**Curso Básico de Tenis. Fundamentos Técnicos y Condición Física.**

Módulo: Curso Formación Deportiva

Materia: Fundamentos Básicos del Tenis.

Profesor de la asignatura: Prof. Mario Flores H.

Horario del curso: lunes y viernes: 15:00 16:30 horas.

**1.- Objetivo del curso**

El curso de Tenis Básico forma parte de los C.F.D. El propósito principal es que las alumnas/os conozca y adquieran los fundamentos básicos para una correcta iniciación en la práctica del Tenis y tener la Condición Física para jugar.

**2.- Contenidos**

Para conseguir este objetivo, se abordarán contenidos relacionados con los fundamentos técnicos: golpe de derecha, golpe revés, saque, volea, el Reglamento de juego, Historia y Organización del Tenis en Chile, Condición Física y Desarrollo de las Habilidades Coordinativas. Desarrollo Personal y Grupal.

**3.- Objetivos cognitivos**

1. Conocer la Historia y organización del Tenis en Chile.

2. Adquirir los fundamentos técnicos del Tenis.

3. Conocer los conceptos de condición física y habilidades motoras para la práctica del Tenis.

4. Reconocer los principios defensivos y ofensivos del juego.

5. Distinguir las reglas básicas del juego.

6. Conocer el concepto de la responsabilidad individual, la cooperación y el respeto por los demás.

**4.- Praxis deportiva y desarrollo personal y social.**

1.- Practicar los fundamentos técnicos del Tenis.

2.- Realizar un programa de acondicionamiento físico y habilidades coordinativas.

3.- Aplicar los principios defensivos y ofensivos durante el juego.

4.- Aplicar el reglamento de juego.

5.- Demostrar responsabilidad individual, cooperación y respeto con sus iguales.

**5.- Sistema de Evaluación.**

a.- Trabajo investigativo. Historia y organización del Tenis en Chile.

b.- Pauta de observación. Control de los fundamentos del Tenis. Saque, golpe de derecho, golpe de revés y jugar tenis.

c.- Pauta de evaluación: responsabilidad, cooperación, comportamiento individual y colectivo.

d.- La nota final es el promedio de las evaluaciones parciales.