408312 - Raqueta 2

Curs acadèmic: 2026-27
Facultat: Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya - Barcelona
Titulació: Grau en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport
Matèria: Fonaments dels esports **Tipus matèria:** Obligatòria
Tipus assignatura: Obligatòria
Departament: Rendiment Esportiu
Idiomes: Català
Curs: 2n **Semestre:** 4t
Crèdits ECTS matèria: 42
Crèdits ECTS assignatura: 6

Configuració de l'assignatura

Crèdits ECTS teoria: 0 **Grups teoria:** 0
Crèdits ECTS pràctica: 6 **Grups pràctica:** 1
Hores de docència setmanal: 4,5

Hores de dedicació de l'alumnat

Presencials: 60
Treballs dirigits: 45
Treball autònom: 45

Professorat

Nom	Coordinador	Crèdits	Correu electrònic
Ernest Baiget Vidal	Sí	6	ebaiget@gencat.cat

Competències bàsiques

1. Que els estudiants hagin demostrat posseir i comprendre coneixements en un àrea d'estudi que parteix de la base de l'educació secundària general, i se sol trobar a un nivell que, si bé es recolza en llibres de text avançats, inclou també alguns aspectes que impliquen coneixements procedents de l'avantguarda del seu camp d'estudi.
2. Que els estudiants sàpiguen aplicar els seus coneixements al seu treball o vocació d'una forma professional i posseeixin les competències que solen demostrar-se per mitjà de l'elaboració i defensa d'arguments i la resolució de problemes dins de la seva àrea d'estudi.
3. Que els estudiants tinguin la capacitat de reunir i interpretar dades rellevants (normalment dins de la seva àrea d'estudi) per emetre judicis que incloguin una reflexió sobre temes rellevants d'índole social, científica o ètica.
4. Que els estudiants puguin transmetre informació, idees, problemes i solucions a un públic tant especialitzat com no especialitzat.
5. Que els estudiants hagin desenvolupat aquelles habilitats d'aprenentatge necessàries per emprendre estudis posteriors amb un alt grau d'autonomia.

Competències generals

1. Compromís ètic (capacitat crítica i autocrítica/capacitat de mostrar actituds coherents amb les concepcions ètiques i deontològiques).
2. Capacitat d'aprenentatge i responsabilitat (capacitat d'anàlisi, de síntesi, de visions globals i d'aplicació dels coneixements a la pràctica/capacitat de prendre decisions i adaptació a noves situacions).
3. Capacitat comunicativa (capacitat de comprendre i d'expressar-se oralment i per escrit en català, castellà i en una tercera llengua, dominant el llenguatge especialitzat/capacitat de buscar, usar i integrar la informació).

4. Saber emprar les noves tecnologies de la informació i la comunicació (TIC).
5. Desenvolupar habilitats d'adaptació a noves situacions, resolució de problemes i treball autònom.
6. Desenvolupar habilitats de relació interpersonal i de comunicació.
7. Actuar amb ètica i valors professionals.

Competències específiques

1. Identificar i analitzar els trets estructurals i funcionals de l'activitat física i de l'esport.
2. Adquirir habilitats motrius i demostrar l'execució de la pràctica de l'activitat física i de l'esport.
3. Interpretar els elements, efectes i riscos que condicionen la pràctica de l'activitat física i de l'esport en diferents àmbits professionals.
4. Aplicar els coneixements adquirits en l'activitat física i de l'esport a la pràctica professional.

Recomanacions sobre els coneixements previs per a l'assoliment dels objectius de l'assignatura

- No és necessari tenir elevades habilitats tècniques prèvies de l'esport per assolir els objectius de l'assignatura.
- El nivell d'execució tècnica de l'estudiant no suposarà en cap cas un limitant per aprovar l'assignatura.

Objectius

- Conèxier les principals metodologies de l'entrenament en tenis en nivells d'inicació i perfeccionament.
- Reconèixer, analitzar i diferenciar els fonaments tècnics i tàctics bàsics del tennis.
- Identificar i reconèixer la estructura formal i funcional del tennis.

Continguts

- **Bloc 1: Metodologia de l'entrenament tècnic-tàctic del tennis en etapes d'inicació i perfeccionament.**
- **Bloc 2: Fonaments tècnics dels cops bàsics en el tennis, de la iniciació al perfeccionament.**
- **Bloc 3: Fonaments tàctics bàsics dels tennis en etapes d'iniciació i perfeccionament**
- **Bloc 4: Modalitats en tennis.**
- **Bloc 5: Estructura i funcionament d'una competició en tennis.**

Activitats formatives

Activitats dirigides

- Treball escrit
- Exposició de treballs
- Aprenentatge basat en problemes (ABP)

Classes presencials

- Lliçó Magistral
- Pràctica d'Activitat Física i Esportiva
- Pràctica d'aula

Treball autònom de l'estudiant

- Lectures
- Preparació de temes
- Estudi individual

Activitats d'avaluació

Coavaluació tècnica

Ponderació: 30%
Tipus: En parella
Nota mínima per a fer mitjana: 0
Permet reavaluació: No
Nota mínima reavaluació: -

- En grups de **dos alumnes** realitzar una anàlisi tècnica dels cops de fons (dreta i revés) mitjançant el registre i anàlisi de vídeo de cadascun dels membres del grup.
- Mitjançant una llista de control, caldrà expressar conductes tècniques positives i negatives.
- Cal lliurar un document final, amb la llista de control, explicació de les errades tècniques (anàlisi qualitatiu) i proposta de canvis si cal.

Objectius associats a l'activitat

- Reconèixer, analitzar i diferenciar els fonaments tècnics i tàctics bàsics del tennis.

Treball final

Ponderació: 30%
Tipus: En parella
Nota mínima per a fer mitjana: 0
Permet reavaluació: No
Nota mínima reavaluació: -

- El treball inclou el lliurament d'un document i la posada en pràctica de sessions.
- Cal escollir un o dos cops de fons i realitzar una proposta de 6 sessions que incloguin una progressió per cada etapa de desenvolupament.
- El treball s'hauria d'elaborar seguint la proposta de desenvolupament del jugador de tennis exposada al document "Tenisxetapas, Plan de desarrollo del jugador de tenis" (https://tenisxetapas.rfet.es) de la *Real Federación Española de Tenis*(RFET).

Objectius associats a l'activitat

- Conèxier les principals metodologies de l'entrenament en tenis en nivells d'inicació i perfeccionament.

Examen teòric

Ponderació: 40%
Tipus: Individual
Nota mínima per a fer mitjana: 5
Permet reavaluació: Sí
Nota mínima reavaluació: 0,1

- S'avaluen els continguts conceptuals de l'assignatura mitjançant un **examen teòric**.

Objectius associats a l'activitat

- Conèxier les principals metodologies de l'entrenament en tenis en nivells d'inicació i perfeccionament.
- Identificar i reconèixer la estructura formal i funcional del tennis.

- Reconèixer, analitzar i diferenciar els fonaments tècnics i tàctics bàsics del tennis.

Requisits avaluació continuada (específics)

- És necessària una assistència mínima d'un 80% a les sessions pràctiques per poder acollir-se a l'avaluació continuada.
- Si l'alumnat supera el 20% de faltes permeses, no tindrà dret a ser avaluat (les absències justificades per activitats esportives, visites mèdiques, etc. s'inclouen en aquest 20%).

Condicions específiques si l'alumnat no pot fer pràctiques o una activitat d'avaluació

- Els alumnes lesionats podran participar a les sessions pràctiques. En la mesura del possible, s'adaptarà la pràctica a la lesió del/la estudiant.
- El/la estudiant podrà adoptar diferents rols com pot ser la de tècnic, col·laborar en la creació de tasques o en la reflexió de les tasques realitzades.

Requisits avaluació única

L'estudiant amb avaluació única no durà a terme les activitats d'avaluació continuada i haurà de realitzar les següents activitats:

- **Activitat d'avaluació 1**: Haurà de realitzar una coavaluació tècnica dels cops de fons seguint els mateixos criteris exposats en el punt "coavaluació tècnica". Suposa un 30% de la nota final, és una activitat no reavaluable i pot fer mitjana a partir de 0.
- **Activitat d'avaluació 2:** Haurà de realitzar el treball final de manera individual i lliurar un video amb la posada a la pràctica de les sessions. Suposa un 30% de la nota final, és una activitat no reavaluable i pot fer mitjana a partir de 0.
- **Activitat d'avaluació 3:** Haurà de realitzar l'examen final en condicions normals. Suposa un 60% de la nota final, és una activitat reavaluable a partir de 0.1 i pot fer mitjana a partir de 5.

Bibliografia i altres recursos

Crespo, M., & Reid, M. (2009). *Entrenamiento de tenistas iniciantes e intermedios.* International Tennis Federation.

(*) Cádiz, M.P., Pradas, F., Moreno-Azze, A., Carrasco, L. (2023). Physiological demands of racket sports: a systematic review. *Frontiers in Psycology*, 14:1149295.

Courel, J., & Sánchez-Alcaraz, B. (2017). La enseñanza del tenis a través de un enfoque constructivista. *ITF Coaching & Sport Science Review*, 71(25):24-27.

Comité Olímpico Español. (1993). *Tenis I.* Comité Olímpico Español.

Comité Olímpico Español. (1993). *Tenis II*. Comité Olímpico Español.

Crespo, M., Granitto, G., & Miley, D. (2002). *Trabajando con jóvenes tenistas*. International Tennis Federation.

(*) Edel, A., Song, Y., Wiewwlhove, T., Ferrauti, A. (2019). Activity profiles and physio- logical responses during match play in four popular racquet sports. A literature review. *German Journal of Exercise and Sport Research,* 49:221-231.

Elliott, B., Reid, M., & Crespo, M. (2003). *Biomecánica del tenis avanzado.* International Tennis Federation.

Elliott, B., Reid, M., & Crespo, M. (2009). *Technique development in tennis stroke production*. International Tennis Federation.

(*) Fet, J., Ulbricht, A., Ferrauti, A. (2020). Impact of physical performance and anthropometric characteristics on

serve velocity in elite junior tennis players. Journal of Strength and Conditioning Research, 34(1):192-202.

Fuentes, P. (1999). *Enseñanza y entrenamiento del tenis: Fundamentos didácticos y científicos.* Universidad de Extremadura.

Ferrauti, A., Maier, P., Weber, K., Guiller, D., & Quintana, I. (2021). *Manual para el entrenamiento en el tenis*. Paidotribo.

International Tennis Federation. (2011). *Temnnis 10s marking red and Orange courts gidance Manual.* Inernational Tennis Federation.

Knudson, D. (2006). *Biomechanical principles of tennis tecnique. Using science to improve your strokes*. Racquet Tech.

(*) Pluim et al. (2023). Physical Demands of Tennis Across the Different Court Surfaces, Performance Levels and Sexes: A Systematic Review with Metaâ€analysis. *Sports Medicine*, 53(4):807-836.

Real Federación Española de Tenis. (2019). *Tenis por etapas: Plan de desarrollo del jugador de tenis.* Real Federación Española de Tenis.

Renström, P. (2002). *Handbook of Sports Medicine and Science. Tennis.* Blackwell Science.

(*) Torres-Luque, G., Sánchez-Pay, A., Moya, M. Competitive analysis of requirement of young tennis players. Journal of Sport and Health Research, 3(1):71-78.

(*) Torres-Luque, G., Cabello-Manrique, D., Hernández-García, R., Garatachea, N. (2011). An analysis of competition in young tennis players. *European Journal of Sport Science*, 11(1):39-43.

(*) Polítiques de perspectiva de gènere: Relació d'articles i llibres amb primera autoria per part d'una dona.