cualquier dirección y después realizan ejercicios de estiramiento. | Los jugadores deben realizar un trote bien suave y después realizar estiramientos. | |
| 3' | Resumen de la clase Se puede realizar preguntas a los jugadores o que ellos hagan las preguntas de algo que no quedo claro. | Los jugadores deben hacer las preguntas necesarias para un mejor entendimiento de esta clase. |  |

Evaluación: En esta sesión de entrenamiento se evalúa en los jugadores su correcta ubicación en la cancha en esta modalidad de juego y como van jugando durante el set, utilizando una escala del 1 al 5 siendo el valor máximo 5 y el mínimo 1.

**ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO
CENTRO DE EDUCACIÓN FÍSICA**

DEPORTE: Tenis de Campo

DOCENTE: Lic. Santiago Trujillo

CURSO: Tenis Paralelo A

Nombre de la sesión: “Combinando jugadas”

Objetivos: -Aprender a jugar en la red en singles aplicando las voleas de derecho, revés y el smash utilizando las pelotas naranjas y verdes

-Practicar varias situaciones para entrar a la red

-Jugar un set de singles con la puntuación del tenis

Recursos: Conos, Cronómetro, Redes, Raquetas, Pelotas verdes, Pelotas naranjas

METODOLOGÍA: Play and Stay


PROGRAMA: Tennis Xpress



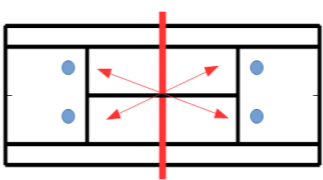
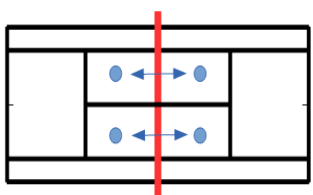
NÚMERO DE SESIÓN: 6

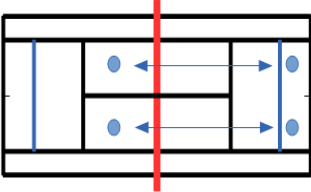
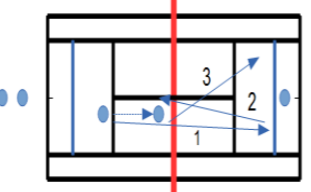
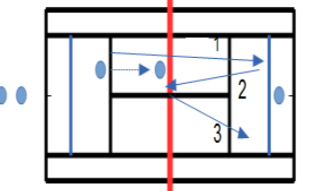
LUGAR: Canchas de Tenis

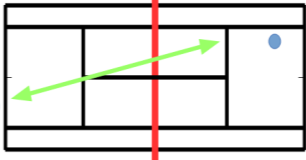
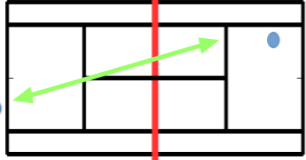

HORARIO: 08:00 – 10:00

PELOTAS: Rojas – Naranjas – Verdes

| Tiempo | Actividades | Puntos de control | Gráficos - Fotografías |
|--------------|--|---|--|
| 5 min | Resumen de la sesión anterior y explicar los objetivos de la clase. | Los jugadores deben realizar las preguntas. | |
| 25 min 5' | <p>Parte inicial: Calentamiento Físico y técnico</p> <p>Calentamiento Físico</p> <p>Movilidad articular: cuello, hombros, codos, muñecas, cadera, rodillas.</p> <p>Realizar varios ejercicios en las líneas de la cancha, un ejercicio por cada línea: línea de singles movimientos de lado, línea de fondo elevos talones, línea de singles 2 elevos rodillas, línea de dobles 2 de lado de forma alternada, regreso al inicio con los brazos hacia adelante, hay que repetir 4 veces el recorrido.</p> | <p>Los ejercicios se los debe realizar de forma progresiva e ir aumentando poco a poco la intensidad.</p> |  |

| | | | |
|---------------|---|--|---|
| 10' | <p>Juego: Bulldog Los jugadores se ubican al fondo de la cancha el profesor va encontrarse al frente de ellos, cuando dice bulldog todos los jugadores deben pasar al otro lado sin ser tocados por el profesor, si alguien es tocado se une al profesor para seguir tocando jugadores. Cuando el profesor dice tienen pase libre las personas con una determinada característica estas pasan sin ser tocadas por ejemplo tienen pase libre las personas de pantalón plomo.</p> | <p>Los jugadores deben estar bien atentos para no dejarse tocar por el profesor y esto les permitirá cambiar de direcciones en todo sentido y cambiar ritmos de carrera.</p> |  |
| 5' | <p>Flexibilidad: realizamos ejercicios de flexibilidad de forma estática comenzando desde abajo hacia arriba; se realizan ejercicios para piernas, cintura, brazos y cabeza con el fin de preparar a los grupos musculares para la actividad. La duración de cada ejercicio es de 10 a 15 segundos.</p> | <p>Los ejercicios deben ser realizados en orden de abajo hacia arriba o de arriba hacia abajo.</p> |  |
| 5' | <ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento técnico Con la pelota roja con un compañero jugar en la mitad de la cancha correspondiente a este tipo de pelota de forma cruzada, golpeando con la derecha y revés hasta avanzar a la línea de fondo de la cancha naranja en ese momento cambian de pelota a naranja. | <p>Los jugadores deben jugar despacio e ir aumentando la velocidad de la pelota poco a poco hasta llegar a la cancha naranja.</p> |  |
| 80 min 10' | <p>Parte Principal Con la pelota naranja los jugadores se ubican frente con frente en la red a dos metros de distancia y comienzan a practicar la volea de derecho y la volea de revés, jugando la pelota varias veces seguidas sin dejarla caer al piso.</p> | <p>Los jugadores deben girar los hombros hacia la derecha o al revés según donde vaya la pelota</p> |  |

| | | | |
|------------|---|---|---|
| <p>14'</p> | <p>Con la pelota naranja en pares el un jugador juega de fondo y el otro jugador en la red para practicar la volea de derecho, la volea de revés y el smash, los jugadores se van alternando cada tres minutos para que practiquen los dos el ejercicio.</p> | <p>y hacer la preparación corta e impactarla delante del cuerpo.</p> <p>Los jugadores deben siempre partir de la posición inicial, impactar la pelota y regresar rápidamente a esta posición para estar listo a la siguiente pelota que le llega.</p> |  |
| <p>16'</p> | <p>En grupos de 4 en una cancha naranja 3 jugadores se ubican a un costado de la cancha y el cuarto jugador del otro lado, el cuarto jugador envía una pelota corta al jugador del lado contrario quién deberá realizar la aproximación de derecha así entrar a la red y definir el punto; luego ira el otro jugador y realizará lo mismo hasta que varias veces se haga el ejercicio por parte de los miembros del equipo; el cambio de roles se produce cada 4 minutos.</p> | <p>Los jugadores deben realizar el golpe de aproximación en dirección paralela e ingresar a la red cubriendo el lado donde juegan la pelota para realizar la volea de derecho.</p> |  |
| <p>16'</p> | <p>En grupos de 4 en una cancha naranja 3 jugadores se ubican a un costado de la cancha y el cuarto jugador del otro lado, el cuarto jugador envía una pelota corta al jugador del lado contrario quién deberá realizar la aproximación de revés así entrar a la red y definir el punto; luego ira el otro jugador y realizará lo mismo hasta que varias veces se haga el ejercicio por parte de los miembros del equipo; el cambio de roles se produce cada 4 minutos.</p> | <p>Los jugadores deben realizar el golpe de aproximación en dirección paralela e ingresar a la red cubriendo el lado donde juegan la pelota para realizar la volea de revés.</p> |  |

| | | | |
|-----|--|--|--|
| 14' | <p>Jugar al 21 en equipos pares en la modalidad singles con la pelota verde empezando el punto con servicio, la regla es que si un jugador gana un punto en la red vale doble es para incentivar a que el ingreso a la red para definir el punto y poner en práctica lo aprendido.</p> | <p>Los jugadores deben ubicarse correctamente en la red según donde realizaron el golpe de aproximación.</p> |  |
| 10' | <p>Con la pelota verde en la cancha reglamentaria jugar un short set (4 games) con la regla de que si alguien gana el punto en la red gana el game automáticamente.</p> | <p>Los jugadores deben estar atentos a las pelotas cortas y aplicar lo visto en esta clase.</p> |  |
| 10' | <p>Parte Final</p> | | |
| 7' | <p>Vuelta a la calma Los jugadores realizan un trote ligero en cualquier dirección y después realizan ejercicios de estiramiento.</p> | <p>Los jugadores deben realizar un trote bien suave y después realizar estiramientos.</p> | |
| 3' | <p>Resumen de la clase Se puede realizar preguntas a los jugadores o que ellos hagan las preguntas de algo que no quedó claro.</p> | <p>Los jugadores deben hacer las preguntas necesarias para un mejor entendimiento de esta clase.</p> |  |

Evaluación: En esta sesión de entrenamiento se evalúa en los jugadores su correcta ubicación en la cancha en esta modalidad de juego y como entran a la red aprovechando las pelotas cortas del rival, utilizando una escala del 1 al 5 siendo el valor máximo 5 y el mínimo 1.

**ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO
CENTRO DE EDUCACIÓN FÍSICA**

DEPORTE: Tenis de Campo

DOCENTE: Lic. Santiago Trujillo

CURSO: Tenis Paralelo A

Nombre de la sesión: “El tenis y sus modalidades”

Objetivos: -Mover al adversario utilizando el servicio y la devolución utilizando las pelotas naranjas y verdes

-Jugar un set de singles

-Jugar un set de dobles

Recursos: Conos, Cronómetro, Redes, Raquetas, Pelotas verdes, Pelotas naranjas

METODOLOGÍA: Play and Stay



PROGRAMA: Tennis Xpress


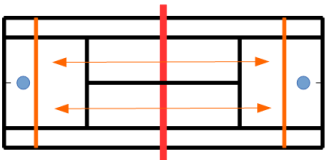
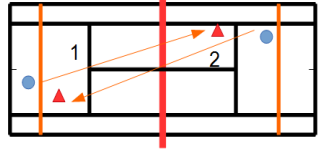
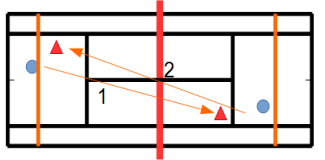
NÚMERO DE SESIÓN: 7

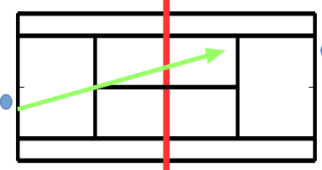
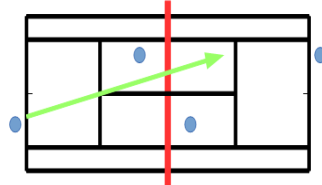

LUGAR: Canchas de Tenis

HORARIO: 08:00 – 10:00

PELOTAS: Naranjas y Verdes

| Tiempo | Actividades | Puntos de control | Gráficos - Fotografías |
|--------|---|--|---|
| 5 min | Resumen de la sesión anterior y explicar los objetivos de la clase. | Realizar preguntas a los jugadores. | |
| 25 min | Parte inicial: Calentamiento Físico y técnico | | |
| 5' | Calentamiento Físico Movilidad articular: cuello, hombros, codos, muñecas, cadera, rodillas. De forma libre utilizando la raqueta y pelota realizar varios ejercicios golpeando hacia abajo, hacia arriba, alternadamente, trasladándose de espaldas, de lado, elevando talones, elevando rodillas. | Los jugadores deben hacer progresivamente los ejercicios y cuando se encuentren ya con la raqueta trotar en los lugares que haya más espacio en la cancha. |  |
| 10' | Juego: Lluvia de pelotas Se forman dos equipos de 12 jugadores cada uno, en la una mitad de cancha se ubica el grupo A y en la otra mitad el grupo B los dos grupos sentados en la línea de los cajones de saque; el profesor con un estudiante más colocan 25 pelotas encima de cada una de sus raquetas, a la cuenta de tres lanzan las pelotas al aire, los miembros | Los jugadores deben lanzar pelota por pelota levantando la red, si lanzan más de dos pelotas el equipo queda eliminado. |  |

| | | | |
|---------------|---|--|---|
| | <p>de cada uno de los grupos tienen que coger pelota a pelota y lanzarla por debajo de la red, durante 3 min el equipo que tiene más pelotas a su lado de la cancha es el equipo que pierde, se juega dos de tres para ver el equipo ganador.</p> | | |
| 5' | <p>Flexibilidad: realizamos ejercicios de flexibilidad de forma estática comenzando desde abajo hacia arriba; se realizan ejercicios para piernas, cintura, brazos y cabeza con el fin de preparar a los grupos musculares para la actividad. La duración de cada ejercicio es de 10 a 15 segundos.</p> | <p>Los ejercicios de flexibilidad realizarlos de forma progresiva y con la técnica correcta.</p> |  |
| 5' | <ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento técnico <p>Con la pelota naranja con un compañero jugar en la mitad de la cancha correspondiente a este tipo de pelota de forma libre, golpeando con la derecha y revés empezando desde la mitad y a medida que avanza el ejercicio seguir avanzando hasta llegar a la línea de fondo de la cancha para este tipo de pelota.</p> | <p>Los jugadores deben realizar los movimientos de derecha y revés de forma progresiva con la empuñaduras adecuadas y siempre regresando a la posición inicial.</p> |  |
| 80 min 15' | <p>Parte principal</p> <p>En una cancha para pelota naranja en pares realizar servicios abiertos apuntando a una diana que se encuentra en el cajón de servicio de iguales, el jugador que devuelve el servicio juega cruzado hacia una diana que se encuentra en la cancha del jugador que realizó el saque y se juega el punto, se juega 11 puntos para cambiar los roles.</p> | <p>El jugador que realiza el saque debe lanzar adecuadamente la pelota para poder impactarla con precisión y el jugador que devuelve los saques abiertos pegar la pelota más adelante del cuerpo para que esta vaya cruzada.</p> |  |
| 15' | <p>En una cancha para pelota naranja en pares realizar servicios abiertos apuntando a una diana que se encuentra en el cajón de servicio de ventajas, el jugador que devuelve el servicio juega cruzado hacia una diana que se encuentra en la cancha del jugador</p> | <p>Los cuatro jugadores en cancha deben jugar su set de singles aplicando los saques abiertos y las devoluciones cruzadas. Los</p> |  |

| | | | |
|---------------|---|--|--|
| <p>30'</p> | <p>que realizó el saque y se juega el punto, se juega 11 puntos para cambiar los roles.</p> <p>Jugar un set de singles con un compañero con la pelota verde en una cancha reglamentaria de tenis, hay un tercer jugador que arbitra el partido y un cuarto jugador que pasa las pelotas, se realiza el cambio de roles para que los otros dos jugadores jueguen el otro set, considerando que se juega con punto de oro.</p> | <p>jugadores deben adaptarse a la nueva pelota que es un poco más rápida.</p> <p>Los jugadores deben colocarse en las ubicaciones correctas y llevar la puntuación del tenis considerando que primero siempre se canta el punto del que está sacando y después del jugador que devuelve el saque</p> |    |
| <p>20'</p> | <p>Jugar un set de dobles con la pelota verde en una cancha reglamentaria de tenis con punto de oro en cada game, para aplicar ñas situaciones de juego de dobles en este tipo de cancha.</p> | <p>Los movimientos de los golpes deben ser lo más cortitos posibles y colocar la pelota.</p> | |
| <p>10 min</p> | <p>Parte Final Vuelta a la calma Jugar el ciempiés tenista dos sets de siete puntos en los cajones de saque, dos grupos por lado sujetados de la cintura el primer jugador del grupo tiene la raqueta y juega el punto con el equipo del otro lado, cada dos puntos se cambia de jugador que lleva la raqueta. Resumen de la clase Se puede realizar preguntas a los jugadores o que ellos hagan las preguntas de algo que no quedo claro.</p> | <p>Los jugadores deben realizar las preguntas necesarias para un mejor entendimiento de la clase.</p> | |

Evaluación: En esta sesión de entrenamiento se evalúa en los jugadores como colocan el servicio y como devuelven el mismo durante los sets de juego, utilizando una escala del 1 al 5 siendo el valor máximo 5 y el mínimo 1.

**ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO
CENTRO DE EDUCACIÓN FÍSICA**

DEPORTE: Tenis de Campo

DOCENTE: Lic. Santiago Trujillo

CURSO: Tenis Paralelo A

Nombre de la sesión: “Un golpe espectacular”

Objetivos: -Aprender el passig shot en singles

-Jugar un pro set de singles

Recursos: Conos, Cronómetro, Redes, Raquetas, Pelotas verdes, Pelotas naranjas

METODOLOGÍA: Play and Stay

PROGRAMA: Tennis Xpress



NÚMERO DE SESIÓN: 8



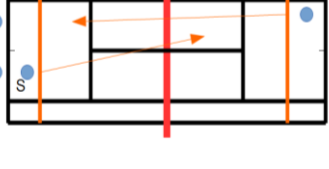
LUGAR: Canchas de Tenis

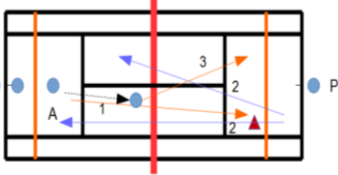
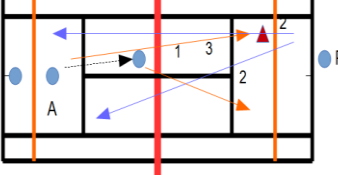
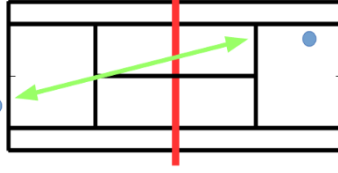
HORARIO: 08:00 – 10:00


PELOTAS: Naranjas - Verdes

-Comprender la ubicación del jugador cuando está en la red

| Tiempo | Actividades | Puntos de control | Gráficos - Fotografías |
|--------|---|---|---|
| 5 min | Resumen de la sesión anterior y explicar los objetivos de la clase. | Realizar preguntas a los estudiantes | |
| 25 min | Parte inicial: Calentamiento Físico y técnico | | |
| 5' | <ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento Físico | | |
| 5' | Movilidad articular: cuello, hombros, codos, muñecas, cadera, rodillas. | | |
| 5' | Trote suave boteando una pelota de tenis alternadamente con la derecha e izquierda utilizando la raqueta, Movimientos de lado golpeando la pelota hacia arriba sin dejarla caer, boteo contra el piso y elevo rodillas, golpeo la pelota hacia arriba y elevo rodillas, | Los jugadores deben realizar de forma progresiva los ejercicios para buscar los mejores beneficios para las siguientes actividades. |  |
| 10' | Juego en pares: Atrapa la pelota | | |
| 10' | Dos jugadores se ubican frente con frente a una distancia de dos metros, un jugador tiene una pelota en cada mano, separa los brazos hasta la altura de los hombros con cada pelota en la mano, este jugador tiene que dejar caer cualquiera de las dos pelotas y su compañero tiene que reaccionar para atraparla con un solo bote, el | Los jugadores deben soltar la pelota y no lanzarla para dar el tiempo justo para que el jugador reaccione. |  |

| | | | |
|---------------|---|--|---|
| | <p>jugador tiene que realizar seis veces seguidas para que se cambien los roles; cada vez que la atrape se suma un punto y compite con su compañero. La variación adicional que se realiza es que el jugador reaccione a la primera pelota y después salga en dirección contraria para atrapar la otra pelota.</p> | | |
| 5' | <p>Flexibilidad: realizamos ejercicios de flexibilidad de forma estática comenzando desde abajo hacia arriba; se realizan ejercicios para piernas, cintura, brazos y cabeza con el fin de preparar a los grupos musculares para la actividad. La duración de cada ejercicio es de 10 a 15 segundos.</p> | Realizar los ejercicios de forma progresiva para buscar los mejores beneficios de los mismos. |  |
| 5' | <p>• Calentamiento técnico Con la pelota naranja con un compañero jugar en la mitad de la cancha correspondiente a este tipo de pelota de forma libre, golpeando con la derecha y revés empezando desde la mitad y a medida que avanza el ejercicio seguir avanzando hasta llegar a la línea de fondo de la cancha para este tipo de pelota.</p> | Controlar la pelota con los golpes de derecha y revés hasta llegar al fondo de la cancha naranja. |  |
| 80 min | <p>Parte principal</p> | | |
| 15' | <p>Con la pelota naranja con cuatro jugadores por cancha se juega rey de fondo con servicio, tres jugadores de un lado de la cancha son los que sacan y un jugador del otro lado es que realiza la devolución; si los jugadores que realizan dos puntos seguidos pasan en lugar del jugador de la devolución.</p> | Los jugadores deben buscar colocación en cada una de las pelotas jugadas para generar espacios en la cancha. |  |
| 20' | <p>En una cancha naranja se ubican cuatro jugadores, tres de un costado de cancha y uno del otro lado, cada uno de los tres</p> | El jugador que realiza el passing shot debe tomar rápidamente decisiones que le permitan realizar | |

| | | | |
|-----|--|--|---|
| | <p>realiza un golpe de aproximación de derecha hacia el revés del compañero, ingresa a la red ubicándose en el sitio que le corresponde para cubrir la cancha cuando se juega la aproximación hacia ese lado y está atento para definir con la volea de derecho, revés o el smash, cada uno de los jugadores juega un punto y le toca al siguiente luego de cinco minutos cambian los roles hasta que pasen los cuatro jugadores. El jugador que esta solo debe tratar de pasarle al jugador que está en la red tiene tres opciones jugar paralelo, jugar cruzado o jugar pasarlo por arriba.</p> | <p>el golpe adecuado para ganar el punto dependiendo de la ubicación del jugador que ingresa a la red</p> |  |
| 20' | <p>En una cancha naranja se ubican cuatro jugadores, tres de un costado de cancha y uno del otro lado, cada uno de los tres realiza un golpe de aproximación de revés hacia la derecha del compañero, ingresa a la red ubicándose en el sitio que le corresponde para cubrir la cancha cuando se juega la aproximación hacia ese lado y está atento para definir con la volea de derecho, revés o el smash, cada uno de los jugadores juega un punto y le toca al siguiente luego de cinco minutos cambian los roles hasta que pasen los cuatro jugadores. El jugador que esta solo debe tratar de pasarle al jugador que está en la red tiene tres opciones jugar paralelo, jugar cruzado o jugar pasarlo por arriba.</p> | <p>El jugador que realiza el passing shot debe tomar rápidamente decisiones que le permitan realizar el golpe adecuado para ganar el punto dependiendo de la ubicación del jugador que ingresa a la red.</p> |  |
| 25' | <p>Jugar un proset de singles con la pelota verde en la cancha reglamentaria aplicando lo visto durante la clase considerando que se deben tomar buenas decisiones para poder definir el punto de mejor forma cuando se está en la red</p> | <p>Los jugadores deben llevar la puntuación decirla en voz alta para que sepan los dos jugadores y a su vez jugar con cambios de lado y teniendo presente que el tiempo</p> |  |

| | | | |
|----------------------|--|---|---|
| <p>10 min</p> | <p>y ubicándose en el lugar correcto en la red y el jugador de fondo que va realizar un passing considerar las mejores opciones para ganar el punto.</p> <p>Parte Final Vuelta a la calma Jugar avanzando a la red con las raquetas y una pelota. Forman grupos de seis jugadores cada uno, se ubican hombro con hombro junto a sus compañeros en la cancha de tenis al final del escenario junto a la malla. Cada miembro del equipo debe tener una raqueta adelante con la cara hacia el cielo y contar con una pelota de tenis por grupo, la cual se ubica en encima de las cuerdas de la raqueta del primer jugador. El jugador pasa la pelota a la raqueta de a lado y va corriendo rápidamente delante de todos los jugadores y así sucesivamente sin dejar caer la pelota al piso, hasta que un grupo llegue a la altura de la red, ese equipo es el ganador.</p> <p>Se puede realizar preguntas a los jugadores o que ellos hagan las preguntas de algo que no quedo claro.</p> | <p>reglamentario entre puntos es de 20 seg y en cambios de lado es de 90.</p> <p>Los jugadores deben correr por detrás de la fila de compañeros e ubicarse a continuación del jugador que está al último.</p> |  |
|----------------------|--|---|---|

Evaluación: En esta sesión de enseñanza se evalúa que los jugadores tomen decisiones adecuadas para entrar a la red, utilizando una escala del 1 al 5 siendo el valor máximo 5 y el mínimo 1.

**ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO
CENTRO DE EDUCACIÓN FÍSICA**

DEPORTE: Tenis de Campo

DOCENTE: Lic. Santiago Trujillo

CURSO: Tenis Paralelo A

Nombre de la sesión: “El dobles es diversión”

Objetivos: -Aprender el passig shot en dobles

-Jugar un pro set de dobles

Recursos: Conos, Cronómetro, Redes, Raquetas, Pelotas verdes, Pelotas naranjas

METODOLOGÍA: Play and Stay

PROGRAMA: Tennis Xpress



NÚMERO DE SESIÓN: 9



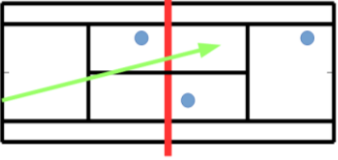
LUGAR: Canchas de Tenis

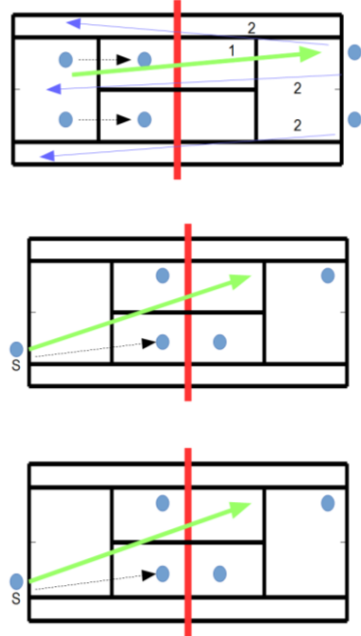
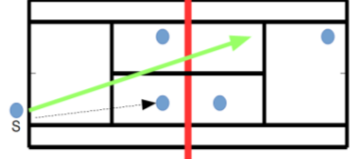
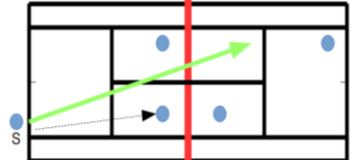

HORARIO: 08:00 – 10:00

PELOTAS: Naranjas - Verdes

-Comprender la ubicación de los jugadores cuando están en la red

| Tiempo | Actividades | Puntos de control | Gráficos - Fotografías |
|--------|--|--|---|
| 5 min | Resumen de la sesión anterior y explicar los objetivos de la clase. | | |
| 25 min | Parte inicial: Calentamiento Físico y técnico | | |
| 5' | Calentamiento Físico | | |
| 5' | Movilidad articular: cuello, hombros, codos, muñecas, cadera, rodillas. | Los ejercicios realizarlos de forma progresiva y con la técnica correcta para obtener los verdaderos beneficios. |  |
| 5' | De forma libre utilizando la raqueta y pelota realizar varios ejercicios golpeando hacia abajo, hacia arriba, alternadamente, trasladándose de espaldas, de lado, elevando talones, elevando rodillas. | | |
| 10' | Juego: Caballo, Cabalgar, cambio de lugares y velocidad | Los jugadores deben estar atentos a la indicación del profesor para realizar rápidamente la acción que le corresponde. | |
| 10' | Los jugadores se ubican en pares uno detrás de otro formando un círculo, el profesor se coloca en el centro para dar las indicaciones la indicación uno es cambio de lugares y los jugadores se cambian de posición con el compañero que esta adelante, la segunda indicación es cabalgar el jugador que esta atrás se sube a la espalda | |  |

| | | | |
|---------------|---|---|---|
| 5' | <p>del compañero, la tercera indicación es caballo eso significa que tiene que bajar y la última indicación es velocidad, aquí el jugador que esta atrás sale a velocidad hacia la derecha rodea el círculo hasta nuevamente llegar a su lugar.</p> <p>Flexibilidad: realizamos ejercicios de flexibilidad de forma estática comenzando desde abajo hacia arriba; se realizan ejercicios para piernas, cintura, brazos y cabeza con el fin de preparar a los grupos musculares para la actividad. La duración de cada ejercicio es de 10 a 15 segundos; para estos ejercicios utilizar la raqueta y la pelota.</p> | Los jugadores deben utilizar la raqueta y la pelota para realizar cada uno de los ejercicios y estar atento a como realiza el profesor. |  |
| 5' | <ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento técnico <p>Con la pelota naranja con un compañero jugar en la mitad de la cancha correspondiente a este tipo de pelota de forma libre, golpeando con la derecha y revés empezando desde la mitad y a medida que avanza el ejercicio seguir avanzando hasta llegar a la línea de fondo de la cancha para este tipo de pelota.</p> | Los jugadores deben controlar la pelota con el derecho y el revés y de forma progresiva empezar con una velocidad baja y poco a poco ir subiendo. |  |
| 80 min 20' | <p>Parte principal</p> <p>Jugar un short set de dobles con punto de oro con la pelota verde, ubicándose en las posiciones correctas y llevando la puntuación, es muy importante jugar con cambios de lado. Se puede utilizar la naranja si se ve que los jugadores tienen dificultades en un principio para controlar la pelota.</p> | Los jugadores deben ubicarse en las ubicaciones correctas para jugar el partido y estar bien atentos para cumplir con sus funciones en el juego. |  |
| 20' | Con la pelota verde en la cancha reglamentaria en dos pares de equipo ubicarse dos jugadores a la altura de su mitad de cancha y los otros dos en el fondo de la cancha, los que se encuentran en la | Los jugadores cada que se termine el punto deben regresar a la mitad | |

| | | | |
|-----|--|---|--|
| | <p>mitad de la cancha juegan la pelota e ingresan a la red, los que reciben la pelota tratan de realizar el passing a los jugadores que están en la red, pueden jugar paralelo, cruzado o jugar un lob, luego de 10 minutos cambian los roles. En los diez minutos se ve quién es el equipo que realiza mayor puntuación.</p> | <p>de la cancha para empezar de nuevo el punto.</p> |  |
| 20' | <p>Con la pelota verde en la cancha reglamentaria ubicarse en la posiciones respectivas para jugar dobles el jugador que va al servicio saca y siempre entra a la red el jugador que devuelve debe tratar de hacer el passing y jugar el punto jugar dos sets de 15 puntos, el primer set saca el un equipo y el otro set cambian los roles; entre los miembros del equipo se cambian cada 3 puntos.</p> | <p>El jugador que saca debe entrar a la red siguiéndole a la bola, no debe esperar para ver si la pelota es buena, en ese sentido el jugador pierde tiempo.</p> |  |
| 20' | <p>Jugar un proset de dobles aplicando lo practicado en esta clase para reforzar las entradas a la red y los passing shots.</p> | <p>Los jugadores deben presionar en la red para ganar los puntos es la esencia del dobles.</p> |  |
| 10' | <p>Parte Final Vuelta a la calma</p> | | |
| 7' | <p>Jugar la raqueta equilibrista forman grupos de seis personas se ubican en círculo y delante de ellos colocan la raqueta apoyada en el piso y a la señal del profesor ir por la raqueta de la derecha y no dejarla caer, la variación puede ser hacia la izquierda.</p> | <p>Los jugadores deben estar atentos a la señal del profesor para reaccionar rápidamente y sujetar la raqueta.</p> | |
| 3' | <p>Se puede realizar preguntas a los jugadores o que ellos hagan las preguntas de algo que no quedo claro.</p> | |  |

Evaluación: En esta sesión de entrenamiento se evalúa que los jugadores realicen varias formas de pasar la pelota a los jugadores que se encuentran en la red durante el punto y a su vez que tomen decisiones adecuadas para entrar a la red, utilizando una escala del 1 al 5 siendo el valor máximo 5 y el mínimo 1.

**ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO
CENTRO DE EDUCACIÓN FÍSICA**

DEPORTE: Tenis de Campo

DOCENTE: Lic. Santiago Trujillo

CURSO: Tenis Paralelo A

Nombre de la sesión: “Planear para ganar”

Objetivos: -Aprender tácticas básicas en la modalidad de singles

-Poner en práctica las tácticas en un partido de singles

Recursos: Conos, Cronómetro, Redes, Raquetas, Pelotas verdes, Pelotas naranjas

METODOLOGÍA: Play and Stay



PROGRAMA: Tennis Xpress

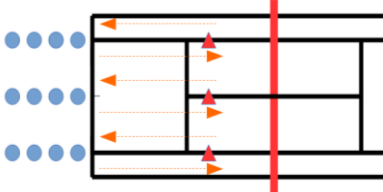

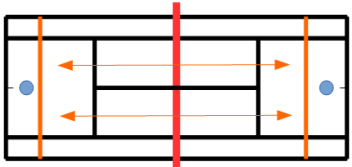
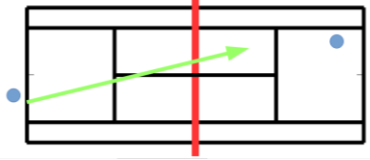
NÚMERO DE SESIÓN: 10

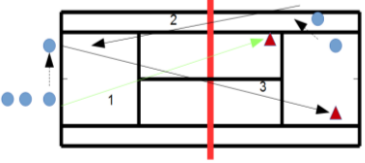
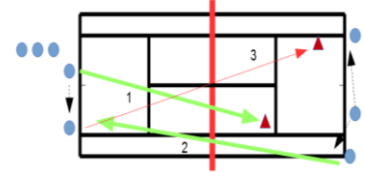
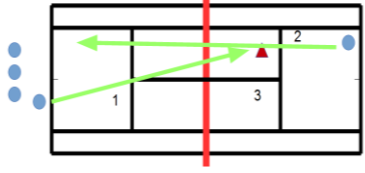
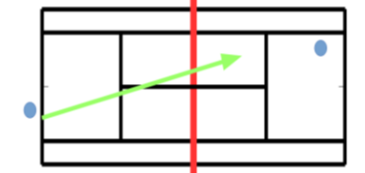
LUGAR: Canchas de Tenis


HORARIO: 08:00 – 10:00

PELOTAS: Naranjas - Verdes

| Tiempo | Actividades | Puntos de control | Gráficos - Fotografías |
|--------|---|--|---|
| 5 min | Resumen de la clase anterior y explicar los objetivos. | Los jugadores pueden realizar preguntas. | |
| 25 min | Parte inicial: Calentamiento Físico y técnico | | |
| 5' | Calentamiento Físico Movilidad articular: cuello, hombros, codos, muñecas, cadera, rodillas. De forma libre deben trotar en cualquier dirección en la mitad de la cancha, el profesor dice que ejercicio deben realizar los jugadores y ellos lo ejecutarán, puede ser moverse de lado, elevar talones, elevar rodillas, alternado de lado, paso cruzado, de espaldas. | Los jugadores debe realizar cada uno de los ejercicios de forma progresiva y a medida que avanza el mismo ir aumentando la velocidad sin llegar a la máxima. |  |
| 5' | Juego: Tocar espaldas y rodillas Los jugadores igual trotan en cualquier dirección van a un ritmo suave a la indicación del profesor quién dice: cuál es el primer jugador en tocar diez espaldas y ellos tiene que tocar las espaldas de los compañeros y no dejarse tocar por los demás, de la misma forma cuando alguien ya lo ha logrado se pide a los jugadores que toquen las rodillas. | Los jugadores deben trasladarse sin formar círculos en cualquier dirección y estar atentos a la señal del profesor. |  |

| | | | |
|-----------------------|--|--|---|
| <p>5'</p> | <p>Juego: Carrera de relevos golpeando la pelota Se forman equipos de cinco jugadores cada uno tiene su pelota y raqueta, se ubican a la altura de la línea de fondo en columna, delante de ellos hay un cono, los jugadores uno por uno deben y rápidamente hacia el dar la vuelta y regresar a la fila en ese momento sale el siguiente jugador y así de forma consecutiva hasta que pasen todos los jugadores.</p> | <p>Hay que tener precisión en impactar la pelota con el centro de la raqueta e ir controlándola para avanzar hacia el cono y poder regresar.</p> |  |
| <p>5'</p> | <p>Flexibilidad: realizamos ejercicios de flexibilidad de forma estática comenzando desde abajo hacia arriba; se realizan ejercicios para piernas, cintura, brazos y cabeza con el fin de preparar a los grupos musculares para la actividad. La duración de cada ejercicio es de 10 a 15 segundos; para estos ejercicios utilizar la raqueta y la pelota.</p> | <p>Hay que utilizar la raqueta y la pelota en cada uno de los ejercicios, se puede golpear la pelota hacia abajo o para arriba según sea la indicación del profesor.</p> |  |
| <p>5'</p> | <p>Calentamiento técnico Con la pelota naranja con un compañero jugar en la mitad de la cancha correspondiente a este tipo de pelota de forma libre, golpeando con la derecha y revés empezando desde la mitad y a medida que avanza el ejercicio seguir avanzando hasta llegar a la línea de fondo de la cancha para este tipo de pelota.</p> | <p>Los jugadores deben controlar la pelta varias veces seguidas con el golpe de derecha y revés.</p> |  |
| <p>80 min 15'</p> | <p>Parte principal Jugar dos de tres tie breaks con la pelota verde en la cancha reglamentaria, logrando mejorar la consistencia de juego desde el fondo de la cancha y aprovechando las pelotas cortas que deja el rival para ingresar a la red y poder definir el punto.</p> | <p>Los jugadores deben aumentar su nivel de concentración cuando ya van a iniciar el punto para jugarlo de la mejor manera.</p> |  |

| | | | |
|------------|---|--|---|
| <p>12'</p> | <p>Con la pelota verde en la cancha reglamentaria van a trabajar cuatro jugadores por cancha, tres en un mitad y uno al otro costado, los jugadores de la una mitad juegan un saque abierto al cajón de iguales y la siguiente pelota la deben jugar al lugar abierto de la cancha y empieza el punto; cada uno de ellos juega una vez y le toca al siguiente, el cambio de roles se realiza cada 3 min.</p> | <p>Los jugadores deben buscar los conos que están ubicados en el cajón de saque y en la parte del fondo de la cancha.</p> |  |
| <p>12'</p> | <p>Con la pelota verde en la cancha reglamentaria van a trabajar cuatro jugadores por cancha, tres en un mitad y uno al otro costado, los jugadores de la una mitad juegan un saque abierto al cajón de ventajas y la siguiente pelota la deben jugar al lugar abierto de la cancha y empieza el punto; cada uno de ellos juega una vez y le toca al siguiente, el cambio de roles se realiza cada 3 min.</p> | <p>Los jugadores deben buscar los conos que están ubicados en el cajón de saque y en la parte del fondo de la cancha.</p> |  |
| <p>12'</p> | <p>Con la pelota verde en la cancha reglamentaria van a trabajar cuatro jugadores por cancha, tres en un mitad y uno al otro costado, los jugadores de la una mitad juegan un saque al cuerpo al cajón de iguales y después al de ventajas y empieza el punto; cada uno de ellos juega una vez y le toca al siguiente, el cambio de roles se realiza cada 3 min.</p> | <p>El jugador que devuelve debe estar atento para moverse hacia el costado izquierdo y jugar con el golpe de derecha para que inicie el punto.</p> |  |
| <p>29'</p> | <p>Jugar un partido de singles con la pelota verde aplicando las tácticas básicas vistas en esta clase, además cuando se juega el punto incentivar a los estudiantes a mover al rival en la cancha jugando a los espacios más abiertos de la misma con el fin de desequilibrar al jugador y que nunca le pegue cómodo a la pelota.</p> | <p>El jugador debe varias las tácticas durante el desarrollo de juego y saber a qué momento del partido las utiliza con más frecuencia.</p> |  |

| | | | |
|--|--|---|---|
| <p>10 min</p> <p>7'</p> <p>3'</p> | <p>Parte Final</p> <p>Vuelta a la calma</p> <p>Los jugadores realizan un trote ligero en cualquier dirección y después realizan ejercicios de estiramiento.</p> <p>Resumen de la clase</p> <p>Se puede realizar preguntas a los jugadores o que ellos hagan las preguntas de algo que no quedo claro.</p> | <p>Los jugadores deben realizar preguntas referentes a la parte táctica para comprender de mejor manera las diferentes jugadas practicadas.</p> |  |
|--|--|---|---|

Evaluación: En esta sesión de entrenamiento se evalúa que los jugadores pongan en práctica las tácticas básicas vistas en la clase que les permitan ganar el punto y tener un mejor rendimiento en un partido de singles, utilizando una escala del 1 al 5 siendo el valor máximo 5 y el mínimo 1.

**ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO
CENTRO DE EDUCACIÓN FÍSICA**

DEPORTE: Tenis de Campo

DOCENTE: Lic. Santiago Trujillo

CURSO: Tenis Paralelo A

Nombre de la sesión: “Planeando en equipo”

Objetivos: -Aprender tácticas básicas en la modalidad de dobles -Poner en práctica las tácticas en un partido de dobles

Recursos: Conos, Cronómetro, Redes, Raquetas, Pelotas rojas, Pelotas naranjas

METODOLOGÍA: Play and Stay



PROGRAMA: Tennis Xpress


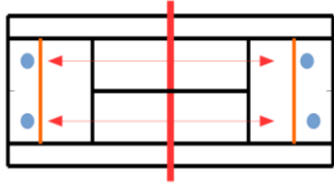
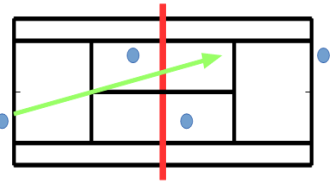
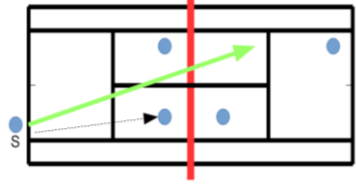
NÚMERO DE SESIÓN: 11

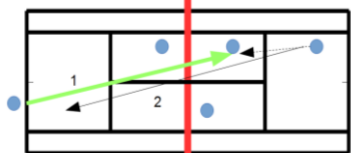
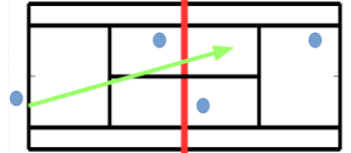
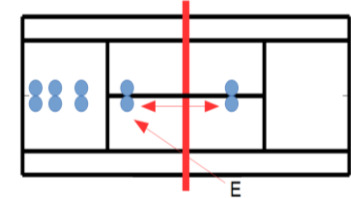
LUGAR: Canchas de Tenis

HORARIO: 08:00 – 10:00

PELOTAS: Naranjas - Verdes

| Tiempo | Actividades | Puntos de control | Gráficos - Fotografías |
|--------|--|---|---|
| 5 min | Resumen de la clase anterior y explicar los objetivos. | Los jugadores pueden realizar preguntas. | |
| 25 min | Parte inicial: Calentamiento Físico y técnico | | |
| 5' | Calentamiento Físico Movilidad articular: cuello, hombros, codos, muñecas, cadera, rodillas. De forma libre realizar varios ejercicios utilizando la pelota y raqueta y a su vez hacer varios movimientos que le permitan al cuerpo prepararse para la actividad, los jugadores pueden cambiar de ejercicio cada 15 seg y la experiencia que han ido adquiriendo durante las clases les permitirá realizarlo de mejor manera. | Los jugadores deben realizar de forma progresiva cada uno de los ejercicios y deben tratar de realizar todos los que se han visto durante las clases. |  |
| 10' | Juego: Notas musicales con la raqueta Los jugadores forman grupos de 8 a 10 integrantes, se ubican detrás de la línea de fondo y el entrenador dice que nota musical que tienen que formar los alumnos con las raquetas, grupo que forma la nota primero y regrese al puesto es el ganador. | Los jugadores deben estar atentos a la nota musical que dice el profesor para formarla rápidamente. |  |

| | | | |
|---------------|---|--|---|
| 5' | <p>Flexibilidad: realizamos ejercicios de flexibilidad de forma estática comenzando desde abajo hacia arriba; se realizan ejercicios para piernas, cintura, brazos y cabeza con el fin de preparar a los grupos musculares para la actividad. La duración de cada ejercicio es de 10 a 15 segundos; para estos ejercicios utilizar la raqueta y la pelota.</p> | <p>Los ejercicios los jugadores deben realizarlos en orden de abajo hacia arriba o de arriba hacia abajo y al mismo tiempo realizar ejercicio con la raqueta y pelota.</p> |  |
| 5' | <p>Calentamiento técnico Con la pelota naranja con un compañero jugar en la mitad de la cancha correspondiente a este tipo de pelota de forma libre, golpeando con la derecha y revés empezando desde la mitad y a medida que avanza el ejercicio seguir avanzando hasta llegar a la línea de fondo de la cancha para este tipo de pelota.</p> | <p>Los jugadores deben controlar la pelota con la derecha y revés buscando que siempre caiga en los límites de la cancha.</p> |  |
| 80 min 20' | <p>Parte principal Los jugadores juegan un dobles con la pelota verde tiene que jugar un short set sin ventajas, con el fin de estar preparados a los próximas actividades de la clase en relación al dobles.</p> | <p>Los jugadores deben estar ubicados en las posiciones que les corresponda en cada uno de los juegos e ir aplicando lo visto en las clases pasadas.</p> |  |
| 20' | <p>Con la pelota verde los jugadores juegan dobles otro short set la condición es que el jugador que saca siempre tiene que ingresar a la red, con el fin de practicar la entrada a la red después del saque.</p> | <p>Los jugadores deben tomar decisiones más rápidas ya que el juego se vuelve con más presión.</p> |  |

| | | | |
|-----|--|---|---|
| 20' | Con la pelota verde los jugadores de la devolución siempre entran a la red después de la misma, especialmente cuando reciben un segundo servicio, para presionar a los rivales y obligarles a fallar. | Los jugadores deben tomar decisiones más rápidas ya que el juego se vuelve con más presión. |  |
| 20' | Con la pelota verde en la cancha reglamentaria jugar un set de dobles de forma libre en la aplicación de las tácticas vistas en la clase, jugarlo con punto de oro. | Los jugadores deben tratar de presionar lo antes posible a los rivales. |  |
| 20' | Parte Final Vuelta a la calma | | |
| 7' | Jugar dos puntos pasa en dobles en los cajones de saque la condición es que los jugadores deben estar agarrados de la mano, el uno sostiene la raqueta con la derecha y el otro con la izquierda y juegan el punto no pueden soltarse, el entrenador lanza la pelota para que se inicie el punto si un par gana dos puntos seguidos pasa hacia el otro lado, en caso contrario va al final de la fila. | Los jugadores deben sujetar bien y estar atentos si la pelota va para su lado para golpearla. |  |
| 3' | Se puede realizar preguntas a los jugadores o que ellos hagan las preguntas de algo que no quedó claro. | | |

Evaluación: En esta sesión de enseñanza se evalúa que los jugadores pongan en práctica las tácticas básicas vistas en la clase que les permitan ganar el punto y tener un mejor rendimiento en un partido de dobles, utilizando una escala del 1 al 5 siendo el valor máximo 5 y el mínimo 1.

**ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO
CENTRO DE EDUCACIÓN FÍSICA**

DEPORTE: Tenis de Campo

DOCENTE: Lic. Santiago Trujillo

CURSO: Tenis Paralelo A

Nombre de la sesión: “Practicando lo aprendido en singles”

Objetivos: -Jugar puntos aplicando varias situaciones de juego en singles

-Jugar un partido al mejor de tres sets y el tercer set se define con un super tie break

Recursos: Conos, Cronómetro, Redes, Raquetas, Pelotas verdes

METODOLOGÍA: Play and Stay


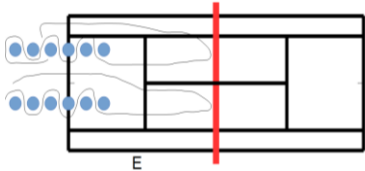
PROGRAMA: Tennis Xpress


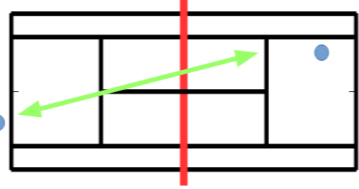
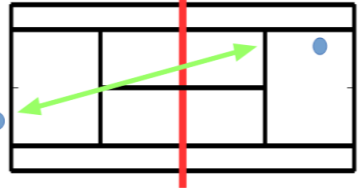
NÚMERO DE SESIÓN: 12


LUGAR: Canchas de Tenis

HORARIO: 08:00 – 10:00

PELOTAS: Verdes

| Tiempo | Actividades | Puntos de control | Gráficos - Fotografías |
|--------|--|---|---|
| 5 min | Resumen de la clase anterior y explicar los objetivos. | Los jugadores pueden realizar preguntas. | |
| 25 min | Parte inicial: Calentamiento Físico y técnico | | |
| 5' | Calentamiento Físico Movilidad articular: cuello, hombros, codos, muñecas, cadera, rodillas. De forma libre realizar varios ejercicios utilizando la pelota y raqueta y a su vez hacer varios movimientos que le permitan al cuerpo prepararse para la actividad, los jugadores pueden cambiar de ejercicio cada 15 seg y la experiencia que han ido adquiriendo durante las clases les permitirá realizarlo de mejor manera. | Los jugadores son libres para realizar el calentamiento físico de forma individual con eso se vuelven más independientes. |  |
| 10' | Juego: Carreras en zig zag Los jugadores forman grupos de 6 personas, se ubican en columna detrás de la línea de fondo, cada grupo se enumera del 1 al 6, los jugadores deben grabarse su número; el momento que el profesor dice un número salen las personas que les corresponde dicha cifra | Los jugadores deben estar muy atentos a su número y de ley tienen que empezar la carrera en zigzag desde el último jugador. |  |

| | | | |
|---------------|---|--|---|
| | <p>a velocidad van desde el último de la fila y van pasando en zigzag por cada uno de los compañeros van hasta la red la tocan y el primero en llegar a su puesto gana el punto. El ganador del juego es el primero en llegar a diez puntos.</p> | | |
| 5' | <p>Flexibilidad: realizamos ejercicios de flexibilidad de forma estática comenzando desde abajo hacia arriba; se realizan ejercicios para piernas, cintura, brazos y cabeza con el fin de preparar a los grupos musculares para la actividad. La duración de cada ejercicio es de 10 a 15 segundos; para estos ejercicios utilizar la raqueta y la pelota.</p> | <p>Los jugadores deben realizar los ejercicios de forma progresiva y en orden de abajo hacia arriba o de arriba hacia abajo.</p> |  |
| 5' | <p>Calentamiento técnico Se realiza el calentamiento como en un partido oficial, el mismo dura cinco minutos, en los primeros cuatro minutos juegan practicando los golpes de derecha, revés, voleas y smash y faltando un minuto solo se practica el servicio y de ahí para ya jugar el partido completo.</p> | <p>Los jugadores antes de calentar deben realizar el sorteo para ver quién saca, quién recibe o quién escoge el lado de la cancha.</p> |  |
| 80 min 80' | <p>Parte Principal Los jugadores deben jugar un partido completo de tenis en una cancha reglamentaria con las pelotas de color verde, con los respectivos cambios de lado entre games y sets, con el objetivo que apliquen todo lo visto durante las clases tomando las decisiones adecuadas para un mejor rendimiento.</p> | <p>Los jugadores deben respetar el tiempo reglamentario entre puntos que es de 20 seg, en los cambios de lado que es de 90 seg y en los cambios de set 2 min, el jugador que saca es la persona que lleva el marcador, se debe cantar primero el punto de la persona que saca y después del que recibe el saque.</p> |  |

| | | | |
|---|--|--|---|
| <p>10 min 7' 3'</p> | <p>Parte final Vuelta a la calma Los jugadores realizan un trote ligero en cualquier dirección y después realizan ejercicios de estiramiento. Resumen de la clase Se puede realizar preguntas a los jugadores o que ellos hagan las preguntas de algo que no quedo claro.</p> | <p>Los jugadores pueden realizar preguntas para un mejor entendimiento del juego de singles.</p> |  |
|---|--|--|---|

Evaluación: En esta sesión de entrenamiento se evalúa que los jugadores se desenvuelven en la parte técnica, táctica y la parte reglamentaria utilizando una escala del 1 al 5 siendo el valor máximo 5 y el mínimo 1.

**ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO
CENTRO DE EDUCACIÓN FÍSICA**

DEPORTE: Tenis de Campo

DOCENTE: Lic. Santiago Trujillo

CURSO: Tenis Paralelo A

Nombre de la sesión: “Practicando lo aprendido en dobles”

Objetivos: -Jugar puntos aplicando varias situaciones de juego en dobles

-Jugar un partido al mejor de tres sets con punto de oro y el tercer set se define con un super tie break

Recursos: Conos, Cronómetro, Redes, Raquetas, Pelotas verdes.

METODOLOGÍA: Play and Stay



PROGRAMA: Tennis Xpress


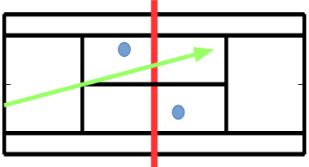
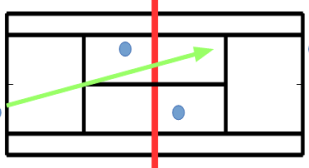

NÚMERO DE SESIÓN: 13

LUGAR: Canchas de Tenis

HORARIO: 08:00 – 10:00

PELOTAS: Verdes

| Tiempo | Actividades | Puntos de control | Gráficos - Fotografías |
|---------------------------------------|--|--|---|
| <p>5 min 25 min</p> | <p>Resumen de la clase anterior y explicar los objetivos.</p> <p>Parte inicial: Calentamiento Físico y técnico</p> <p>Calentamiento Físico</p> <p>5’ Movilidad articular: cuello, hombros, codos, muñecas, cadera, rodillas.</p> <p>De forma libre realizar varios ejercicios utilizando la pelota y raqueta y a su vez hacer varios movimientos que le permitan al cuerpo prepararse para la actividad, los jugadores pueden cambiar de ejercicio cada 15 seg y la experiencia que han ido adquiriendo durante las clases les permitirá realizarlo de mejor manera.</p> | <p>Los jugadores pueden realizar preguntas.</p> <p>Los ejercicios deben ser realizados de forma progresiva para obtener los mejores beneficios que permitan un mejor calentamiento del cuerpo.</p> |  |
| <p>10’</p> | <p>Juego: Encuentra tu raqueta</p> <p>Los jugadores se ubican detrás de la línea de fondo dando las espaldas al profesor y un estudiante no tienen que regresar a ver; el estudiante y profesor sujetan todas las raquetas de los jugadores y las esconden en los diferentes lugares de la cancha a la señal del profesor rápidamente cada jugador debe encontrar su raqueta y</p> | <p>Los jugadores deben colaborar para respetar las reglas del juego y que el mismo salga de la mejor manera.</p> |  |

| | | | |
|--------|---|---|---|
| 5' | regresar al inicio el que llega primero es el ganador se va a repetir el juego tres veces para contar con tres ganadores. | | |
| 10' | <p>Flexibilidad: realizamos ejercicios de flexibilidad de forma estática comenzando desde abajo hacia arriba; se realizan ejercicios para piernas, cintura, brazos y cabeza con el fin de preparar a los grupos musculares para la actividad. La duración de cada ejercicio es de 10 a 15 segundos; para estos ejercicios utilizar la raqueta y la pelota.</p> <p>Calentamiento técnico</p> <p>Se realiza el calentamiento como en un partido oficial, el mismo dura cinco minutos, en los primeros cuatro minutos juegan practicando los golpes de derecha, revés, voleas y smash se juega paralelo ya que es un juego de dobles y faltando un minuto solo se practica el servicio y de ahí para ya jugar el partido completo.</p> | Los jugadores deben realizar los ejercicios de forma progresiva y en orden de abajo hacia arriba o de arriba hacia abajo. |  |
| 80 min | <p>Parte Principal</p> <p>Los jugadores deben jugar un partido completo de dobles en una cancha reglamentaria con las pelotas de color verde, con los respectivos cambios de lado entre games y sets, con el objetivo que apliquen todo lo visto durante las clases tomando las decisiones adecuadas para un mejor rendimiento.</p> | Los jugadores antes de calentar deben realizar el sorteo para ver quién saca, quién recibe o quién escoge el lado de la cancha. |  |
| 10 min | <p>Parte final</p> <p>Vuelta a la calma</p> <p>Los jugadores realizan un trote ligero en cualquier dirección y después realizan ejercicios de estiramiento.</p> | Los jugadores deben aplicar la parte técnica, táctica y reglamentaria de los dobles para un mejor desarrollo del partido. |  |
| 7' | Resumen de la clase | | |
| 3' | Se puede realizar preguntas a los jugadores o que ellos hagan las preguntas de algo que no quedó claro. | Los jugadores pueden realizar preguntas para un mejor entendimiento del juego de singles. |  |

Evaluación: En esta sesión de entrenamiento se evalúa que los jugadores se desenvuelven en la parte técnica, táctica y la parte reglamentaria utilizando una escala del 1 al 5 siendo el valor máximo 5 y el mínimo 1.

**ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO
CENTRO DE EDUCACIÓN FÍSICA**

DEPORTE: Tenis de Campo
DOCENTE: Lic. Santiago Trujillo
CURSO: Tenis Paralelo A

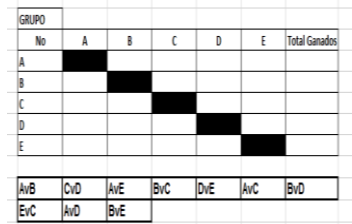
METODOLOGÍA: Play and Stay
PROGRAMA: Tennis Xpress
NÚMERO DE SESIÓN: 14

LUGAR: Canchas de Tenis
HORARIO: 08:00 – 10:00
PELOTAS: Verdes

Nombre de la sesión: “Torneo de tenis”

Objetivos: -Competir con diferentes formatos de competición

Recursos: Cronómetro, Redes, Raquetas, Pelotas verdes

| Tiempo | Actividades | Puntos de control | Gráficos - Fotografías |
|----------------|---|---|--|
| 10 min | Inscripciones de los jugadores para jugar un cuadro de round robin | Los jugadores deben acercarse a registrar su nombre con el profesor. |  |
| 15 min | <p>Calentamiento</p> <p>Los jugadores deben calentar individualmente para estar listos para los partidos a desarrollarse durante la clase.</p> <p>En esta clase se juega el round robin y la otra se juega el cuadro principal con repechaje.</p> <p>Hay cinco canchas de tenis se estructuran grupos de cuatro personas que van a jugar todos contra todos, se juega al mejor de tres sets de tie breaks un jugador libre arbitra y los demás son los recoge pelotas con el fin de que la competencia se desarrolle de una forma rápida. Esto se lo realiza mientras los jugadores calientan.</p> | <p>Los jugadores deben asegurarse en que grupo están y deben estar atentos al orden de los juegos y deben dar el resultado al jugador responsable de cada cancha en llevar los resultados del grupo para al final determinar quiénes son los clasificados que van hacer los tres de cada grupo y el mejor cuarto.</p> | |
| 100 min | <p>Desarrollo de los partidos</p> <p>Se desarrollan el orden de partidos en el orden que le corresponde a cada cancha.</p> | Los jugadores deben estar atentos al lanzamiento de los partidos. | |
| 10 min | Entrega de resultados | Los jugadores deben saber quiénes son los clasificados para la próxima clase. | |

**ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO
CENTRO DE EDUCACIÓN FÍSICA**

DEPORTE: Tenis de Campo

DOCENTE: Lic. Santiago Trujillo

CURSO: Tenis Paralelo A

Nombre de la sesión: “Torneo de tenis”

Objetivos: -Competir con diferentes formatos de competición

Recursos: Cronómetro, Redes, Raquetas, Pelotas verdes.

METODOLOGÍA: Play and Stay

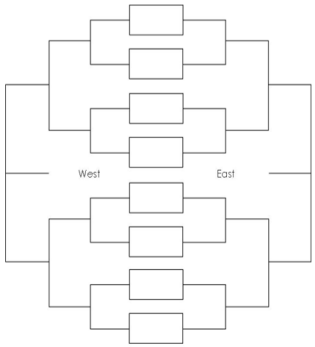

PROGRAMA: Tennis Xpress

NÚMERO DE SESIÓN: 15

LUGAR: Canchas de Tenis

HORARIO: 08:00 – 10:00

PELOTAS: Rojas – Naranjas

| Tiempo | Actividades | Puntos de control | Gráficos - Fotografías |
|--------|--|--|---|
| 15 min | Los jugadores durante quince minutos realizan un calentamiento individual en las canchas para prepararse para jugar el cuadro principal. | | |
| 90 min | <p>Desarrollo de los partidos del cuadro principal</p> <p>Se lanzan los partidos del cuadro principal de 16 cada cancha con su respectivo juez, que son los estudiantes que no clasificaron en la primera ronda del torneo. El orden de lanzamiento de los partidos es de arriba hacia abajo y a medida que se van acabando se van lanzando el resto de juegos.</p> | <p>Los jugadores deben estar atentos al lanzamiento de sus partidos y de igual forma se juega al mejor de 3 tie breaks</p> |  |
| 15 min | <p>Premiación a los ganadores del torneo</p> <p>Se entrega medallas a los finalistas del cuadro principal y del repechaje que son un incentivo para seguir practicando al tenis y mejorando su nivel de juego.</p> | <p>Los jugadores al final se ubican para las fotos respectivas y que serán un recuerdo de como aprendieron a jugar este hermoso deporte.</p> |  |

**ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO
CENTRO DE EDUCACIÓN FÍSICA**

DEPORTE: Tenis de Campo

DOCENTE: Lic. Santiago Trujillo

CURSO: Tenis Paralelo A

Nombre de la sesión: “Ranking de Tenis ESPOCH 2015”

Objetivos: -Competir con diferentes formatos de competición

Recursos: Cronómetro, Redes, Raquetas, Pelotas verdes.

METODOLOGÍA: Play and Stay


PROGRAMA: Tennis Xpress



NÚMERO DE SESIÓN: 16

LUGAR: Canchas de Tenis

HORARIO: 08:00 – 17:00

DÍAS: De jueves a domingo

| Fecha | Actividades | Puntos de control | Gráficos - Fotografías |
|-------------|--|---|--|
| 28 de enero | Inscripciones de los jugadores en las tres categorías: primera, segunda y tercera. Se realiza el congresillo técnico del torneo para determinar los cuadros y la programación de los partidos. | Determinar el nivel de juego de los jugadores en las categorías considerando que la primera son los que mejor juegan. Los jugadores que entrenaron con el programa Tennis Xpress juegan en la tercera categoría con las pelotas verdes. |  |
| 29 de enero | Se realizan los partidos de primera ronda al mejor de tres sets fase de 32. | Se hace el llamado de los partidos en el orden que se encuentran en la programación. | |
| 30 de enero | Se realizan los partidos de segunda ronda al mejor de tres sets Octavos de final. | | |

| | | | |
|-----------------------------|---|---|---|
| <p>31 de enero</p> | <p>Se realizan los partidos de tercera y cuarto ronda al mejor de tres sets cuartos de final y semifinal.</p> | <p>Se hace el llamado de los partidos en el orden que se encuentran en la programación.</p> |  |
| <p>01 de febrero</p> | <p>Se juegan cada una de las finales de la primera, segunda y tercera categoría.</p> | <p>Se hace el llamado de los partidos en el orden que se encuentran en la programación.</p> |  |
| <p>04 de febrero</p> | <p>Premiación a los deportistas ganadores del torneo.</p> | <p>Los jugadores que ganaron el torneo son los premiados con la presencia de las autoridades de la institución.</p> | |

6.7. Modelo Operativo

| No | FASES | OBJETIVOS | METAS | ACTIVIDADES | RECURSOS | TIEMPO | RESPONSABLE | EVALUACIÓN |
|--------|---|---|--|----------------------|-----------------------|----------|--|--|
| Fase 1 | Diagnóstico de la condición actual de la enseñanza del tenis de campo en los estudiantes del C.E.F. | Determinar el proceso de enseñanza del tenis de campo | Conocer cuál es la metodología de enseñanza del tenis de campo | Reuniones de trabajo | Encuesta | 5 días | Investigador: Santiago Trujillo Tutora: Ms. Gabriela Romero | Análisis e interpretación de resultados |
| Fase 2 | Determinación del nivel de juego de los estudiantes de tenis de campo del C.E.F. | Determinar los conocimientos técnicos, tácticos y teóricos | Contar con información del nivel de juego de los estudiantes | Reuniones de trabajo | Ficha de observación | 1 semana | Investigador: Santiago Trujillo | Informe del nivel de juego de los estudiantes de tenis |
| Fase 3 | Elaboración del programa de enseñanza Tennis Xpress para los estudiantes de tenis de campo del C.E.F. | Planificar los planes de clase para la enseñanza del tenis de campo | Poseer con un programa de enseñanza del tenis de campo | Reuniones de trabajo | Programa de enseñanza | 1 mes | Investigador: Santiago Trujillo | Programa de enseñanza del tenis de campo "Tennis Xpress" |
| Fase 4 | Aplicación del programa de enseñanza Tennis Xpress para los estudiantes de tenis de campo del C.E.F. | Mejorar el nivel de juego de los estudiantes de tenis de campo del C.E.F. | Lograr que los estudiantes jueguen mejor al tenis de campo | Reuniones de trabajo | Planes de clase | 5 meses | Investigador: Santiago Trujillo | Torneo estudiantil de tenis de campo |

Tabla No 39: Modelo operativo

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

6.8. Administración de la Propuesta

La propuesta fue administrada por el Licenciado Hugo Santiago Trujillo Chávez, bajo la supervisión del Director del Centro de Educación Física de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo el Máster Jorge Tocto en el periodo académico Septiembre 2014 – Marzo 2015 con los estudiantes de la disciplina de tenis de campo en 7 grupos de trabajo en los siguientes horarios:

Tabla No 40

| Grupo | Día | Horario |
|--------------|------------|----------------|
| 1 | Lunes | 14:00 a 16:00 |
| 2 | Martes | 08:00 a 10:00 |
| 3 | Miércoles | 08:00 a 10:00 |
| 4 | Miércoles | 14:00 a 16:00 |
| 5 | Jueves | 08:00 a 10:00 |
| 6 | Jueves | 14:00 a 16:00 |
| 7 | Viernes | 14:00 a 16:00 |

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

Con cada uno de los grupos se aplicó el “Programa de enseñanza Tennis Xpress para un aprendizaje significativo del tenis en los estudiantes del Centro de Educación Física de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo, período Septiembre 2014 – Marzo 2015”, los estudiantes pasaron por las tres etapas de aprendizaje que se detallaron anteriormente, lo cual permitió que cada uno de ellos mejore su nivel de juego significativamente, puesto que lo pudieron poner en práctica en los partidos de singles y dobles que jugaron en las clases y en los torneos disputados.

6.9. Previsión de la Evaluación

El “Programa de enseñanza Tennis Xpress para un aprendizaje significativo del tenis en los estudiantes del Centro de Educación Física de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo, período Septiembre 2014 – Marzo 2015” fue evaluada durante el desarrollo de los torneos internos de cada uno de los grupos de trabajo y también en el II Torneo Ranking ESPOCH 2015 que desarrollo del 29 de Enero al

01 de Febrero del presente, en el cual estuvieron pendientes las autoridades de la ESPOCH; la Rectora Ing. Rosa Pino, El Vicerrector Académico Geovanny Novillo, El Vicerrector Administrativo Ing. Marcelo Donoso, la Vicerrectora de Investigación y Posgrado Ing. Landy Ruíz y el Director del Centro de Educación Física Ms. Jorge Tocto, quienes estuvieron presentes en la premiación del evento y estuvieron muy pendientes de cada una de las actividades realizadas en esta disciplina deportiva.

Monitoreo de la evaluación del programa

Tabla No 41

| Preguntas Básicas | Explicación |
|--------------------------------|---|
| 1. ¿Quiénes solicitan evaluar? | Lic. Hugo Santiago Trujillo Chávez |
| 2. ¿Por qué evaluar? | El grado de efectividad del programa |
| 3. ¿Para qué evaluar? | Para analizar como mejoraron el nivel de juego los estudiantes por medio del programa |
| 4. ¿Qué evaluar? | Se evalúa el contenido, la aplicación y los logros obtenidos del programa. |
| 5. ¿Quién evalúa? | El autor de la tesis y el director del Centro de Educación Física |
| 6. ¿Cuándo evaluar? | En los torneos internos de cada grupo y en el II Torneo Ranking ESPOCH 2015 |
| 7. ¿Cómo evaluar? | Por medio de la observación directa |
| 8. ¿Con qué evaluar? | Fichas técnicas |

Elaborado por: Lcdo. Santiago Trujillo Chávez

Bibliografía

- Alvira, F. (2002). Cuadernos metodológicos. España: Caslon.
- Bruce, Elliot. Marchar, Reid. Miguel, Crespo. (2003). Biomecánica del tenis avanzado, España: ITF Ltd.
- Bruce E. (2001). El Saque. Coaching & Sport Science review. Número 24 p 3 y 4.
- Crespo, M. (1994). Metodología de la enseñanza del tenis. Workshop Sudamericano para profesores de tenis. Lima.
- Contreras, J. (1998). Didáctica de la Educación Física. Barcelona, España: Inde.
- Contreras, D. (1999). Enseñanza, Curriculum y Profesorado. Madrid, España: Akal.
- Crawford, L. Agosto 2008, ITF Coaching and Sport Science Review: Nuevas Tecnologías y Potencia de Raquetas; No 45, p. 13 – 14.
- Delgado, N. (1991). Los Estilos de Enseñanza en Educación Física. Universidad de Granada.
- De Zubiria, J. (2006). Los Modelos Pedagógicos. Bogotá, Colombia: Magisterio.
- Elliot, B. Marsh, T. (1989). A Biomachanical comparison of the topspin and backspin forehand approach shots in tennis. Journal of sports science, 7, 4, 215, 227.
- Giraldes, M. (1976). Metodología de la Educación Física. Buenos Aires, Argentina: Stadium.
- González, C. Teresa, L. (2010). Didáctica de la Educación Física. Barcelona, España: Gráo.
- Díaz, J. (1987). Tenis: cómo aprenderlo, cómo jugarlo. Buenos Aires, Argentina: Lidiun.
- Lafrancesco, G. (2004). Currículo y Plan de Estudios. Colombia: Géminis
- MacCurdy, D. Miley, D. (2002). Manual para Entrenadores. Canadá: ITFD Ltd.
- Marchar, R. (2001). Biomecánica del revés a una y a dos manos. Coaching & Sport Science review. Número 24 p 8 y 9
- Miley, D. Crespo, M. (1999). Manual para entrenadores avanzados. Canadá: ITF Ltd.
- Molano, P. (2013). Tenis de los Pies a la Cabeza. Bogotá, Colombia: Kinesis.
- Onofre C. (1998). Didáctica de la Educación Física. Barcelona, España: INDE.
- Orozco, A. Rivas, R. (2002). Manual de Educación Física y Deportes. Guayaquil, Ecuador: Universidad de Guayaquil.

Reglamento de la Federación Internacional de Tenis, 2014, p. 4

Rodríguez, A. (2008). El Deporte en Construcción del Espacio Social. Madrid. Centro de Investigaciones Sociológicas.

Rodríguez, G. Flores, J. & García, E. (1996). Metodología de la Investigación Cualitativa. Granada, España: Aljibe.

Sanz, D. (2004). El tenis en la escuela. Barcelona, España: Paidotribo.

Sanz, D. (2003). El tenis en silla de ruedas. Barcelona, España: Paidotribo.

Torres, J. (2005). El Currículo Oculto. Madrid, España: Morata.

Tusa, M. (2002). Docencia Universitaria y Desarrollo del país. Loja, Ecuador: Universidad Nacional de Loja.

Zagalaz, M. (2001). Corrientes y tendencias de la Educación Física. Barcelona, España :INDE.

Linkografía

Hernández, Beatriz. (2009, Mayo). Los métodos de enseñanza de la educación física. Efdeportes. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd132/los-metodos-de-ensenanza-en-la-educacion-fisica.htm>

Torres, M. (2009). Tipos de Educación. Recuperado de <http://edurec.wordpress.com/2009/05/13/tipos-de-educacion-fomal-no-formal-e-informal/>

Tony y Rodrigo Pena (S.F.). Recuperado el 10 de febrero de: http://espndeportes.espn.go.com/blogs/index?entryID=840510&name=tony_pena

S.A. (18 de julio de 2013). Recuperado el 10 de Febrero de 2015 de: <http://www.eluniverso.com/deportes/2013/07/18/nota/1176096/federer-estrena-raqueta-mas-grande>

S.A. (25 de abril de 2010). Recuperado el 10 de febrero de 2015 de: <http://padelcba.com.ar/2010/04/diferencia-entre-las-pelotas-de-tenis-y-padel/>

S.A. (S.F.). Recuperado el 10 de febrero de 2015 de: <http://es.wikihow.com/sujetar-una-raqueta-de-tenis>

S.A. (S.F.). Recuperado el 10 de febrero de 2015 de: <http://ventajanevton.blogspot.com/2011/08/como-las-raquetas-cambiaron-el-juego-o.html>

S.A. (S.F.). Recuperado el 10 de febrero de 2015 de:<http://www.padeltour.es/gotenis/noticias/guias-del-tenis/el-golpe-de-reves-del-tenis.aspx>

S.A. (S.F.). Recuperado el 10 de febrero de 2015 de:<http://psicotenisbur.blogspot.com/2014/08/el-exito-del-saque.html>

S.A. (S.F.). Recuperado el 10 de febrero de 2015 de:<http://www.padeltour.es/gotenis/noticias/guias-del-tenis/la-volea-del-tenis.aspx>

S.A. (S.F.). Recuperado el 10 de febrero de 2015 de:
<http://www.geotenis.com/2011/06/17/golpe-de-smash/>

S.A. (S.F.). Recuperado el 10 de febrero de 2015 de:<http://www.tenispadelamistad.com/portal/tenis-la-amistad/item/41-zonas-pista.html>

S.A. (S.F.). Recuperado el 10 de febrero de 2015 de:<http://es.slideshare.net/valentinajimenezgarzon/ana-maria-brea-antelo-y-valentina-jimenez-garzon>

Anexos

Anexo No 1: Encuesta aplicada a los estudiantes de tenis de campo del Centro de Educación Física de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

MAESTRÍA EN CULTURA FÍSICA Y ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

ENCUESTA DIRIGIDA A LOS ESTUDIANTES DE TENIS DE CAMPO DEL CENTRO DE EDUCACIÓN FÍSICA DE LA ESPOCH

INSTRUCCIONES: Marque con una x la alternativa que usted considere.

Objetivo: Determinar la metodología de enseñanza en la práctica del tenis de campo.

De la honestidad de sus respuestas dependerá el buen desarrollo de la presente investigación

1. ¿La práctica del tenis de campo genero algún tipo de impacto en usted?

SI NO

2. ¿Considera usted al tenis de campo como un deporte fácil de aprender?

SI NO

3. ¿El docente socializa el objetivo de la clase antes de empezarla?

SI NO

4. ¿Habitualmente en las clases de tenis usted aplicó distintos formatos y sistemas de puntuación?

SI NO

5. ¿Recibe usted la motivación necesaria por parte del docente durante las clases de tenis?

SI NO

6. ¿Los contenidos recibidos durante las clases de tenis de campo le permiten jugar un partido sin ningún tipo de dificultad?

SI NO

7. ¿Durante las clases el docente utilizó pelotas de distintas velocidades y tamaños para la enseñanza del tenis?

SI NO

Si su respuesta es afirmativa menciones que tipo de pelotas utilizó:

8. ¿Practica los golpes básicos en cada una de las clases de tenis?

SI NO

9. ¿Practica usted las dos modalidades de juego del tenis de campo?

SI NO

Si su respuesta es afirmativa menciones cuáles son: _____

10. ¿Conoce usted las situaciones de juego del tenis de campo?

SI NO

Si su respuesta es afirmativa mencione cuáles son: _____

11. ¿Cree usted que la aplicación de la táctica es fundamental a la hora de jugar al tenis?

SI NO

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

Anexo No 2: Encuesta aplicada a los Docentes del Centro de Educación Física de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
MAESTRÍA EN CULTURA FÍSICA Y ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
SEGUNDA VERSIÓN
ENCUESTA DIRIGIDA A LOS DOCENTES DE LA ESPOCH

Objetivo: Analizar la opinión de los docentes del Centro de Educación Física de la ESPOCH acerca de la metodología de la enseñanza del tenis de campo.

1.- ¿Usted conoce sobre la metodología de la enseñanza del tenis de campo?

Si

No

Si su respuesta es afirmativa ¿Qué metodologías conoce?

2.- ¿Considera usted que el tenis es un deporte fácil de aprender?

Si

No

¿Por qué?

3.- ¿Conoce y aplica la estructura de una clase de tenis de campo?

Si

No

Si su respuesta es afirmativa ¿Cuál es la estructura de la clase?

4.- ¿Conoce usted formatos y sistemas de puntuación del tenis de campo?

Si

No

Si su respuesta es afirmativa ¿Cuáles son?

5.- ¿Considera usted que la motivación es una habilidad psicológica que influye en el aprendizaje de los educandos?

Si

No

6.- ¿Conoce usted los contenidos a impartir en una clase práctica de tenis de campo?

Si

No

7.- ¿Dispone usted del material didáctico que se utiliza para la enseñanza del tenis de campo?

Si

No

Si su respuesta es afirmativa ¿Qué material conoce?

8.- ¿Aplica usted durante las clases los golpes básicos del tenis de campo?

Si

No

Si su respuesta es afirmativa ¿Cuáles son los golpes básicos?

9.- ¿Práctica usted las dos modalidades de juego del tenis de campo?

Si

No

Si su respuesta es afirmativa ¿Cuáles son las modalidades de juego?

10.- ¿Conoce usted las situaciones de juego del tenis e campo?

Si

No

Si su respuesta es afirmativa mencione cuáles son:

11.- ¿Cree usted que la aplicación de la táctica es fundamental a la hora de jugar al tenis de campo?

Si

No

Si su respuesta es afirmativa ¿Qué tácticas conoce?

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

Anexo 3: Ficha de observación del nivel de juego de los estudiantes de tenis.

FICHA DE OBSERVACIÓN DEL NIVEL DE JUEGO

Nombre del Jugador: _____

Disciplina deportiva: _____

Docente: _____

| No | Aspectos | Bueno | Regular | Malo | Total |
|-----------|---|--------------|----------------|-------------|--------------|
| 1 | La consistencia desde el fondo de la cancha | | | | |
| 2 | La consistencia al servicio | | | | |
| 3 | La consistencia en la devolución | | | | |
| 4 | La consistencia en la red | | | | |
| 5 | Colocación del cuerpo en el golpe | | | | |
| 6 | Recuperación de la cancha tras el golpe | | | | |
| 7 | La ubicación del jugador en el singles | | | | |
| 8 | La ubicación del jugador en el dobles | | | | |
| 9 | Juego en la modalidad de singles | | | | |
| 10 | Juego en la modalidad de dobles | | | | |
| 11 | Aplicación de la puntuación del tenis | | | | |
| 12 | Ubicación correcta en los puntos | | | | |
| 13 | Juega un tie break, un super tie break | | | | |
| 14 | La táctica básica del singles | | | | |
| 15 | La táctica básica del dobles | | | | |

Anexo 4: Fotografías de las sesiones de programa Tennis Xpress aplicado a los estudiantes de tenis del Centro de Educación Física.



Calentamiento de los estudiantes



Juego la raqueta equilibrista



Ejercicios raqueta y pelota



Juego torre de raquetas y pelotas



Letras con raquetas



Juego de singles



Realizando los ejercicios en una cancha reglamentaria



Partido de singles con la pelota verde



Estudiantes con los diferentes colores de pelotas



Estudiantes jugando con la pelota roja



Estudiantes de los días martes



Estudiantes jugando con la pelota naranja

Anexo 5: Fotografías de los ganadores de los torneos internos de cada uno de los grupos.



Premiación lunes en la tarde



Grupo lunes en la tarde



Grupo martes tarde



Grupo miércoles en la mañana



Grupo miércoles tarde



Grupo jueves en la mañana



Grupo jueves tarde



Grupo viernes en la mañana

Anexo 6: Fotografías del II Torneo Ranking ESPOCH 2015 y la premiación del evento.



Campeona del torneo

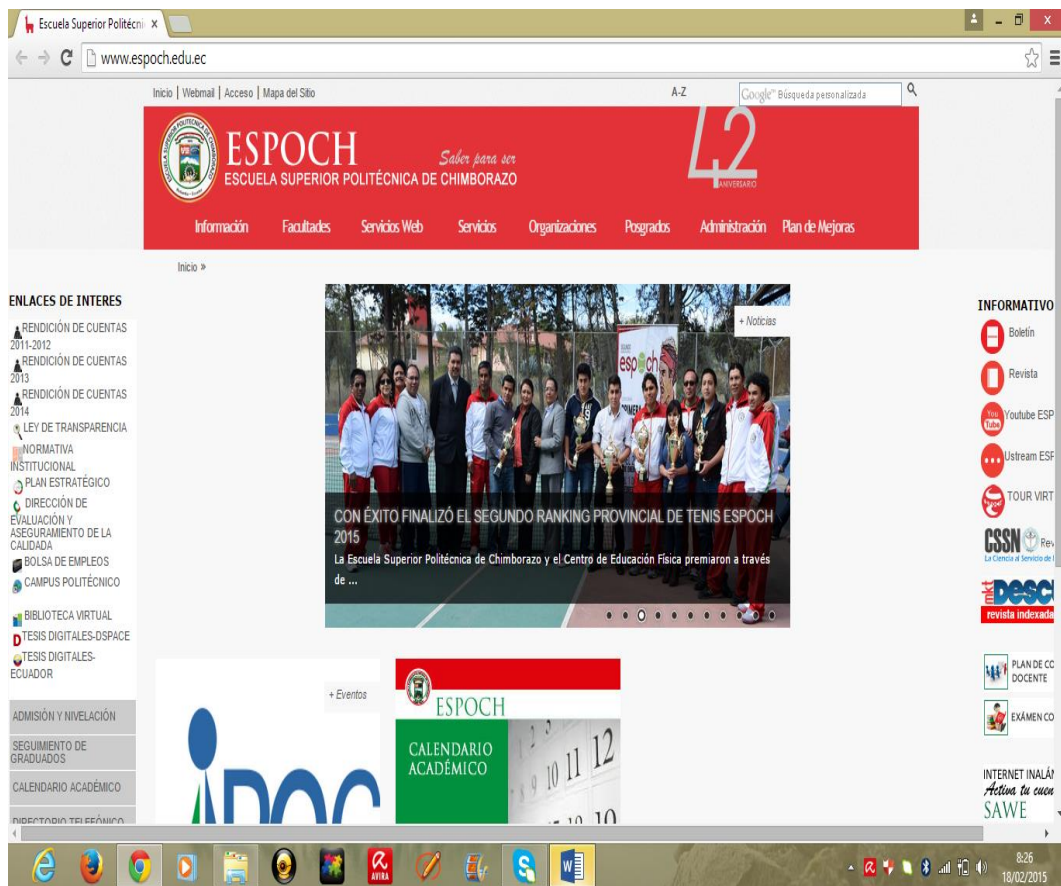


Campeones del II Torneo de Ranking ESPOCH 2015



Afiche del II Ranking Provincial de Tenis ESPOCH 2015

Anexo 7: Publicación del Torneo en la página web de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo www.espoch.edu.ec



Página web de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo

www.espoch.edu.ec



ESPOCH

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO

CENTRO DE EDUCACION FISICA

Panamericana Sur km. 1 1/2 - Ext. 240 Email: espoch.edu.ec

Oficio 412-CEF-2014

Julio 22 de 2014

Licenciado
Santiago Trujillo Ch.
ESTUDIANTE DE LA MAESTRÍA EN CULTURA FÍSICA Y ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
DE LA UTA
Presente.

De mi consideración:

Reciba un cordial saludo, a la vez me permito comunicarle que su solicitud para realizar en el Departamento de Educación Física de la ESPOCH el trabajo de Investigación titulado : "La Metodología de la Enseñanza en la Práctica del Tenis de Campo en los Estudiantes del Centro de Educación Física de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo", previo la obtención de su título profesional, está autorizada.

Además se le dará todas las facilidades para el desarrollo del mismo con los estudiantes que se encuentren matriculados en la disciplina de Tenis niveles I y II.

Atentamente


Ms. Jorge Tacto L.
DIRECTOR CEF
Ana Lucía G.



Dirección: Panamericana Sur km 1 1/2, Teléfono: 593 (03) 2 990200 ext 240
www.espoch.edu.ec espochestitulos@gmail.com Código Postal: E0960155