

PROGRAMACIÓN TENIS

1. OBJETIVOS

- Trabajar la coordinación óculo-manual en tenis.
- Mejorar el juego de pies en tenis.
- Perfeccionar el control de bola en tenis.

2. CONTENIDOS

- Participación activa en los juegos, siempre buscando el carácter lúdico y recreativo.
- Perfeccionamiento de los diferentes golpes de bola del tenis.
- Coordinación óculo-manual en el tenis.
- Participación y disfrute en actividades que supongan comunicación a través de la expresión corporal y el movimiento.

3. METODOLOGÍA

Dada las circunstancias especiales en las que nos encontramos y la edad del grupo al que va dirigido, la metodología se adaptará a tales circunstancias.

Las sesiones se desarrollarán a través de los siguientes vídeos:

- [Vídeo 1](#): Coordinación óculo-manual por AccesTenisbyYahir Alcolea.
- [Vídeo 2](#): Juego de pies por Daniel Spatz.
- [Vídeo 3](#): Control de bola por Iñaki Ara Cabrero.

IMPORTANTE: Los vídeos requieren de la ayuda o supervisión de un adulto para su realización.