UCA
Universidad de Cádiz

Teach-Racket

Diseño y desarrollo de microenseñanzas en tenis y pádel

Banco de sesiones, tareas y progresiones didácticas



Autor:
Rubén Aragón-Martín

Con la colaboración de:

Miguel Ángel Rosety-Rodríguez

Universidad de Cádiz
Facultad de Ciencias de la Educación
Departamento de Didáctica de la Educación Física, Plástica y Musical

Colección Teach-Racket
Volumen 2

Primera edición
2026

Universidad de Cádiz

Facultad de Ciencias de la Educación
Departamento de Didáctica de la Educación Física, Plástica y Musical

DISEÑO DE SESIONES · BANCO DE TAREAS · PROGRESIONES DIDÁCTICAS · TENIS Y PÁDEL

Diseñando, enseñando y mejorando

Teach-Racket

Diseño y desarrollo de microenseñanzas en tenis y pádel
Banco de sesiones, tareas y progresiones didácticas

Autor: Rubén Aragón-Martín
Con la colaboración de: Miguel Ángel Rosety-Rodríguez

Editorial: Rubén Aragón-Martín
Colección: Teach-Racket
Volumen: 2

Primera edición: 2026
Lugar de edición: Cádiz, España
Idioma: Español

ISBN: 978-84-09-94113-1
No comercial

Formato: Edición digital en formato PDF
Número de páginas: 250 páginas

© 2026 Rubén Aragón-Martín

Esta obra se distribuye bajo una licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-SinDerivadas 4.0 Internacional (CC BY-NC-ND 4.0).

Usted es libre de compartir esta obra, siempre que reconozca la autoría, no la utilice con fines comerciales y no realice obras derivadas.

Texto completo de la licencia:
https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.es

Esta obra ha sido elaborada con fines docentes y de investigación educativa en el marco de la Universidad de Cádiz. Su uso, difusión y distribución deben realizarse conforme a los términos de la licencia indicada.



Enseñar mejor comienza, siempre, por aprender de la propia práctica.

Prólogo

La enseñanza de los deportes de raqueta constituye un contexto especialmente rico para la formación inicial del profesorado. En una misma situación didáctica convergen la planificación, la comunicación, la organización del espacio y del material, la demostración, la observación del movimiento, la gestión del grupo, la adaptación de las tareas y la evaluación del aprendizaje. Por ello, aprender a enseñar tenis o pádel no puede reducirse al dominio técnico de sus golpes ni a la reproducción de ejercicios previamente conocidos. Requiere comprender cómo transformar los contenidos deportivos en experiencias de aprendizaje accesibles, progresivas, significativas y ajustadas a las características de quienes participan.

El primer volumen de la colección Teach-Racket presentó una metodología orientada a transformar la experiencia docente en aprendizaje profesional mediante la microenseñanza, el video-feedback y la evaluación formativa. En él se desarrollaron los fundamentos pedagógicos de la propuesta, el ciclo metodológico DEOAM y los instrumentos destinados a recoger evidencias, orientar la reflexión y favorecer la mejora continua. Este segundo volumen avanza desde ese marco metodológico hacia una cuestión esencial para cualquier docente en formación: qué enseñar y, sobre todo, cómo convertir un determinado contenido en una intervención didáctica coherente.

Diseñar una microenseñanza supone tomar numerosas decisiones. Es necesario seleccionar un objetivo realista, analizar los conocimientos previos del grupo, establecer una progresión adecuada, organizar el espacio, distribuir el material, ajustar los tiempos, formular consignas comprensibles, anticipar dificultades y determinar qué evidencias permitirán comprobar si se está produciendo el aprendizaje. Ninguna de estas decisiones es neutra. Cada una condiciona la participación del alumnado, el tiempo de práctica, la seguridad de la actividad y las oportunidades reales de aprender.

Con frecuencia, el alumnado universitario afronta sus primeras experiencias docentes disponiendo de conocimientos técnicos sobre una modalidad deportiva, pero sin contar todavía con un repertorio suficientemente amplio de tareas, progresiones y estrategias de intervención. Esta circunstancia puede conducir a propuestas excesivamente centradas en la repetición del gesto, con explicaciones prolongadas, escaso tiempo de compromiso motor o una débil conexión entre las actividades planteadas y el objetivo de aprendizaje. También puede generar inseguridad ante la necesidad de modificar una tarea cuando no funciona como se esperaba o cuando las características del grupo exigen una respuesta diferente a la inicialmente prevista.

Este volumen surge para responder a esas necesidades. Su propósito es ofrecer un banco estructurado de microenseñanzas, tareas y progresiones didácticas de tenis y pádel que sirva como referencia para el diseño y la intervención docente. Las propuestas incluidas no deben entenderse como sesiones cerradas que hayan de reproducirse literalmente. Constituyen modelos abiertos que muestran diferentes formas de organizar el aprendizaje, relacionar los objetivos con las tareas, formular consignas, anticipar errores, proporcionar feedback y adaptar la intervención a distintas condiciones de práctica.

El verdadero valor de una ficha didáctica no reside en que pueda aplicarse sin modificaciones, sino en que ayude a comprender las decisiones que sostienen su diseño. Por esta razón, cada microenseñanza presenta no solo una secuencia de actividades, sino

también su contextualización, los objetivos perseguidos, las competencias docentes prioritarias, las evidencias de aprendizaje, los posibles errores, las estrategias de corrección, las variantes y los aspectos que conviene observar posteriormente mediante el video-feedback. La intención no es decirle al futuro docente exactamente qué debe hacer en todo momento, sino proporcionarle una estructura que le permita tomar decisiones cada vez más autónomas y fundamentadas.

El tenis y el pádel se convierten así en escenarios de aprendizaje profesional. Los contenidos técnicos y tácticos de ambas modalidades permiten trabajar competencias docentes que trascienden los deportes de raqueta. Explicar con claridad, demostrar de manera eficaz, organizar al grupo, gestionar el tiempo, observar una ejecución, formular preguntas, adaptar una tarea o proporcionar feedback son aprendizajes transferibles a numerosos contextos educativos y deportivos. Cada microenseñanza constituye, por tanto, una oportunidad para aprender el contenido y, simultáneamente, aprender a enseñarlo.

Las propuestas de este manual se organizan siguiendo una progresión que avanza desde la familiarización y el control inicial hasta la utilización de los aprendizajes en situaciones de cooperación, oposición y toma de decisiones. En tenis y pádel se abordan los principales contenidos de iniciación, pero siempre desde una perspectiva didáctica. El objetivo no consiste únicamente en describir cómo se ejecuta un golpe, sino en mostrar cómo puede enseñarse, qué dificultades suelen aparecer, qué modificaciones facilitan el aprendizaje y cómo integrar el contenido en situaciones motrices con sentido.

Junto con las veinte microenseñanzas completas, el volumen incorpora un banco complementario de tareas que amplía las posibilidades de aplicación. Este banco permitirá seleccionar, combinar y adaptar propuestas en función del nivel de los participantes, del número de estudiantes, del tiempo disponible, de las instalaciones y del material. De esta manera, una misma microenseñanza podrá transformarse para responder a contextos diferentes sin perder la coherencia entre los objetivos, las actividades y las evidencias de aprendizaje.

La adaptación constituye, precisamente, uno de los principios centrales de este material. Enseñar no significa ejecutar fielmente una planificación, sino interpretar lo que ocurre durante la práctica y responder de manera adecuada. Una tarea diseñada correctamente puede necesitar cambios cuando el nivel de dificultad no se ajusta al grupo, cuando disminuye la participación, cuando la organización genera tiempos de espera o cuando aparece una situación no prevista. Aprender a reconocer estas circunstancias y modificar la intervención sin perder de vista el objetivo representa una competencia esencial en el desarrollo profesional docente.

En coherencia con la metodología Teach-Racket, las fichas incorporan también orientaciones para la observación y la mejora. Cada propuesta incluye focos específicos para analizar la grabación, preguntas destinadas a guiar el video-feedback y una estructura básica para convertir las evidencias recogidas en acciones concretas. De este modo, el banco de microenseñanzas no concluye con la impartición de las actividades. Cada intervención constituye el inicio de un proceso de revisión que puede conducir al rediseño de las tareas, a la modificación de las consignas o a una nueva organización del grupo.

El profesorado encontrará en estas páginas un recurso para organizar experiencias de microenseñanza, orientar el trabajo de los equipos, diversificar los contenidos y acompañar los procesos de planificación. El alumnado, por su parte, dispondrá de ejemplos que le permitirán comprender cómo se construye una intervención, ampliar su repertorio didáctico y desarrollar progresivamente la capacidad de crear propuestas propias. Asimismo, quienes trabajan en escuelas deportivas u otros ámbitos de iniciación podrán adaptar las fichas a sus necesidades, manteniendo siempre la participación, la seguridad y el aprendizaje como criterios fundamentales.

Este segundo volumen mantiene, por tanto, la filosofía que inspira toda la colección Teach-Racket: la enseñanza se aprende enseñando, pero la experiencia solo se convierte en aprendizaje profesional cuando se planifica, se observa, se analiza y se utiliza para mejorar. Las sesiones y tareas que se presentan a continuación no constituyen un punto de llegada, sino un punto de partida para experimentar, reflexionar y seguir construyendo conocimiento docente.

Bienvenido al segundo volumen de Teach-Racket.

Porque una buena microenseñanza no comienza cuando se golpea la primera pelota, sino cuando cada decisión ha sido pensada para favorecer el aprendizaje.

Índice

CAPÍTULO 1 ..... *1*

Presentación y contextualización del volumen 1

1.1. Finalidad del volumen II 1

1.2. Relación con la metodología Teach-Racket 2

1.3. Relación con los volúmenes I y III 2

1.4. Destinatarios 3

1.5. Objetivos del volumen 3

1.6. Organización del banco de microenseñanzas 4

1.7. Posibilidades de utilización 4

1.8. Estructura del manual 5

Ideas clave 6

Recomendaciones para el profesorado 6

CAPÍTULO 2 ..... *7*

Diseño didáctico de microenseñanzas en tenis y pádel 7

2.1. De la enseñanza del gesto al aprendizaje técnico-táctico 7

2.2. Características de una microenseñanza Teach-Racket 7

2.3. Contextualización y análisis previo del grupo 8

2.4. Formulación de los objetivos de aprendizaje 8

2.5. Selección y secuenciación de contenidos 9

2.6. Diseño de tareas motrices 10

2.7. Organización del espacio, el material y el alumnado 10

2.8. Distribución temporal de la intervención 11

2.9. Metodologías y estilos de enseñanza 11

2.10. Comunicación de consignas y demostraciones 12

2.11. Observación, feedback y corrección 12

2.12. Seguridad, inclusión y participación 13

2.13. Adaptación de las tareas 14

2.14. Evaluación del aprendizaje durante la microenseñanza 14

2.15. Errores frecuentes en el diseño 15

2.16. Lista de comprobación previa 15

Ideas clave 16

Recomendaciones para el profesorado 16
CAPÍTULO 3 ..... *17*
Estructura y utilización de las fichas Teach-Racket 17
3.1. Función de las fichas 17
3.2. Ficha completa de microenseñanza 17
3.3. Ficha breve de tarea 18
3.4. Sistema de codificación 19
3.5. Competencias docentes prioritarias 20
3.6. Niveles de dificultad 21
3.7. Tipología de las tareas 21
3.8. Sistema de iconos 22
3.9. Adaptación de una ficha al contexto real 22
3.10. Ejemplo comentado de utilización 23
Ideas clave 24
Recomendaciones para el profesorado 24
CAPÍTULO 4 ..... *25*
Banco de microenseñanzas de tenis 25
4.1. TEN-M01 Familiarización con raqueta y pelota 26
4.2. TEN-M02 Golpe de derecha para dar continuidad 32
4.3. TEN-M03 Golpe de revés para sostener el intercambio 38
4.4. TEN-M04 Servicio de iniciación 44
4.5. TEN-M05 Resto para iniciar el intercambio 50
4.6. TEN-M06 Continuidad del peloteo desde el fondo 56
4.7. TEN-M07 Dirección y profundidad de los golpes de fondo 62
4.8. TEN-M08 Volea de iniciación cerca de la red 68
4.9. TEN-M09 Desplazamiento y recuperación tras el golpe 74
4.10. TEN-M10 Juego reducido y primeras decisiones tácticas 80
CAPÍTULO 5 ..... *86*
Banco de microenseñanzas de pádel 86
5.1. PAD-M01 Familiarización con pala pelota y espacio 87
5.2. PAD-M02 Golpe de derecha desde el fondo 93
5.3. PAD-M03 Golpe de revés desde el fondo 99

5.4. PAD-M04 Servicio de iniciación 105
5.5. PAD-M05 Resto de servicio 111
5.6. PAD-M06 Globo para superar a rivales en la red 117
5.7. PAD-M07 Volea de iniciación y posición de red 123
5.8. PAD-M08 Remate de iniciación con control 129
5.9. PAD-M09 Salida sencilla de pared de fondo 135
5.10. PAD-M10 Cooperación y decisiones en pareja 141
CAPÍTULO 6 ..... *147*
Banco de tareas de tenis y pádel 147
TEN-T01 Bote y parada 148
TEN-T02 Envío a puerta ancha 149
TEN-T03 Intercambio con bote libre 150
TEN-T04 Preparación ante bote predecible 151
TEN-T05 Derecha hacia zona amplia 152
TEN-T06 Peloteo cooperativo de derecha 153
TEN-T07 Reconoce y gira 154
TEN-T08 Revés a zona de continuidad 155
TEN-T09 Alternancia de lados cooperativa 156
TEN-T10 Lanzamiento que puedo alcanzar 157
TEN-T11 Servicio a cuadro amplio 158
TEN-T12 Saque y primera respuesta 159
TEN-T13 Lee el lado y el bote 160
TEN-T14 Resto seguro a zona amplia 161
TEN-T15 Servicio, resto y continuidad 162
TEN-T16 Encuentra la distancia útil 163
TEN-T17 Peloteo con zona de seguridad 164
TEN-T18 Recupera después de enviar 165
TEN-T19 Dos zonas sin oposición 166
TEN-T20 Profundidad con margen 167
TEN-T21 Elige según el espacio 168
TEN-T22 Intercepta sin prisa 169
TEN-T23 Volea a espacio grande 170

TEN-T24 Subida y volea controlada 171
TEN-T25 Llega y se coloca 172
TEN-T26 Golpea y recupera 173
TEN-T27 Dos golpes con decisión de posición 174
TEN-T28 Reconoce opción segura 175
TEN-T29 Juego con dos zonas 176
TEN-T30 Punto reducido con observador 177
PAD-T01 Bote controlado con pala 178
PAD-T02 Envío a puerta amplia 179
PAD-T03 Tres envíos cooperativos 180
PAD-T04 Preparación ante bote cómodo 181
PAD-T05 Derecha hacia zona de continuidad 182
PAD-T06 Peloteo cooperativo de derecha 183
PAD-T07 Reconoce el lado del revés 184
PAD-T08 Revés a zona amplia 185
PAD-T09 Alternancia cooperativa de lados 186
PAD-T10 Bote previo y contacto cómodo 187
PAD-T11 Servicio a cuadro diagonal amplio 188
PAD-T12 Servicio y resto suave 189
PAD-T13 Lee la llegada del servicio 190
PAD-T14 Resto hacia zona segura 191
PAD-T15 Inicio cooperativo del punto 192
PAD-T16 Altura y profundidad con ayuda 193
PAD-T17 Elige según la red 194
PAD-T18 Punto reducido con opción de globo 195
PAD-T19 Intercepta pelota suave 196
PAD-T20 Volea y recupera su zona 197
PAD-T21 Red cooperativa con pareja 198
PAD-T22 Ubicación ante pelota alta 199
PAD-T23 Remate a zona amplia 200
PAD-T24 Elige rematar o mantener 201
PAD-T25 Lee bote y pared 202

PAD-T26 Sepárate y devuelve 203
PAD-T27 Salida de pared con continuidad 204
PAD-T28 Acuerdo para pelota central 205
PAD-T29 Dos jugadores una posición compartida 206
PAD-T30 Punto reducido con observación 207
CAPÍTULO 7 208
Progresiones e itinerarios de enseñanza 208
7.1. Criterios para construir una progresión 208
7.2. Puntos de partida y comprobación inicial 208
7.3. Progresión de contenidos en tenis 209
7.4. Progresión de contenidos en pádel 210
7.5. Itinerarios según el tiempo disponible 210
7.6. Itinerarios centrados en un problema de juego 211
7.7. Itinerarios según la competencia docente 211
7.8. Dos itinerarios comentados 212
7.9. Cambios de itinerario durante la práctica 213
7.10. Matriz de selección rápida 213
Ideas clave 213
Recomendaciones para el profesorado 214
CAPÍTULO 8 215
Uso del banco dentro del ciclo Teach-Racket 215
8.1. Del banco de propuestas a una intervención propia 215
8.2. Diseñar una versión aplicable 215
8.3. Enseñar y ajustar sin perder el objetivo 216
8.4. Observar lo que sucede 217
8.5. Analizar para elegir una prioridad 217
8.6. Mejorar mediante una segunda versión 218
8.7. Ejemplo de rediseño en tenis 218
8.8. Ejemplo de rediseño en pádel 219
8.9. Registro mínimo para utilizar el banco 219
8.10. Lista de comprobación del ciclo 219
8.11. Preparación entre equipos antes de entrar en pista 220

Ideas clave 220
Recomendaciones para el profesorado 220
CAPÍTULO 9 ..... *221*
Orientaciones finales para utilizar el banco 221
9.1. Una ficha es una propuesta de referencia 221
9.2. La calidad depende de lo que ocurre durante la práctica 221
9.3. Seguridad, accesibilidad y participación 222
9.4. Dos usos complementarios del banco 222
9.5. Transferir las propuestas a otros contextos 223
9.6. Límites del volumen y mejora del banco 223
9.7. Del volumen II al siguiente ciclo de aprendizaje 224
9.8. Guía rápida para la siguiente microenseñanza 224
Ideas clave 224
Recomendaciones para el profesorado 225
Referencias *226*
ANEXO I *227*
Plantilla para diseñar una microenseñanza 227
ANEXO II *228*
Plantilla para crear o adaptar una tarea 228
ANEXO III *229*
Lista de comprobación antes de la intervención 229
ANEXO IV *230*
Tabla de progresión y consulta para tenis 230
ANEXO V *231*
Tabla de progresión y consulta para pádel 231
ANEXO VI *232*
Matriz para seleccionar fichas del banco 232
ANEXO VII *233*
Registro de adaptaciones y contingencias 233
ANEXO VIII *234*
Distribución de roles durante la microenseñanza 234
ANEXO IX *235*

Registro mínimo de aplicación y mejora 235
ANEXO X *236*
Guía rápida para utilizar el volumen II 236
Cierre del volumen II *237*

CAPÍTULO 1

Presentación y contextualización del volumen

¿Qué encontrará el lector en este capítulo?

Este capítulo explica la finalidad del segundo volumen de Teach-Racket, su relación con la metodología presentada en el volumen I y el lugar que ocupa dentro de la colección. También identifica a sus destinatarios, describe el contenido del banco de microenseñanzas y tareas, y ofrece pautas para consultar y adaptar las propuestas antes de intervenir en un contexto real.

1.1. Finalidad del volumen II

Teach-Racket. Volumen II nace para acompañar un paso decisivo en la formación docente: transformar un contenido de tenis o pádel en una intervención breve, organizada y susceptible de mejora. El volumen I describe el marco metodológico en el que el alumnado diseña, enseña, observa, analiza y modifica su práctica. Este segundo libro reúne modelos de microenseñanza, tareas y progresiones que ayudan a concretar las decisiones necesarias para llevar ese proceso al terreno de juego.

Conocer los elementos técnicos de un golpe no equivale a saber enseñarlo. Quien planifica una microenseñanza debe seleccionar qué aprendizaje es razonable alcanzar en el tiempo disponible, cómo presentar el reto, qué tarea permite practicarlo, qué indicaciones ofrecer, qué errores conviene observar y cuándo modificar la dificultad. Además, ha de organizar la participación, anticipar necesidades de seguridad y decidir qué conductas servirán como evidencia de aprendizaje. Las fichas de este volumen muestran esas decisiones de manera explícita para que puedan estudiarse, aplicarse y discutirse.

El propósito del banco no es proporcionar sesiones para reproducir literalmente. Cada ficha constituye un modelo de trabajo abierto. Su utilidad depende de que el equipo docente la contraste con las características de quienes participan, el espacio, el material y los objetivos de la asignatura o del programa. Copiar una secuencia sin revisar esas condiciones puede vaciar de sentido la planificación; adaptarla obliga, en cambio, a comprender por qué cada tarea ocupa un lugar en la progresión.

El libro se centra en la iniciación al tenis y al pádel y combina dos planos de aprendizaje. Por un lado, ofrece propuestas para que los participantes desarrollen habilidades de control, golpeo, desplazamiento y toma de decisiones. Por otro, plantea retos a quienes enseñan: comunicar una consigna, organizar grupos, observar respuestas, aportar feedback o ajustar una tarea sobre la marcha. La microenseñanza se entiende, por ello, como una experiencia de aprendizaje deportivo y de formación profesional al mismo tiempo.

1.2. Relación con la metodología Teach-Racket

Teach-Racket sitúa la práctica docente del alumnado en el centro de la experiencia formativa. Su ciclo DEOAM —diseño, enseñanza, observación, análisis y mejora— organiza un recorrido en el que la planificación inicial se contrasta con lo que realmente sucede durante la intervención. La grabación, la autoevaluación, la coevaluación y el feedback del profesorado aportan evidencias para identificar decisiones eficaces y aspectos que necesitan revisión.

El presente volumen ofrece recursos especialmente útiles en la fase de diseño, pero su función no termina cuando empieza la enseñanza. Cada microenseñanza anticipa qué observar durante la práctica, qué indicios pueden mostrar el aprendizaje del grupo y qué cambios cabe introducir si la tarea resulta demasiado sencilla, demasiado difícil o poco participativa. Así, las propuestas sirven de punto de partida para la primera intervención y de material de trabajo cuando el equipo debe preparar una segunda versión.

Una ficha puede utilizarse de distintas maneras: como ejemplo para aprender a planificar, como base de una intervención que necesita adaptaciones o como referencia de comparación frente a un diseño propio. En los tres casos, el alumnado conserva la responsabilidad de justificar sus decisiones. El profesorado puede guiar ese proceso mediante preguntas sobre la relación entre objetivo y tarea, el tiempo efectivo de práctica, las oportunidades de participación y la evidencia que se recogerá.

La duración de aproximadamente veinte minutos y la organización en equipos pequeños responden al formato de microenseñanza desarrollado en la metodología de referencia. Son orientaciones para el contexto universitario de Teach-Racket, no condiciones universales de la enseñanza del tenis o del pádel. Cuando una propuesta se traslade a otra etapa o a una escuela deportiva, será necesario reconsiderar el tiempo, el tamaño del grupo, el lenguaje, el material y la complejidad de las situaciones de juego.

1.3. Relación con los volúmenes I y III

La colección se ha concebido para que cada volumen cumpla una función distinta y pueda consultarse por separado. El primero expone la metodología y sus instrumentos; el segundo se ocupa de los contenidos y decisiones de enseñanza en tenis y pádel; el tercero acompañará la recogida, interpretación y utilización de las evidencias para la reflexión y la mejora docente.

Volumen	**Pregunta principal que ayuda a responder**
I. Metodología	¿Cómo se organiza la experiencia Teach-Racket y con qué instrumentos se planifica, observa y evalúa?
II. Enseñanza	¿Cómo se transforma un contenido de tenis o pádel en tareas y microenseñanzas adaptables?
III. Mejora	¿Cómo se interpretan las evidencias de la práctica y se convierten en decisiones de mejora y en un portafolio?

La consulta conjunta de los tres libros permite seguir la experiencia completa, pero el volumen II incluye la información necesaria para comprender y adaptar sus fichas de forma autónoma. Cuando se alude a la rúbrica, al video-feedback, a la Reflexión 3 × 3 o al Plan de Mejora, se señalan conexiones con el proceso metodológico; la explicación detallada y los instrumentos completos pertenecen a los volúmenes destinados a esas funciones.

Esta separación evita repetir extensamente los fundamentos del volumen I en cada propuesta práctica. También aclara el alcance del presente libro: sus orientaciones para observar y revisar una microenseñanza ayudan a enlazar la intervención con el ciclo de mejora, mientras que la interpretación sistemática de las evidencias y la construcción del portafolio se desarrollarán en el volumen III.

1.4. Destinatarios

El destinatario principal es el alumnado universitario de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte y de otras titulaciones que se prepare para enseñar deportes de raqueta. Las fichas le ofrecen ejemplos de planificación, un repertorio de tareas que puede modificar y criterios para analizar si la intervención favorece la participación y el aprendizaje. El objetivo es que avance desde la utilización guiada de modelos hacia la creación y justificación de propuestas propias.

El profesorado universitario puede utilizar el banco para organizar experiencias de microenseñanza, distribuir contenidos entre equipos, contrastar diseños alternativos y hacer visibles decisiones didácticas que a menudo quedan implícitas. Las progresiones y los itinerarios permiten escoger fichas según el tiempo disponible y la competencia docente que se pretenda trabajar. El volumen no reemplaza la programación de la asignatura ni los criterios de evaluación establecidos por el profesorado.

También puede resultar útil para docentes de Educación Primaria y Secundaria, entrenadores y técnicos que trabajen en contextos de iniciación. En estos casos, las tareas requieren una revisión específica de edad, nivel de experiencia, reglas, dimensiones del espacio y condiciones de seguridad. La transferencia de una ficha se apoya en sus principios de diseño y en su posibilidad de adaptación, no en la conservación exacta del formato universitario de veinte minutos.

1.5. Objetivos del volumen

El objetivo general de este libro es facilitar el diseño, la implementación y la adaptación de microenseñanzas de iniciación al tenis y al pádel, articulando los contenidos técnico-tácticos con las decisiones docentes que permiten enseñarlos de manera coherente.

De forma específica, el volumen persigue los siguientes objetivos:

- Mostrar cómo se relacionan el objetivo de aprendizaje, la secuencia de tareas, las consignas y las evidencias observables en una microenseñanza breve.
- Ofrecer modelos de enseñanza de contenidos de iniciación de tenis y pádel que puedan servir para analizar, comparar y elaborar diseños propios.

- Ampliar el repertorio de tareas mediante fichas breves que puedan seleccionarse y combinarse según las necesidades del grupo.
- Orientar la progresión desde situaciones de familiarización y control hacia intercambios, cooperación, oposición y decisiones de juego.
- Ayudar a anticipar dificultades de organización, participación, seguridad y aprendizaje, y a preparar variantes para responder a ellas.
- Vincular cada intervención con la observación, el feedback y el rediseño de las tareas dentro del ciclo Teach-Racket.

El logro de estos objetivos requiere una utilización activa del manual. Una propuesta adquiere valor formativo cuando el equipo explica sus elecciones, comprueba durante la práctica lo que ocurre y modifica el diseño a partir de evidencias concretas.

1.6. Organización del banco de microenseñanzas

El núcleo práctico se organiza en dos bloques paralelos. El primero reúne diez microenseñanzas de tenis, desde la familiarización con raqueta y pelota hasta la iniciación táctica mediante juego reducido. El segundo reúne diez de pádel, con contenidos de control, golpes de fondo, servicio y resto, volea, globo, remate de iniciación, salida de pared y cooperación en pareja. El globo y el remate forman parte de la progresión de iniciación propuesta para pádel; la bandeja no se incluye como contenido de este itinerario básico.

Cada microenseñanza tiene un código propio —TEN-M01 a TEN-M10 o PAD-M01 a PAD-M10— y presenta un problema docente, un contexto de aplicación, objetivos, una secuencia temporal, consignas y criterios de observación. Las competencias docentes prioritarias permiten atender no solo a lo que aprende el grupo participante, sino también a la actuación de quien enseña. Las fichas mantienen una estructura común para facilitar la comparación y la preparación del trabajo en equipo.

El banco complementario ofrece alrededor de sesenta tareas breves, identificadas como TEN-T o PAD-T. En las microenseñanzas se remite a estas tareas mediante sus códigos para que puedan consultarse, sustituirse o combinarse sin repetir su descripción completa en varios lugares. Una tarea puede aparecer en más de una propuesta si cumple funciones distintas dentro de progresiones diferentes; el código facilita reconocerla y seguir sus posibles adaptaciones.

La secuencia numérica de las fichas representa una progresión orientativa, no una obligación de aplicación lineal. El nivel inicial, la familiaridad con la modalidad y la disponibilidad de pista pueden aconsejar otro orden o una selección más breve. Los itinerarios del capítulo 7 ayudarán a construir recorridos de distinta duración y a combinar contenidos deportivos con competencias docentes prioritarias.

1.7. Posibilidades de utilización

El libro admite una lectura continuada y una consulta puntual. Quien se acerque por primera vez al banco puede empezar por los capítulos 2 y 3 para conocer los criterios de

diseño y el significado de los campos de las fichas. Si ya dispone de un contenido asignado, puede localizar la microenseñanza correspondiente y revisar después las tareas relacionadas, las variantes y los itinerarios.

En la preparación de una intervención Teach-Racket, resulta útil seguir una secuencia de trabajo sencilla:

- Definir el grupo real, el espacio, el tiempo y el aprendizaje prioritario antes de escoger una ficha.
- Seleccionar la microenseñanza o las tareas que mejor respondan a ese objetivo y revisar sus requisitos de material y participación.
- Modificar la secuencia, las consignas y las variantes; anotar el motivo de cada cambio y acordar los roles del equipo.
- Decidir qué conducta del alumnado y qué actuación docente se observarán durante la intervención y en la grabación.
- Comparar el diseño con lo ocurrido, identificar una mejora prioritaria y preparar la siguiente aplicación.

También puede emplearse el banco para diseñar tareas nuevas. En ese caso, la ficha sirve como modelo de preguntas: qué problema de juego aborda la tarea, qué hacen los participantes, qué oportunidad de práctica recibe cada uno, qué se observará y cómo se ajustará la dificultad. La plantilla de los anexos permite documentar propuestas originales con la misma lógica de las fichas publicadas.

Si el recurso se utiliza fuera de la formación universitaria, conviene adaptar antes de aplicar. Una tarea que funciona con compañeros adultos que simulan ser principiantes puede necesitar otros tiempos, pelotas, dimensiones, reglas o apoyos cuando participan escolares o grupos heterogéneos. La revisión de la seguridad, la accesibilidad y la participación ha de formar parte del diseño inicial y mantenerse durante toda la intervención.

1.8. Estructura del manual

Tras este capítulo de presentación, el capítulo 2 aborda las decisiones didácticas necesarias para diseñar una microenseñanza: objetivos, contenidos, tareas, organización, comunicación, feedback, seguridad y evaluación durante la práctica. El capítulo 3 explica la estructura de las fichas, sus códigos y el modo de interpretarlas y adaptarlas.

Los capítulos 4 y 5 contienen los bancos de microenseñanzas de tenis y pádel. El capítulo 6 reúne las fichas breves de tareas, organizadas por finalidades de aprendizaje. El capítulo 7 presenta progresiones e itinerarios para combinar propuestas de acuerdo con el nivel, las competencias docentes y el tiempo disponible. El capítulo 8 muestra cómo utilizar el banco dentro del ciclo Teach-Racket, desde la selección del contenido hasta el rediseño de una segunda intervención. El capítulo 9 recoge las orientaciones finales.

Las referencias documentan las fuentes empleadas en el desarrollo del volumen. Los anexos reúnen plantillas de microenseñanza y tarea, listas de comprobación, tablas de

progresión, una matriz de selección, un registro de adaptaciones y orientaciones para elaborar nuevas fichas. Su función es facilitar que el lector pase de consultar modelos a planificar, registrar y mejorar sus propias propuestas.

Ideas clave

- El volumen II convierte los principios de Teach-Racket en modelos prácticos de enseñanza de tenis y pádel.
- Las microenseñanzas y tareas son referencias adaptables; su aplicación exige conocer el grupo y justificar las decisiones.
- El banco conecta los aprendizajes deportivos con competencias docentes observables.
- Los códigos permiten consultar, combinar y rediseñar fichas sin depender de una secuencia única.
- La intervención se completa cuando se observan sus resultados y se utilizan las evidencias para mejorar.

Recomendaciones para el profesorado

- Presente las fichas como ejemplos de razonamiento didáctico y pida a los equipos que expliquen las adaptaciones realizadas.
- Seleccione los contenidos según los resultados de aprendizaje de la asignatura, el nivel del grupo y las condiciones de práctica.
- Reserve tiempo para contrastar la planificación con la grabación y preparar una segunda intervención concreta.

CAPÍTULO 2

Diseño didáctico de microenseñanzas en tenis y pádel

¿Qué encontrará el lector en este capítulo?

Este capítulo ofrece criterios de trabajo para convertir un contenido de iniciación al tenis o al pádel en una microenseñanza coherente. Recorre las decisiones que preceden a la intervención —conocer el grupo, formular objetivos, escoger tareas y prever la organización— y las que deben tomarse durante ella: comunicar, observar, proporcionar feedback, adaptar y comprobar el aprendizaje. Los ejemplos son orientativos y preparan la lectura de las fichas del capítulo siguiente.

2.1. De la enseñanza del gesto al aprendizaje técnico-táctico

En una microenseñanza de deportes de raqueta, la técnica tiene sentido por el problema de juego que ayuda a resolver. Una derecha de tenis permite sostener un intercambio o enviar la pelota hacia un espacio; un globo de pádel puede dar tiempo para recuperar una posición o superar a una pareja situada en la red. Por eso, describir la preparación, el impacto y la terminación de un golpe resulta insuficiente si el participante no comprende cuándo utilizarlo y qué efecto busca producir.

Este planteamiento no exige abandonar la práctica de un gesto ni situar al principiante desde el primer minuto en un partido completo. Conviene ajustar la complejidad de la situación para que pueda explorar, repetir con sentido y tomar decisiones. En una secuencia de iniciación, un envío cooperativo con bote controlado puede preceder a un intercambio con un objetivo espacial; después puede introducirse una oposición limitada. La progresión conserva un vínculo visible entre el movimiento que se practica y su aplicación.

El equipo que enseña debe responder a dos preguntas antes de elegir ejercicios: «¿qué podrá hacer el grupo al terminar?» y «¿en qué situación tendrá sentido hacerlo?». Si el contenido asignado es la volea, por ejemplo, puede buscar que los participantes orienten una pelota sencilla sin dejarla botar y recuperen una posición segura. La demostración técnica se centrará en las claves necesarias para ese propósito, mientras la tarea permitirá observar si el golpe se aplica en el momento adecuado.

2.2. Características de una microenseñanza Teach-Racket

La microenseñanza es una intervención breve que permite ensayar decisiones docentes en una situación delimitada y observar sus efectos. En el formato de referencia de Teach-Racket dura aproximadamente veinte minutos. Un equipo pequeño prepara la propuesta, distribuye responsabilidades y la imparte a compañeros que actúan como participantes. La brevedad obliga a elegir un objetivo prioritario y a evitar que una sucesión de actividades desconectadas sustituya a una progresión de aprendizaje.

Una microenseñanza completa plantea un reto comprensible, activa al grupo, propone práctica suficiente, aplica el contenido en una situación significativa y cierra con una

comprobación breve. La planificación debe señalar las tareas, las consignas, las transiciones y las posibles variantes. También debe anticipar qué observará quien enseña y qué evidencia servirá para valorar el aprendizaje. En Teach-Racket, la intervención se graba para analizar después tanto las respuestas del grupo como las decisiones docentes.

El diseño pertenece al equipo, aunque durante la impartición convenga identificar con claridad quién dirige cada momento y quién observa o apoya. La rotación de responsabilidades entre experiencias ayuda a que todos practiquen la comunicación, la organización y la observación. El tiempo orientativo, el número de participantes y los roles han de revisarse según la asignatura y las condiciones reales de aplicación.

2.3. Contextualización y análisis previo del grupo

Antes de escoger una ficha conviene describir la situación concreta: edad y experiencia de los participantes, número de personas, pistas disponibles, tipo y cantidad de pelotas y raquetas, tiempo real de uso y posibles necesidades de apoyo. También importa saber si el grupo reconoce reglas elementales, controla el bote y puede sostener intercambios cooperativos. Esa información determina el punto de partida y evita que el nombre de un golpe se confunda con un nivel de competencia.

En una microenseñanza universitaria, los compañeros pueden tener experiencia deportiva previa, aunque representen el papel de principiantes. Por ello, el diseño debe precisar el nivel que se simula y el nivel real observado. Si se trabaja después con escolares o en una escuela deportiva, se requiere una nueva contextualización: la respuesta de adultos familiarizados con la actividad no demuestra que una tarea vaya a funcionar del mismo modo con niños o con un grupo heterogéneo.

Es útil registrar cuatro datos en la cabecera de la ficha: qué sabe hacer el grupo, qué necesita aprender, qué condiciones limitan la intervención y qué oportunidades ofrecen esas condiciones. Por ejemplo, con doce participantes y una sola pista, una espera larga puede reducir mucho la práctica; dos estaciones laterales y una tarea cooperativa pueden resolver ese problema. Con pocas pelotas, la elección de una tarea de lanzamiento y golpeo controlado puede ser más viable que una dinámica en la que todas se dispersen continuamente.

2.4. Formulación de los objetivos de aprendizaje

El objetivo principal debe expresar una acción que el participante pueda realizar y que sea alcanzable en el tiempo disponible. «Aprender el golpe de derecha» resulta demasiado amplio: no indica el nivel esperado ni cómo comprobarlo. En cambio, «mantener con un compañero un intercambio cooperativo de al menos tres envíos de derecha hacia una zona amplia» vincula el contenido a una situación y permite observar el resultado. El número de envíos es una referencia de diseño que deberá ajustarse al nivel del grupo.

Una ficha puede incluir dos o tres objetivos específicos subordinados al objetivo principal. En el ejemplo anterior podrían ser orientar el cuerpo hacia la trayectoria, contactar la pelota a una distancia cómoda y recuperar una posición de espera después de golpear. No es necesario corregir todos esos elementos en cada intento. El equipo elegirá

la clave más relevante para el error observado y comprobará si el cambio facilita la continuidad del intercambio.

Conviene distinguir el objetivo de aprendizaje del participante y el reto docente del equipo. El primero describe lo que se espera que haga quien practica; el segundo identifica la competencia que se desea ensayar al enseñar, por ejemplo, formular consignas breves o repartir el tiempo de práctica. Ambos pueden observarse, pero no deben confundirse: una explicación clara no garantiza que el participante haya aprendido, y un acierto aislado no prueba por sí mismo que la intervención esté bien organizada.

Ejemplo de alineación entre objetivo, tarea y evidencia

Elemento	**Ejemplo en pádel de iniciación**
Objetivo	Enviar un globo alto y profundo cuando la pareja contraria ocupa la red en una situación de juego reducido.
Tarea	Intercambio 2 contra 2 con inicio facilitado: la pareja de fondo debe reconocer una pelota cómoda y elegir entre envío de continuidad y globo.
Consigna	«Mira la posición rival antes de decidir; busca altura y espacio libre detrás de la pareja».
Evidencia	En varias oportunidades, el participante identifica la posición rival y envía un globo que permite recuperar tiempo o desplazar a la pareja.

Una tarea alineada con el objetivo permite producir la conducta esperada; una evidencia alineada permite reconocerla. Si se quiere evaluar una decisión táctica, una fila de golpeos idénticos sin oponentes puede servir para familiarizarse con la trayectoria, pero no bastará como única situación de comprobación.

2.5. Selección y secuenciación de contenidos

Veinte minutos no permiten enseñar con profundidad todos los componentes de una modalidad. Es preferible acotar un contenido principal y escoger únicamente los elementos previos indispensables. Una microenseñanza sobre el servicio de pádel, por ejemplo, puede incluir la colocación y el inicio reglamentario del punto, mientras deja para otra ocasión la construcción táctica completa del intercambio posterior.

La secuencia debe aumentar o variar la exigencia de forma reconocible. Un recorrido habitual comienza con una situación de control, sigue con una tarea que focaliza el elemento principal y termina con una aplicación en intercambio o juego reducido. No es imprescindible que cada fase sea más difícil en todos los aspectos: al introducir la decisión táctica puede convenir reducir la velocidad de la pelota o ampliar la zona válida. La progresión combina apoyos y desafíos para mantener oportunidades reales de éxito.

En tenis, el control de raqueta y pelota prepara golpes de fondo y continuidad; después pueden aparecer dirección, profundidad y oposición. En pádel, los golpeos básicos y la orientación espacial preparan el servicio y resto, el juego de red, el globo y la utilización

de la pared. Estas rutas son referencias flexibles. La tarea final de una sesión puede revelar que el grupo necesita volver a una situación más sencilla antes de seguir avanzando.

2.6. Diseño de tareas motrices

Una tarea bien descrita responde a preguntas concretas: quién actúa, dónde, con qué material, cómo empieza cada intento, qué se pretende lograr, cuándo termina o cambia el turno y qué hará el docente mientras el grupo practica. Si alguno de estos puntos queda implícito, los participantes pueden perder tiempo esperando aclaraciones o practicar una versión distinta de la prevista.

La tarea debe crear muchas oportunidades de respuesta sin multiplicar instrucciones. En un trabajo de derecha por parejas, una pelota por pareja y un espacio delimitado suelen favorecer más contactos que una fila con un único lanzador, siempre que la distancia y el bote sean adecuados. Si el objetivo es elegir dirección, se pueden señalar dos zonas amplias; si el objetivo es continuidad, conviene evitar blancos tan pequeños que interrumpan cada intercambio.

También debe definirse el criterio de éxito. Puede consistir en sostener un número orientativo de envíos, orientar la pelota hacia una zona, reconocer una situación de juego o recuperar una posición tras golpear. El criterio se ajustará al nivel y se observará durante varios intentos. Un reto demasiado fácil no aporta información; uno inaccesible produce escasa práctica de calidad. La ficha incluirá una variante facilitadora y otra de progresión para regular la exigencia sin cambiar de objetivo.

En las fichas del banco se diferenciarán tareas de control individual, cooperación, oposición limitada y juego modificado. Ninguna tipología es superior en todos los momentos. La elección depende del contenido, de los conocimientos previos y de la conducta que se quiere observar. Para fomentar decisiones, la tarea ha de ofrecer alternativas reales; para estabilizar un primer contacto con la pelota, puede ser conveniente reducirlas temporalmente.

2.7. Organización del espacio, el material y el alumnado

La organización determina cuánto tiempo practica cada persona y qué puede observar el docente. Antes de comenzar, conviene representar en un croquis la distribución de participantes, zonas de espera, desplazamientos y lugar del material. En pádel debe preverse la proximidad de cristales y vallas; en tenis, los espacios entre pistas y las pelotas sueltas. Las zonas de golpeo y de recogida no deberían cruzarse durante la actividad.

Una misma pista puede dividirse en estaciones, carriles o medias pistas cuando la tarea lo permita. La división debe conservar distancias de seguridad y un reto comprensible. En un grupo numeroso, las parejas pueden alternar práctica y observación con una pauta breve, pero la observación no ha de convertirse en una espera pasiva prolongada. Los cambios de rol pueden fijarse por tiempo o por número de intentos para garantizar participación equilibrada.

El material se prepara antes de la explicación. Las pelotas de menor presión, los objetivos grandes o las marcas de suelo pueden facilitar el control inicial; su selección responde a lo que se quiere enseñar y a lo disponible. En la ficha conviene indicar el material imprescindible y una alternativa viable. Un diseño que solo funciona con una dotación ideal tendrá poca utilidad cuando cambie la instalación.

2.8. Distribución temporal de la intervención

La planificación de veinte minutos requiere proteger el tiempo de práctica. Las explicaciones, las demostraciones, los cambios de estación y la recogida consumen minutos que a menudo no se reflejan en el papel. Es útil anotar la duración prevista de cada fase, incluyendo la transición, y comprobar en una prueba previa si la secuencia cabe realmente. La planificación debe permitir detener una tarea que no funciona sin perder la oportunidad de aplicar el contenido.

Distribución orientativa de una microenseñanza de veinte minutos

Fase	Tiempo	Función
Inicio y activación	2 min	Presentar el objetivo, delimitar el espacio y activar una respuesta inicial.
Exploración o control	4 min	Asegurar contactos con la pelota y reconocer el problema.
Desarrollo	6 min	Practicar el contenido principal con observación y ajustes.
Aplicación	6 min	Usar el aprendizaje en intercambio, decisión o juego reducido.
Cierre	2 min	Comprobar una evidencia, recoger una respuesta y enlazar con la mejora.

Estos tiempos no son cuotas fijas. Si el grupo necesita una variante facilitadora, puede ampliarse el desarrollo y simplificarse la aplicación. Lo que no conviene eliminar es la comprobación final: incluso una pregunta breve y un último intento observado ayudan a valorar si la tarea se relacionó con el objetivo. Al revisar el vídeo, el equipo podrá comparar el tiempo planificado con el tiempo efectivo de actividad.

2.9. Metodologías y estilos de enseñanza

La elección metodológica depende de la finalidad de cada momento. Una demostración corta seguida de ensayo puede ser eficaz para una cuestión de seguridad o para mostrar una colocación inicial. Un problema de juego reducido y una pregunta bien formulada pueden ayudar a comprender dónde enviar la pelota o cuándo avanzar a la red. La microenseñanza puede combinar ambas vías siempre que el participante disponga de tiempo para actuar y contrastar sus decisiones.

En una tarea de globo de pádel, el docente podría comenzar preguntando qué ocurre si ambas personas rivales están próximas a la red. Después de una exploración breve,

mostraría una trayectoria alta y permitiría probarla con un lanzamiento facilitado. En una nueva situación, la pareja decidiría si utiliza el globo o mantiene un envío bajo. La secuencia ofrece una razón táctica, un apoyo técnico y una oportunidad de decisión.

Conviene explicitar en la ficha qué hará el docente y qué margen de elección tendrá el participante. Una actividad denominada «descubrimiento» no lo es si todas las decisiones ya están prescritas; una tarea con instrucciones directas no impide aprender si se usa de forma breve y pertinente. El criterio es que la forma de enseñar contribuya al objetivo y al nivel de autonomía que el grupo puede asumir.

2.10. Comunicación de consignas y demostraciones

La consigna inicial debe permitir comenzar a practicar sin dudas importantes. Puede incluir el objetivo inmediato, la organización, la regla de acción y la señal de parada. Conviene decir primero lo indispensable y añadir nuevas claves cuando la observación muestre que son necesarias. En una microenseñanza breve, una explicación extensa reduce tanto la práctica como las oportunidades del docente para observar.

Las consignas técnicas funcionan mejor si se relacionan con una conducta visible. «Prepara la raqueta antes de que bote la pelota» orienta una acción más concreta que «haz bien la derecha». Para una tarea de profundidad, «envía la pelota más allá de la línea marcada y recupera la posición» une golpeo y continuidad. Las expresiones se ajustarán a la edad y experiencia del grupo, y se comprobará que los participantes han entendido antes de iniciar la actividad.

La demostración debe situarse donde todos puedan verla, mostrar el movimiento desde un ángulo útil y centrarse en una o dos claves. Puede realizarla el docente o un participante, siempre que se controle el riesgo y se evite convertir una ejecución experta en un estándar inalcanzable para principiantes. Mostrar una variante sencilla, iniciar de inmediato la práctica y volver a demostrar cuando aparezca un error común suele resultar más útil que explicar todos los detalles al inicio.

2.11. Observación, feedback y corrección

Observar no equivale a vigilar toda la pista de manera indiferenciada. La ficha debe elegir un foco compatible con el objetivo: punto de contacto, orientación del envío, recuperación de la posición, elección de golpe o participación de cada persona. El docente se situará donde pueda ver esa conducta sin interferir en los desplazamientos. En tareas simultáneas, puede recorrer estaciones con una pauta breve para no atender siempre a los mismos participantes.

El feedback útil identifica una conducta concreta y ofrece una vía de acción. «Has contactado muy cerca del cuerpo; prueba a separarte un paso y vuelve a enviar hacia la zona amplia» orienta un nuevo intento. Una pregunta puede ser más apropiada cuando se busca una decisión: «¿dónde estaban tus rivales antes del globo?». Conviene dejar tiempo para probar el cambio y observar su efecto. Acumular varias correcciones técnicas en un mismo intento dificulta saber cuál ayudó.

Si muchas personas cometen el mismo error, puede resultar más eficiente modificar la tarea que repetir correcciones individuales. Acercar la distancia, permitir un bote adicional o facilitar el lanzamiento puede aumentar las oportunidades de éxito. Una corrección no se valora solo por su precisión verbal, sino por la respuesta que produce y por si mantiene a los participantes activos.

Del error observado a una intervención breve

Observación	Posible explicación	Respuesta docente
El intercambio termina tras un solo envío.	La distancia o la velocidad de la pelota exceden el control actual.	Reducir distancia o usar pelota más lenta; comprobar si aumentan los envíos consecutivos.
Un participante monopoliza los golpes en pareja.	Las zonas de responsabilidad no están claras.	Delimitar zonas y proponer alternancia temporal; observar contactos de ambos.
Los globos quedan bajos ante rivales en la red.	La tarea prioriza golpear, pero no leer la posición rival.	Detener brevemente y preguntar por el espacio libre; reanudar con una pelota de inicio cómoda.

2.12. Seguridad, inclusión y participación

La seguridad se incorpora al diseño de cada tarea. Antes de empezar se revisan la superficie, la distancia entre parejas, el estado del material, las pelotas sueltas y el recorrido de desplazamiento. La señal de parada y el procedimiento para recoger pelotas deben ser claros. En tareas cerca de la red o de las paredes, se evitarán trayectorias y carreras que lleven a colisiones; si aparece un riesgo durante la práctica, la actividad se detiene y se reorganiza.

La inclusión exige identificar barreras concretas de acceso, participación y aprendizaje, y ofrecer ajustes sin asumir que todas las personas necesitan la misma ayuda. Puede variarse el tamaño de la zona objetivo, la velocidad o el bote de la pelota, la distancia, las reglas, el tiempo de respuesta, la distribución de roles o el modo de desplazarse. El objetivo compartido puede mantenerse aunque los apoyos sean distintos. Las necesidades individuales se acuerdan con la persona participante y con los responsables del contexto cuando corresponda.

La participación se observa, no se presupone. Contar contactos aproximados, registrar tiempos de espera o comprobar quién toma decisiones puede mostrar que una tarea aparentemente activa beneficia solo a unos pocos. Una organización inclusiva reparte oportunidades de práctica, evita eliminaciones prolongadas y permite que los participantes experimenten progreso. La seguridad y la accesibilidad se revisan de nuevo cada vez que se modifica una tarea.

2.13. Adaptación de las tareas

Adaptar consiste en cambiar una condición de práctica con una finalidad explícita. Si la pelota no llega a la zona objetivo, puede reducirse la distancia o ampliarse el blanco; si todos aciertan sin esfuerzo, se puede introducir una elección espacial o una oposición limitada. En ambos casos debe mantenerse reconocible el aprendizaje buscado. Cambiar al mismo tiempo pelota, distancia, reglas y agrupamiento impide saber qué modificación produjo la mejora.

La ficha de tarea incluirá una variante facilitadora y una de progresión. La primera reduce una barrera sin eliminar el contenido; la segunda aumenta la demanda cuando el grupo está preparado. En una salida de pared de pádel, puede comenzarse con un lanzamiento predecible y tiempo amplio para situarse, avanzar hacia un rebote menos regular y terminar con una decisión posterior al golpe. Si el grupo aún no interpreta el rebote, pedir velocidad adicional no constituye una progresión útil.

El equipo puede registrar cada ajuste con cuatro datos: dificultad observada, cambio introducido, respuesta del grupo y decisión siguiente. Ese registro evita describir la adaptación como una ocurrencia aislada y facilita comparar la primera y la segunda intervención. En situaciones de diversidad funcional, la persona participante debe poder señalar qué condiciones facilitan su actuación; la adaptación se valida en la práctica, no solo en el papel.

2.14. Evaluación del aprendizaje durante la microenseñanza

Una intervención breve permite recoger indicios de aprendizaje, no emitir juicios definitivos sobre el dominio de una habilidad. Antes de impartirla, conviene decidir qué conducta se observará y en qué momento aparecerá. El cierre puede repetir una situación inicial, plantear un reto equivalente o formular una pregunta vinculada a la decisión practicada. La evidencia resulta más útil cuando combina el resultado del golpe con el contexto en que se produjo.

En una microenseñanza sobre dirección de la derecha, se podría registrar cuántos intentos llegan a una zona amplia y si el participante ajusta su posición tras el golpe. En una sobre cooperación en pádel, puede observarse si ambos miembros de la pareja se comunican y ocupan espacios complementarios durante varios intercambios. Los criterios han de ser pocos, visibles y compatibles con la observación simultánea de un grupo pequeño.

También se recogen evidencias de actuación docente: tiempo de explicación, claridad de la señal de cambio, distribución de participación y respuesta a un error frecuente. Estas evidencias no sustituyen a la rúbrica general Teach-Racket, sino que concretan qué se examinará en esta intervención. Después de la clase, el vídeo y las observaciones se contrastarán con el diseño para proponer una mejora comprobable en la siguiente aplicación.

2.15. Errores frecuentes en el diseño

Un error habitual es formular demasiados objetivos para una sesión corta. Si se pretende enseñar en veinte minutos derecha, revés, servicio, desplazamientos y táctica, cada contenido recibe una práctica superficial. Conviene escoger una prioridad y reservar lo demás para otras microenseñanzas. Otro problema es proponer tareas atractivas pero poco relacionadas con el objetivo: el criterio de selección debe ser qué conducta provocan y qué evidencia permiten recoger.

También son frecuentes las filas largas, las explicaciones que se repiten antes de cada intento y la ausencia de alternativas cuando la tarea no funciona. La solución no consiste en añadir más actividades al plan, sino en organizar más práctica simultánea, preparar consignas breves y prever cambios sencillos de dificultad. Si una tarea de oposición interrumpe continuamente el juego, una fase cooperativa adicional puede aportar más aprendizaje que insistir en la versión prevista.

Finalmente, algunas fichas describen lo que hará el alumnado sin precisar qué hará el docente. Se echan en falta el lugar de observación, el error prioritario, la respuesta prevista y el momento de comprobar el aprendizaje. Una planificación sólida no predice cada suceso; crea condiciones para reconocer lo que ocurre y actuar con criterio. La revisión previa por otro equipo puede detectar incoherencias antes de ocupar la pista.

2.16. Lista de comprobación previa

Antes de impartir la microenseñanza, el equipo puede utilizar las siguientes preguntas para revisar el diseño. Cuando una respuesta sea negativa, conviene modificar la ficha o explicar por qué esa decisión no se aplica al contexto.

- ¿Está definido un objetivo principal observable y alcanzable en el tiempo previsto?
- ¿Se ha descrito el grupo real, su experiencia previa y las condiciones de espacio y material?
- ¿Cada tarea cumple una función clara dentro de la progresión hacia el objetivo?
- ¿La organización permite que todas las personas practiquen y evita esperas prolongadas?
- ¿Las consignas y demostraciones son breves, comprensibles y suficientes para empezar?
- ¿Se han previsto seguridad, accesibilidad, variantes facilitadoras y progresiones?
- ¿El equipo sabe quién explica, demuestra, observa, apoya y controla el tiempo?
- ¿Se ha establecido qué conducta del participante y qué actuación docente se observarán?
- ¿Existe una comprobación final del aprendizaje y tiempo para cerrar la actividad?
- ¿Se sabe qué se modificará si la tarea resulta demasiado difícil, fácil o poco participativa?

Superar la lista no garantiza que la intervención suceda exactamente como se planeó. Su función es reducir incertidumbres evitables y dejar margen para observar y decidir. La calidad del diseño se pondrá a prueba durante la enseñanza y volverá a examinarse cuando el equipo analice la grabación y prepare la siguiente versión.

Ideas clave

- El objetivo, las tareas y las evidencias deben referirse al mismo aprendizaje.
- La técnica se enseña en relación con problemas de continuidad, dirección, posición y decisión de juego.
- El tiempo de práctica, la seguridad y la participación dependen en gran medida de la organización previa.
- Las consignas, el feedback y las adaptaciones se valoran por la respuesta que producen en el grupo.
- Una microenseñanza bien diseñada deja preparada la observación y el rediseño posterior.

Recomendaciones para el profesorado

- Pida a cada equipo que justifique la relación entre su objetivo, la tarea aplicada y la evidencia que espera observar.
- Revise una tarea con el equipo antes de la intervención para comprobar participación, tiempos y seguridad.
- Utilice el vídeo para contrastar una decisión concreta de diseño antes de plantear cambios para la segunda microenseñanza.

CAPÍTULO 3

Estructura y utilización de las fichas Teach-Racket

¿Qué encontrará el lector en este capítulo?

Este capítulo establece un lenguaje común para las veinte microenseñanzas y el banco complementario de tareas. Explica qué información contiene cada ficha, cómo funcionan los códigos y niveles, qué competencias docentes se señalan y cómo interpretar las marcas visuales. Termina con una adaptación comentada de una propuesta de pádel para mostrar el paso de la ficha de referencia a una intervención planificada para un grupo concreto.

3.1. Función de las fichas

Una ficha Teach-Racket organiza las decisiones que hacen enseñable un contenido de tenis o pádel. Reúne en un mismo lugar el objetivo, las condiciones de práctica, una secuencia de tareas, las orientaciones para intervenir y los elementos que conviene observar. Su formato común permite consultar una propuesta con rapidez y comparar diseños distintos sin tener que reconstruir la lógica de cada uno desde cero.

Las fichas cumplen tres funciones. En primer lugar, muestran ejemplos completos de planificación para que el alumnado identifique cómo se vinculan contenido, tarea y evidencia. En segundo lugar, constituyen un banco de recursos que puede combinarse y adaptarse. Por último, dejan preparada la revisión de la enseñanza mediante focos de observación y preguntas para el análisis posterior. Ninguna de estas funciones convierte la ficha en una receta: la decisión final corresponde al equipo que conoce el contexto.

El lector encontrará dos unidades diferentes. La ficha de microenseñanza describe una intervención de aproximadamente veinte minutos, con un objetivo principal y una progresión de varias tareas. La ficha breve de tarea desarrolla una actividad concreta que puede insertarse en diferentes microenseñanzas. La primera responde a «¿cómo organizaré la intervención completa?»; la segunda, a «¿cómo pondré en práctica este reto motor y cómo ajustaré su dificultad?».

3.2. Ficha completa de microenseñanza

Las veinte microenseñanzas mantienen una arquitectura de seis páginas orientativas. La extensión es un criterio editorial para facilitar la consulta; una tabla o un esquema podrá ocupar más o menos espacio cuando la claridad lo requiera. Cada ficha tendrá identidad propia, pero conservará el mismo orden de lectura para que sea fácil localizar una consigna, una variante o un foco de observación.

Lectura de la ficha completa

Página	Contenido	Pregunta que resuelve
1. Visión general	Código, título, modalidad, nivel, duración, participantes, espacio, material y reto docente.	¿Para qué contexto y con qué finalidad se propone?
2. Diseño didáctico	Contexto, objetivo, contenidos, metodología, competencia docente y evidencias.	¿Qué aprenderán los participantes y qué practicará el equipo docente?
3–4. Secuencia	Fases, tareas enlazadas, tiempos, organización, consignas, errores y variantes.	¿Qué ocurrirá durante la intervención?
5. Intervención docente	Preparación, posiciones de observación, preguntas, correcciones y contingencias.	¿Qué hará quien enseña ante lo que observe?
6. Observación y mejora	Focos del vídeo, adaptaciones, evidencia, acción de mejora y transferencia.	¿Cómo se analizará y rediseñará la propuesta?

La primera página sitúa el reto profesional mediante una pregunta breve y ofrece los datos necesarios para decidir si la ficha es pertinente. En la segunda se explica la relación entre los aprendizajes esperados y las decisiones docentes. Los objetivos deben ser observables y caber en la intervención; las evidencias describen conductas que permitirán comprobarlos. Las páginas centrales constituyen el guion de práctica. Cada tarea resume su organización y desarrollo y remite, cuando proceda, a la ficha breve correspondiente.

La quinta página no repite la secuencia: ayuda a impartirla. Indica qué preparar antes, dónde colocarse, qué observar, cuándo formular una pregunta y qué respuestas pueden darse a errores previsibles. La sexta propone una mirada posterior. Sus focos de vídeo y su cuadro de mejora enlazan la microenseñanza con el ciclo DEOAM sin reproducir los instrumentos completos del volumen I. La comparación de evidencias y la elaboración del portafolio tendrán un desarrollo específico en el volumen III.

En todas las fichas se distinguirá la propuesta de referencia de los campos que el equipo debe completar o modificar. Por ejemplo, «doce participantes» describe una condición modelo, mientras el registro de adaptación explicará cómo se reorganiza la práctica si acuden dieciséis. Esta distinción evita que una ficha parezca válida con independencia del contexto.

3.3. Ficha breve de tarea

La ficha breve se concibe como una unidad de consulta rápida, preferentemente de una página. Identifica modalidad, categoría, nivel, finalidad, duración orientativa, participantes, material y espacio. Su núcleo describe la organización inicial, el desarrollo, una representación espacial sencilla, las consignas, el criterio de éxito y el papel del docente. Cierra con el error frecuente, una variante facilitadora, una progresión, una

adaptación inclusiva, la medida de seguridad y las microenseñanzas a las que puede contribuir.

Una tarea puede servir a objetivos distintos. Un intercambio cooperativo de derecha puede iniciar la familiarización de un grupo, facilitar la observación del punto de contacto o preparar una decisión de dirección. La ficha breve describe su funcionamiento y sus posibilidades; la microenseñanza concreta qué uso se hará de ella. Por ello, las páginas 3 y 4 de la ficha completa incluirán un resumen operativo y un código que remita al desarrollo detallado en el banco de tareas.

La representación gráfica debe explicar quién se mueve, por dónde circula la pelota y dónde se sitúa el docente. No necesita reproducir una pista a escala ni sustituir las instrucciones escritas. Las flechas, zonas y símbolos se acompañarán de una leyenda. En caso de que una actividad requiera varias fases o una distribución compleja, podrá ocupar una segunda página; la prioridad será que el lector entienda la tarea sin adivinar el recorrido.

El criterio de éxito debe referirse a la actividad descrita. «Realizar correctamente» aporta poca información; «mantener tres envíos cooperativos hacia una zona amplia» permite observar la continuidad. La variante facilitadora modificará una condición para crear más oportunidades de éxito, mientras la de progresión introducirá un reto adicional cuando el grupo esté preparado. Ambas conservarán el objetivo de la tarea o explicarán expresamente si este cambia.

3.4. Sistema de codificación

Cada microenseñanza y cada tarea tendrá un identificador breve y único. Las primeras tres letras indican la modalidad: TEN para tenis y PAD para pádel. La letra M identifica una microenseñanza completa y la T una tarea breve. El número de dos cifras distingue las fichas dentro de cada grupo. Así, TEN-M02 designa la segunda microenseñanza de tenis y PAD-T07, la séptima tarea de pádel.

Convención de códigos del volumen II

Patrón	Significado	Ejemplo
TEN-M##	Microenseñanza completa de tenis.	TEN-M02: golpe de derecha.
PAD-M##	Microenseñanza completa de pádel.	PAD-M06: globo.
TEN-T##	Tarea breve de tenis.	TEN-T03: tercera tarea del banco de tenis.
PAD-T##	Tarea breve de pádel.	PAD-T07: séptima tarea del banco de pádel.

El número indica el orden de consulta dentro del banco, no una dificultad universal ni una obligación de impartir las tareas en esa secuencia. Una microenseñanza puede remitir a varias fichas breves —por ejemplo, PAD-T04 → PAD-T09 → PAD-T16— una vez fijada

la numeración definitiva del capítulo 6. Para evitar referencias ambiguas, cada código se asignará una sola vez y se mantendrá estable en el índice, las fichas y los anexos.

Cuando un equipo modifique una tarea para su propio contexto, conservará el código de origen en su registro de planificación y añadirá una descripción del cambio. Si crea una actividad nueva, la documentará en la plantilla de los anexos; no se le atribuirá un número oficial del banco sin revisar antes el catálogo. De esta manera pueden rastrearse las decisiones sin confundir la propuesta publicada con la versión aplicada.

3.5. Competencias docentes prioritarias

Cada microenseñanza señala una o dos competencias docentes prioritarias para orientar la observación. Ello no significa que las demás desaparezcan: en toda intervención se planifica, comunica, organiza y cuida la seguridad. La prioridad simplemente delimita qué actuación merece atención especial en el diseño, durante la grabación y en la reflexión posterior.

Competencias y conductas que pueden observarse

Competencia	**Conducta docente observable**
Planificación	Relaciona objetivo, tareas, tiempos y evidencia de aprendizaje.
Comunicación y demostración	Da consignas comprensibles y muestra una ejecución visible y pertinente.
Organización y tiempo	Distribuye espacio, material y roles; mantiene oportunidades de práctica.
Observación y feedback	Detecta una conducta relevante y ofrece una respuesta que puede probarse.
Adaptación e inclusión	Modifica condiciones de práctica y comprueba participación y seguridad.
Evaluación y reflexión	Recoge indicios, los contrasta con el objetivo y concreta una mejora.

La competencia prioritaria se formula como un foco de aprendizaje del equipo, no como una etiqueta de calidad. Una ficha sobre volea puede destacar la organización del espacio por la proximidad a la red; otra sobre revés puede enfatizar la observación y la corrección. El equipo añadirá un indicador específico para su intervención: por ejemplo, «las consignas iniciales permiten que todas las parejas comiencen sin solicitar una segunda explicación».

La rúbrica y el Sistema Integrado de Evaluación Teach-Racket (SIET) del volumen I ofrecen el marco completo de valoración. Los focos de las fichas sirven para seleccionar evidencias pertinentes y formular preguntas de mejora. No introducen una escala nueva ni reemplazan los criterios de evaluación de la asignatura.

3.6. Niveles de dificultad

El nivel de una ficha expresa los conocimientos y el control motor que presupone su versión de referencia. No califica a una persona ni predice cuánto tardará en aprender. Se utilizarán tres niveles orientativos: inicial, cuando se requiere familiarización y control básico de la pelota; en desarrollo, cuando el grupo ya puede sostener algunos intercambios y aplicar consignas sencillas; y de aplicación, cuando es viable introducir elecciones de dirección, posición u oposición limitada.

Estos niveles se asignarán de forma independiente a tenis y pádel. Tener experiencia en una modalidad puede facilitar algunos aprendizajes, pero no equivale automáticamente a dominar reglas, espacios o rebotes de la otra. Una ficha de salida de pared puede ser inicial en cuanto a su contenido y, aun así, requerir un control previo del bote para poder aplicarse de manera segura y útil. La cabecera indicará los prerrequisitos concretos en lugar de depender solo del rótulo de nivel.

El nivel se ajusta mediante las variables de tarea: distancia, velocidad de pelota, tamaño del objetivo, número de botes, previsibilidad del envío, cooperación y grado de oposición. Una variante facilitadora debe permitir practicar el mismo problema con menos barreras. Una progresión añade una demanda identificable. Si el grupo no alcanza el criterio de éxito, el docente reducirá la exigencia antes de atribuir la dificultad a una supuesta falta de capacidad de los participantes.

3.7. Tipología de las tareas

Las fichas breves se agruparán por finalidad, con independencia del golpe al que se apliquen. Las tareas de familiarización y control favorecen el contacto inicial con raqueta, pelota y espacio. Las de cooperación persiguen continuidad con otra persona. Las de oposición limitada introducen una dificultad controlada. Los juegos modificados permiten resolver problemas tácticos sin imponer desde el comienzo toda la complejidad reglamentaria.

Además, el banco identificará tareas de precisión y dirección, desplazamiento y recuperación, servicio y resto, juego de red, trayectorias altas, estaciones y retos para grupos numerosos. Estas categorías no son compartimentos cerrados: una tarea de globo puede ser cooperativa, trabajar profundidad y terminar con una decisión frente a la pareja rival. La ficha mostrará una categoría principal y, cuando ayude a buscarla, palabras clave secundarias.

La selección partirá de la pregunta didáctica. Si el grupo necesita aumentar los contactos, resulta lógico consultar control y cooperación; si ya sostiene intercambios pero envía siempre a la misma zona, conviene acudir a dirección o juego modificado. El tipo de tarea no debe elegirse solo por variedad. Su función dentro de la secuencia ha de poder explicarse en una frase.

3.8. Sistema de iconos

El sistema visual ayudará a localizar información repetida sin sustituir el texto. Azul identificará los datos y decisiones didácticas; naranja, las orientaciones de intervención y feedback; verde, la observación, adaptación y mejora; gris claro, la información organizativa. La misma función conservará el mismo color en tenis y en pádel. La identidad cromática se mantendrá relacionada con los elementos gráficos del volumen I.

Se prevén marcas para objetivo, tiempo, participantes, material, espacio, organización, seguridad, adaptación, observación, vídeo y mejora. Cada marca irá acompañada de una palabra o abreviatura legible en la primera aparición y en las plantillas. Así, quien imprima en escala de grises o utilice una copia digital sin distinguir bien los colores podrá interpretar igualmente el contenido. La leyenda definitiva se incorporará a los elementos preliminares y se repetirá en la guía rápida de los anexos.

Las marcas se emplearán con moderación. Un icono junto a «Material» evita buscar ese dato en un párrafo; una sucesión de símbolos sin jerarquía dificultaría la lectura. La representación central de una tarea utilizará una leyenda específica para participantes, desplazamientos, trayectoria de la pelota y zonas objetivo, sin depender de que una flecha o un color se interpreten por intuición.

3.9. Adaptación de una ficha al contexto real

Antes de impartir una ficha, el equipo completará cuatro decisiones: a quién va dirigida, qué objetivo principal conserva o modifica, cómo reorganiza las tareas con los recursos reales y qué evidencia comprobará. Después contrastará tiempos, roles, seguridad y participación. Adaptar no exige cambiar todos los campos: cuando una propuesta ya responde al contexto, se mantiene y se explica por qué.

Si cambia el número de participantes, conviene recalcular las oportunidades de práctica. Una tarea prevista para seis personas puede necesitar estaciones paralelas o parejas con alternancia breve si participan doce. Si se reduce el espacio, no basta con acercar las líneas: hay que comprobar trayectorias, desplazamientos y cruces. Si el nivel técnico difiere del supuesto, una pelota más lenta o un envío inicial facilitado puede preservar el problema de juego mientras aumenta el éxito.

El registro de adaptaciones anotará la condición original, el cambio previsto, su motivo y la respuesta observada. Durante la intervención se pueden introducir modificaciones adicionales; después se distinguirá entre lo que estaba planeado y lo que surgió al observar el grupo. Esta información alimenta el análisis del vídeo y el rediseño de la segunda aplicación.

Preguntas para revisar la adaptación antes de entrar en pista

Decisión	Comprobación breve
Objetivo	¿Sigue siendo observable y alcanzable con este grupo y este tiempo?
Tareas	¿Cada participante tendrá oportunidades suficientes de practicar?
Espacio y material	¿Son seguros los desplazamientos y viable la organización con lo disponible?
Apoyos	¿Las variantes permiten participar sin perder la finalidad de aprendizaje?
Evidencias	¿Se sabe qué observar y en qué momento de la intervención?

3.10. Ejemplo comentado de utilización

El siguiente caso muestra cómo puede utilizarse una ficha antes de que el banco completo esté redactado. El equipo recibe el contenido «globo de pádel» y consulta la futura PAD-M06. La versión de referencia plantea una microenseñanza para principiantes que controlan algunos golpeos de fondo, con aproximadamente veinte minutos de pista. Su objetivo es reconocer una situación favorable para enviar una pelota alta y profunda cuando los rivales se sitúan cerca de la red.

El contexto real difiere del previsto: doce estudiantes, una pista, pocas pelotas disponibles y niveles de experiencia desiguales. Si el equipo reprodujera una única fila, una parte del grupo esperaría mientras otra golpea. Por ello, dispone dos parejas dentro de la pista y establece rotaciones cortas; las otras parejas observan una decisión concreta y preparan su siguiente turno. Solo se habilita una tarea de control fuera de la pista si existe un espacio adicional seguro. El equipo reconoce que una sola pista limita el tiempo de golpeo de cada participante y ajusta el objetivo de la sesión a esa condición. Antes de comenzar verifica que las trayectorias altas y los desplazamientos de las parejas activas no generen cruces peligrosos.

Adaptación ilustrativa de la microenseñanza PAD-M06

Fase	Tiempo	Decisión del equipo
Presentación	2 min	Plantear el problema: rivales en la red. Mostrar la zona profunda y la señal de parada.
Control de trayectoria	4 min	Ensayar altura y profundidad con lanzamiento facilitado y una zona objetivo amplia.
Elección sencilla	6 min	Alternar dos posiciones rivales reconocibles; elegir entre globo y envío de continuidad.
Aplicación	6 min	Jugar puntos reducidos con inicio facilitado y observar cuándo se elige el globo.
Cierre	2 min	Repetir una decisión, preguntar por su motivo y cerrar.

En esta adaptación, la consigna principal es «observa la posición de la pareja rival; si está cerca de la red y tienes tiempo, busca altura y profundidad». El equipo evita prometer que todo globo será una buena elección: si la pelota llega incómoda o los rivales están al fondo, puede convenir otro envío. El criterio de éxito combina la lectura de la situación con una trayectoria útil, no solo el hecho de superar la red.

La competencia docente prioritaria es enseñar mediante una situación táctica. Para observarla, el equipo registra si sus preguntas orientan la atención hacia la posición rival y si concede tiempo para volver a probar la decisión. En el aprendizaje de los participantes busca varios episodios en los que una elección de globo se corresponda con una oportunidad reconocible. La grabación permitirá localizar un momento de explicación, uno de ajuste de tarea y uno de juego reducido.

Durante la primera aplicación, el equipo podría comprobar que las pelotas salen demasiado bajas. Antes de añadir más correcciones técnicas, reduce la presión del inicio y amplía la zona de caída. Anota el cambio, observa si aparecen trayectorias altas y mantiene o modifica la variante. En la revisión posterior comparará la planificación, los episodios grabados y las respuestas del grupo para decidir qué conservar y qué ensayar en una segunda intervención. El ejemplo ilustra el uso de la ficha como guía de decisiones, no como demostración de eficacia de una tarea aún no aplicada.

Ideas clave

- La microenseñanza reúne una intervención completa; la ficha breve desarrolla una tarea reutilizable.
- Los códigos identifican modalidad y tipo de ficha, pero su número no obliga a seguir una secuencia.
- Los niveles, categorías e iconos ayudan a localizar propuestas y requieren una leyenda y prerrequisitos claros.
- La competencia docente prioritaria delimita un foco de observación sin sustituir la rúbrica Teach-Racket.
- Una ficha se convierte en planificación cuando el equipo la adapta y justifica sus decisiones para un grupo real.

Recomendaciones para el profesorado

- Explique la diferencia entre ficha de referencia y versión adaptada antes de asignar microenseñanzas.
- Pida a los equipos que justifiquen una modificación de tarea y anticipen qué evidencia mostraría si funcionó.
- Compruebe que los códigos, símbolos y nombres se mantienen iguales en las fichas y en los anexos.

CAPÍTULO 4

Banco de microenseñanzas de tenis

¿Qué encontrará el lector en este capítulo?

Diez propuestas completas de iniciación al tenis, identificadas como TEN-M01 a TEN-M10. Cada una plantea un aprendizaje motor y un reto para quien enseña, organiza una intervención de aproximadamente veinte minutos y prepara su observación y mejora. Las condiciones de participantes, material y espacio son referencias que deben adaptarse antes de entrar en pista.

Las fichas avanzan del control inicial hacia los golpes básicos, el inicio del punto, la continuidad, el juego de red y las primeras decisiones tácticas. La numeración facilita su consulta, pero no obliga a impartirlas en ese orden. Cada equipo debe comprobar los prerrequisitos y elegir una variante que haga viable la práctica con su grupo real.

Recorrido del capítulo

Ficha	Contenido principal	Nivel
TEN-M01	Familiarización con raqueta y pelota	Inicial
TEN-M02	Golpe de derecha para dar continuidad	Inicial
TEN-M03	Golpe de revés para sostener el intercambio	Inicial
TEN-M04	Servicio de iniciación	Inicial
TEN-M05	Resto para iniciar el intercambio	En desarrollo
TEN-M06	Continuidad del peloteo desde el fondo	En desarrollo
TEN-M07	Dirección y profundidad de los golpes de fondo	En desarrollo
TEN-M08	Volea de iniciación cerca de la red	En desarrollo
TEN-M09	Desplazamiento y recuperación tras el golpe	En desarrollo
TEN-M10	Juego reducido y primeras decisiones tácticas	De aplicación

Los códigos TEN-T01 a TEN-T30 identifican tareas de este capítulo para su desarrollo posterior en el banco breve del capítulo 6. Las descripciones incluidas aquí permiten impartir las microenseñanzas de forma autónoma. Al elaborar aquel banco, se conservarán los mismos códigos y nombres para que las remisiones sean inequívocas.

4.1. TEN-M01 Familiarización con raqueta y pelota

Visión general

Reto docente. ¿Cómo lograr que todas las personas contacten muchas veces con la pelota sin convertir la iniciación en una fila de espera?

Dato	Versión de referencia
Modalidad y nivel	Tenis · Inicial
Duración y participantes	20 minutos · 12 participantes en parejas
Espacio y material	Doce participantes en tres espacios delimitados de media pista; parejas que alternan envío y observación. Pelotas de baja presión, una raqueta por persona, conos y recipientes para recoger pelotas. La propuesta funciona también sin red en una zona plana delimitada.
Prerrequisito	Ninguno; se explora el espacio y el material antes de exigir un golpe reglado.

La propuesta focaliza un aprendizaje que puede observarse durante una intervención breve. Antes de aplicarla, el equipo docente revisará el número real de participantes, la disponibilidad de pistas y la experiencia previa; esos cambios se registrarán sin alterar el código de la ficha original.

Condición que conviene preservar. La práctica debe permitir ensayos repetidos y una comprobación observable del objetivo sin que las esperas o la complejidad de las reglas oculten el aprendizaje.

Las cantidades de contactos y los tiempos son criterios orientativos de trabajo. Su función es dar suficientes oportunidades de ensayo y comprobar si la práctica se mantiene activa, no clasificar a los participantes.

TEN-M01 Diseño didáctico

Contexto de aplicación. Doce participantes en tres espacios delimitados de media pista; parejas que alternan envío y observación. Pelotas de baja presión, una raqueta por persona, conos y recipientes para recoger pelotas. La propuesta funciona también sin red en una zona plana delimitada.

Objetivo principal. Controlar la pelota con la raqueta y dirigir al menos dos envíos sucesivos hacia una zona amplia, ajustando fuerza y orientación antes de pasar al intercambio.

Contenidos. Relación raqueta-pelota; bote y trayectoria; posición de espera; orientación de la cara de la raqueta y regulación de la fuerza.

Competencia docente prioritaria. Organización y tiempo; adaptación e inclusión.

Evidencia esperada del aprendizaje. Cada participante realiza intentos frecuentes, ajusta el envío tras observar el bote y explica qué cambio le permitió aumentar el control.

Metodología. Una demostración breve presenta la condición de seguridad o el gesto inicial. Después se alternan ensayos facilitados, una tarea focalizada y una situación de aplicación. El docente pregunta por lo observado antes de añadir una nueva consigna.

Consigna central. «Mira el bote, coloca la raqueta delante y empuja suave hacia el espacio libre.»

El objetivo se comprobará en varios intentos y con una dificultad razonable para cada pareja. La ejecución no se interpretará de forma aislada del envío recibido, la distancia ni la ayuda utilizada. El equipo decidirá antes de comenzar qué participante observará cada docente durante la fase central.

Fase	Tiempo	Propósito
Inicio	2 min	Presentar el problema, espacio y señal de parada.
Control	4 min	Crear condiciones de éxito y observar la respuesta inicial.
Desarrollo	6 min	Practicar el aprendizaje prioritario y ajustar una variable.
Aplicación	6 min	Utilizarlo con mayor continuidad o decisión.
Cierre	2 min	Comprobar una evidencia y formular una mejora.

TEN-M01 Secuencia de tareas I

Preparación y organización. Tres zonas paralelas separadas y señalizadas; cada pareja dispone de dos pelotas. Se evita que dos personas golpeen en sentidos opuestos por el mismo carril.

Inicio · 2 min. Plantear el reto en una frase, señalar la zona activa y la de espera, enseñar la señal de parada y realizar una demostración de un intento. Todas las parejas comienzan en paralelo tras comprobar que entienden el cambio de roles.

Control · 4 min. Bote y parada (TEN-T01)

Cada persona deja botar una pelota, la acompaña con la raqueta y la detiene dentro de un aro o zona ancha. Cinco intentos y cambio de mano de recogida; la raqueta permanece en la mano dominante. Se cuentan contactos controlados, no la velocidad.

Variante facilitadora. Acercar el aro y permitir atrapar la pelota tras el bote.

Progresión. Conseguir dos botes controlados antes de detenerla.

Desarrollo · 6 min. Envío a puerta ancha (TEN-T02)

En parejas, una persona deja caer la pelota y la impulsa con un golpe corto hacia una puerta de conos a pocos metros; la otra recoge detrás de la puerta y devuelve por el lateral. Tras cinco envíos intercambian roles. La zona de recogida queda fuera del carril de golpeo.

Variante facilitadora. Ampliar la puerta y sustituir el golpe por una pelota apoyada en la raqueta.

Progresión. Reducir la puerta o pedir que el envío bote antes de cruzarla.

Durante las series, quien enseña observa una pareja durante unos segundos, ofrece una sola indicación que pueda probarse de inmediato y sigue a otra. Si se interrumpe la práctica para una explicación común, la consigna debe responder a una dificultad compartida y durar lo mínimo necesario.

TEN-M01 Secuencia de tareas II

Aplicación · 6 min. Intercambio con bote libre (TEN-T03)

Las parejas se colocan frente a frente a distancia corta. Se permite un bote adicional y un contacto de control antes de enviar. El reto es conseguir tres envíos seguidos, reiniciando sin eliminar a nadie; cada pareja anota su mejor secuencia.

Variante facilitadora. Lanzar con la mano el primer envío y acortar la distancia.

Progresión. Limitar a un bote y un golpe por turno cuando exista continuidad.

Cierre · 2 min

Se repite un intento comparable al comienzo o se observa una secuencia breve. Cada pareja comunica una evidencia relacionada con el objetivo y una condición que facilitó o dificultó su logro. El equipo docente recoge una respuesta concreta para contrastarla con la grabación.

Pregunta de cierre. ¿Qué ajuste de distancia, fuerza o bote permitió sostener más envíos?

Si cambia el grupo o el espacio

Con menos participantes se amplían los turnos de práctica sin aumentar necesariamente la dificultad. Con más participantes se duplican carriles solo si hay separación segura; en caso contrario se establecen rotaciones cortas de práctica y observación con un indicador concreto. La persona observadora no permanece en la trayectoria de una pelota ni de una raqueta.

Cuando la tarea de aplicación resulte demasiado exigente, se recupera una de las ayudas propuestas sin abandonar el objetivo principal. Si resulta demasiado fácil, se modifica una sola condición, como la distancia, la incertidumbre del envío o el tamaño del blanco. El equipo anota la modificación y comprueba su efecto en la siguiente serie.

Momento de decisión	Acción
Poca continuidad	Reducir la velocidad o distancia y mantener el mismo problema de aprendizaje.
Esperas prolongadas	Acortar turnos o abrir una estación segura de práctica simultánea.
Éxito estable	Aplicar la progresión prevista y comprobar si se conserva la participación.

TEN-M01 Intervención docente

Antes de empezar. Verificar superficie y material, colocar marcas y pelotas, comprobar distancias entre carriles y asignar quién explica, demuestra, observa, registra el tiempo y organiza las rotaciones. Tres zonas paralelas separadas y señalizadas; cada pareja dispone de dos pelotas. Se evita que dos personas golpeen en sentidos opuestos por el mismo carril.

Dónde observar. Registrar si se reduce el tiempo de espera y si ambas personas de cada pareja realizan un número parecido de envíos.

Error frecuente. Golpes demasiado fuertes que alejan la pelota y provocan recogidas largas.

Respuesta docente posible. Pedir un golpe más corto y colocar una zona objetivo más próxima; observar si aumentan los contactos útiles.

Adaptación para participar. Ofrecer pelotas de distinta velocidad y distancias acordadas con cada pareja; permitir una sujeción de raqueta cómoda sin imponer una empuñadura única.

Seguridad. Parar todos los golpes antes de recoger pelotas dispersas; no invadir el carril de otra pareja.

Pauta breve de feedback

Describir primero la conducta observada, proponer o preguntar por un único cambio y dejar que la persona lo pruebe. Una respuesta útil puede dirigirse a la tarea, por ejemplo a la distancia o a la velocidad de la pelota, cuando varias personas encuentran la misma dificultad. El equipo comprobará después si el ajuste tuvo el efecto buscado.

Contingencia

Si el lanzamiento del compañero impide practicar el objetivo, se estabiliza temporalmente el inicio de la tarea. Si una pelota invade otro carril o hay riesgo de choque, se detienen todas las parejas afectadas antes de reorganizar. Las decisiones se anotan para distinguir el plan de lo que realmente se aplicó.

TEN-M01 Observación y mejora

Focos para revisar el vídeo

Foco	Evidencia que conviene localizar
Aprendizaje	Cada participante realiza intentos frecuentes, ajusta el envío tras observar el bote y explica qué cambio le permitió aumentar el control.
Actuación docente	Registrar si se reduce el tiempo de espera y si ambas personas de cada pareja realizan un número parecido de envíos.
Participación	Tiempo de espera, distribución de turnos y respuestas tras un ajuste.
Seguridad y acceso	Parar todos los golpes antes de recoger pelotas dispersas; no invadir el carril de otra pareja.

Registro de una decisión

Dato	Anotación tras la intervención
Situación	Momento o intento en que apareció la dificultad.
Cambio aplicado	Pedir un golpe más corto y colocar una zona objetivo más próxima; observar si aumentan los contactos útiles.
Respuesta observada	Describir qué ocurrió en los intentos siguientes, sin inferir dominio definitivo.
Siguiente versión	Si la espera supera el tiempo de práctica, ampliar estaciones o reducir el número de pelotas en circulación por carril.

Preguntas para el análisis. ¿Qué ajuste de distancia, fuerza o bote permitió sostener más envíos? ¿Qué muestra el vídeo sobre la competencia docente prioritaria? ¿Qué cambiaríamos en una segunda aplicación y qué evidencia permitiría valorar ese cambio?

Transferencia. La tarea puede utilizarse en otra edad o instalación si se revisan lenguaje, duración, reglas, material, seguridad y accesibilidad. El código identifica la propuesta publicada; las modificaciones del equipo se registran junto a ella.

4.2. TEN-M02 Golpe de derecha para dar continuidad

Visión general

Reto docente. ¿Cómo presentar una derecha funcional sin saturar al principiante con una lista de posiciones técnicas?

Dato	Versión de referencia
Modalidad y nivel	Tenis · Inicial
Duración y participantes	20 minutos · 12 participantes en parejas
Espacio y material	Doce participantes, tres zonas de media pista, parejas con un lanzador y un receptor. Una raqueta por golpeador, pelotas de baja presión y zonas amplias marcadas; rotación tras cinco intentos.
Prerrequisito	TEN-M01 o control básico del bote y del envío hacia una zona amplia.

La propuesta focaliza un aprendizaje que puede observarse durante una intervención breve. Antes de aplicarla, el equipo docente revisará el número real de participantes, la disponibilidad de pistas y la experiencia previa; esos cambios se registrarán sin alterar el código de la ficha original.

Condición que conviene preservar. La práctica debe permitir ensayos repetidos y una comprobación observable del objetivo sin que las esperas o la complejidad de las reglas oculten el aprendizaje.

Las cantidades de contactos y los tiempos son criterios orientativos de trabajo. Su función es dar suficientes oportunidades de ensayo y comprobar si la práctica se mantiene activa, no clasificar a los participantes.

TEN-M02 Diseño didáctico

Contexto de aplicación. Doce participantes, tres zonas de media pista, parejas con un lanzador y un receptor. Una raqueta por golpeador, pelotas de baja presión y zonas amplias marcadas; rotación tras cinco intentos.

Objetivo principal. Prepararse antes del bote y enviar con la derecha una pelota cómoda hacia una zona amplia, recuperando después una posición de espera.

Contenidos. Lectura del bote; orientación lateral cómoda; punto de contacto delante del cuerpo; terminación natural y recuperación.

Competencia docente prioritaria. Comunicación y demostración; observación y feedback.

Evidencia esperada del aprendizaje. En varios intentos el participante prepara la raqueta antes del bote y dirige la pelota hacia la zona acordada; el equipo docente identifica una conducta concreta para ajustar.

Metodología. Una demostración breve presenta la condición de seguridad o el gesto inicial. Después se alternan ensayos facilitados, una tarea focalizada y una situación de aplicación. El docente pregunta por lo observado antes de añadir una nueva consigna.

Consigna central. «Prepara antes del bote, deja espacio para la pelota y envía hacia la zona grande.»

El objetivo se comprobará en varios intentos y con una dificultad razonable para cada pareja. La ejecución no se interpretará de forma aislada del envío recibido, la distancia ni la ayuda utilizada. El equipo decidirá antes de comenzar qué participante observará cada docente durante la fase central.

Fase	Tiempo	Propósito
Inicio	2 min	Presentar el problema, espacio y señal de parada.
Control	4 min	Crear condiciones de éxito y observar la respuesta inicial.
Desarrollo	6 min	Practicar el aprendizaje prioritario y ajustar una variable.
Aplicación	6 min	Utilizarlo con mayor continuidad o decisión.
Cierre	2 min	Comprobar una evidencia y formular una mejora.

TEN-M02 Secuencia de tareas I

Preparación y organización. Carriles amplios paralelos con lanzamientos desde una distancia corta. El receptor recoge por fuera del carril y cambia de rol cada cinco pelotas.

Inicio · 2 min. Plantear el reto en una frase, señalar la zona activa y la de espera, enseñar la señal de parada y realizar una demostración de un intento. Todas las parejas comienzan en paralelo tras comprobar que entienden el cambio de roles.

Control · 4 min. Preparación ante bote predecible (TEN-T04)

El compañero lanza con la mano una pelota suave hacia la derecha. El golpeador señala el bote, prepara la raqueta antes de que llegue y deja botar sin golpear en el primer intento; después realiza el golpe hacia un espacio libre. Alternan en series de cinco.

Variante facilitadora. Reducir la distancia del lanzamiento y dejar que la pelota bote dos veces.

Progresión. Variar ligeramente la profundidad del lanzamiento, manteniendo su ritmo lento.

Desarrollo · 6 min. Derecha hacia zona amplia (TEN-T05)

Ante un lanzamiento facilitado, el golpeador envía de derecha hacia una zona de varios metros y vuelve a su marca de espera. El compañero recoge al terminar la serie; un observador de la pareja comprueba preparación y dirección, sin puntuar el estilo.

Variante facilitadora. Ampliar la zona y usar pelota más lenta.

Progresión. Acortar la zona objetivo sin aumentar la velocidad del lanzamiento.

Durante las series, quien enseña observa una pareja durante unos segundos, ofrece una sola indicación que pueda probarse de inmediato y sigue a otra. Si se interrumpe la práctica para una explicación común, la consigna debe responder a una dificultad compartida y durar lo mínimo necesario.

TEN-M02 Secuencia de tareas II

Aplicación · 6 min. Peloteo cooperativo de derecha (TEN-T06)

Dos participantes intercambian de derecha en media pista. Pueden detener y reiniciar con lanzamiento manual cuando el intercambio se rompe. Buscan tres envíos consecutivos y anotan qué distancia les permite lograrlo.

Variante facilitadora. Permitir un segundo bote y acercar a la pareja.

Progresión. Mantener el peloteo con un bote y recuperar la marca de espera tras cada envío.

Cierre · 2 min

Se repite un intento comparable al comienzo o se observa una secuencia breve. Cada pareja comunica una evidencia relacionada con el objetivo y una condición que facilitó o dificultó su logro. El equipo docente recoge una respuesta concreta para contrastarla con la grabación.

Pregunta de cierre. ¿Llegó la preparación antes del bote y aumentó la continuidad cuando ajustamos la distancia?

Si cambia el grupo o el espacio

Con menos participantes se amplían los turnos de práctica sin aumentar necesariamente la dificultad. Con más participantes se duplican carriles solo si hay separación segura; en caso contrario se establecen rotaciones cortas de práctica y observación con un indicador concreto. La persona observadora no permanece en la trayectoria de una pelota ni de una raqueta.

Cuando la tarea de aplicación resulte demasiado exigente, se recupera una de las ayudas propuestas sin abandonar el objetivo principal. Si resulta demasiado fácil, se modifica una sola condición, como la distancia, la incertidumbre del envío o el tamaño del blanco. El equipo anota la modificación y comprueba su efecto en la siguiente serie.

Momento de decisión	Acción
Poca continuidad	Reducir la velocidad o distancia y mantener el mismo problema de aprendizaje.
Esperas prolongadas	Acortar turnos o abrir una estación segura de práctica simultánea.
Éxito estable	Aplicar la progresión prevista y comprobar si se conserva la participación.

TEN-M02 Intervención docente

Antes de empezar. Verificar superficie y material, colocar marcas y pelotas, comprobar distancias entre carriles y asignar quién explica, demuestra, observa, registra el tiempo y organiza las rotaciones. Carriles amplios paralelos con lanzamientos desde una distancia corta. El receptor recoge por fuera del carril y cambia de rol cada cinco pelotas.

Dónde observar. Mirar a una pareja cada vez: momento de preparación, distancia de contacto y recuperación; contar oportunidades reales de golpeo.

Error frecuente. Esperar inmóvil al bote y golpear con la pelota demasiado cerca del cuerpo.

Respuesta docente posible. Detener una pareja, señalar una marca lateral de colocación y ensayar un lanzamiento más lento; comprobar el siguiente intento.

Adaptación para participar. Ajustar el lanzamiento y permitir dos botes o un blanco mayor; acordar la altura de llegada más cómoda para quien golpea.

Seguridad. Mantener a lanzadores y recogedores fuera de la trayectoria de la raqueta y detener el carril antes de entrar a por pelotas.

Pauta breve de feedback

Describir primero la conducta observada, proponer o preguntar por un único cambio y dejar que la persona lo pruebe. Una respuesta útil puede dirigirse a la tarea, por ejemplo a la distancia o a la velocidad de la pelota, cuando varias personas encuentran la misma dificultad. El equipo comprobará después si el ajuste tuvo el efecto buscado.

Contingencia

Si el lanzamiento del compañero impide practicar el objetivo, se estabiliza temporalmente el inicio de la tarea. Si una pelota invade otro carril o hay riesgo de choque, se detienen todas las parejas afectadas antes de reorganizar. Las decisiones se anotan para distinguir el plan de lo que realmente se aplicó.

TEN-M02 Observación y mejora

Focos para revisar el vídeo

Foco	Evidencia que conviene localizar
Aprendizaje	En varios intentos el participante prepara la raqueta antes del bote y dirige la pelota hacia la zona acordada; el equipo docente identifica una conducta concreta para ajustar.
Actuación docente	Mirar a una pareja cada vez: momento de preparación, distancia de contacto y recuperación; contar oportunidades reales de golpeo.
Participación	Tiempo de espera, distribución de turnos y respuestas tras un ajuste.
Seguridad y acceso	Mantener a lanzadores y recogedores fuera de la trayectoria de la raqueta y detener el carril antes de entrar a por pelotas.

Registro de una decisión

Dato	Anotación tras la intervención
Situación	Momento o intento en que apareció la dificultad.
Cambio aplicado	Detener una pareja, señalar una marca lateral de colocación y ensayar un lanzamiento más lento; comprobar el siguiente intento.
Respuesta observada	Describir qué ocurrió en los intentos siguientes, sin inferir dominio definitivo.
Siguiente versión	Si la demostración inicial ocupa demasiado tiempo, conservar una sola clave y mostrar la segunda tras observar los primeros intentos.

Preguntas para el análisis. ¿Llegó la preparación antes del bote y aumentó la continuidad cuando ajustamos la distancia? ¿Qué muestra el vídeo sobre la competencia docente prioritaria? ¿Qué cambiaríamos en una segunda aplicación y qué evidencia permitiría valorar ese cambio?

Transferencia. La tarea puede utilizarse en otra edad o instalación si se revisan lenguaje, duración, reglas, material, seguridad y accesibilidad. El código identifica la propuesta publicada; las modificaciones del equipo se registran junto a ella.

4.3. TEN-M03 Golpe de revés para sostener el intercambio

Visión general

Reto docente. ¿Cómo dar una primera solución de revés cuando la pelota llega al lado no dominante sin imponer un modelo de empuñadura a todo el grupo?

Dato	Versión de referencia
Modalidad y nivel	Tenis · Inicial
Duración y participantes	20 minutos · 12 participantes en parejas
Espacio y material	Doce participantes repartidos en tres carriles de media pista. Lanzamientos lentos y predecibles; raquetas, pelotas de baja presión, conos y marcas de recuperación.
Prerrequisito	Control básico de bote y derecha con lanzamiento facilitado.

La propuesta focaliza un aprendizaje que puede observarse durante una intervención breve. Antes de aplicarla, el equipo docente revisará el número real de participantes, la disponibilidad de pistas y la experiencia previa; esos cambios se registrarán sin alterar el código de la ficha original.

Condición que conviene preservar. La práctica debe permitir ensayos repetidos y una comprobación observable del objetivo sin que las esperas o la complejidad de las reglas oculten el aprendizaje.

Las cantidades de contactos y los tiempos son criterios orientativos de trabajo. Su función es dar suficientes oportunidades de ensayo y comprobar si la práctica se mantiene activa, no clasificar a los participantes.

TEN-M03 Diseño didáctico

Contexto de aplicación. Doce participantes repartidos en tres carriles de media pista. Lanzamientos lentos y predecibles; raquetas, pelotas de baja presión, conos y marcas de recuperación.

Objetivo principal. Reconocer una pelota dirigida al lado del revés, colocarse con tiempo y enviarla hacia una zona amplia mediante una ejecución estable de una o dos manos.

Contenidos. Lectura del lado de llegada; giro y ajuste de pies; distancia al bote; contacto delante del cuerpo y recuperación.

Competencia docente prioritaria. Observación y feedback; adaptación e inclusión.

Evidencia esperada del aprendizaje. El participante identifica el lado de llegada, se separa de la pelota y efectúa envíos de revés que permiten continuar la tarea.

Metodología. Una demostración breve presenta la condición de seguridad o el gesto inicial. Después se alternan ensayos facilitados, una tarea focalizada y una situación de aplicación. El docente pregunta por lo observado antes de añadir una nueva consigna.

Consigna central. «Gira al reconocer el lado, busca espacio para la pelota y envía a la zona grande.»

El objetivo se comprobará en varios intentos y con una dificultad razonable para cada pareja. La ejecución no se interpretará de forma aislada del envío recibido, la distancia ni la ayuda utilizada. El equipo decidirá antes de comenzar qué participante observará cada docente durante la fase central.

Fase	Tiempo	Propósito
Inicio	2 min	Presentar el problema, espacio y señal de parada.
Control	4 min	Crear condiciones de éxito y observar la respuesta inicial.
Desarrollo	6 min	Practicar el aprendizaje prioritario y ajustar una variable.
Aplicación	6 min	Utilizarlo con mayor continuidad o decisión.
Cierre	2 min	Comprobar una evidencia y formular una mejora.

TEN-M03 Secuencia de tareas I

Preparación y organización. El lanzador queda frente al golpeador, fuera de su arco de raqueta. Se alternan cinco lanzamientos al lado del revés y se cambian roles.

Inicio · 2 min. Plantear el reto en una frase, señalar la zona activa y la de espera, enseñar la señal de parada y realizar una demostración de un intento. Todas las parejas comienzan en paralelo tras comprobar que entienden el cambio de roles.

Control · 4 min. Reconoce y gira (TEN-T07)

El compañero anuncia un envío lento al lado del revés. El receptor gira, señala dónde botará la pelota y la detiene con la mano o raqueta tras el bote; la prioridad es encontrar distancia, no golpear rápido.

Variante facilitadora. Anunciar antes el lado y permitir dos botes.

Progresión. Alternar derecha y revés con señal visual previa.

Desarrollo · 6 min. Revés a zona de continuidad (TEN-T08)

Desde una marca de inicio, el lanzador envía a la zona del revés. Quien golpea usa una o dos manos según su control, envía hacia un blanco amplio y vuelve a la marca. La pareja observa ubicación y dirección en series cortas.

Variante facilitadora. Acercar el lanzamiento y bajar la velocidad.

Progresión. Desplazar el lanzamiento un paso hacia fuera para exigir ajuste de pies.

Durante las series, quien enseña observa una pareja durante unos segundos, ofrece una sola indicación que pueda probarse de inmediato y sigue a otra. Si se interrumpe la práctica para una explicación común, la consigna debe responder a una dificultad compartida y durar lo mínimo necesario.

TEN-M03 Secuencia de tareas II

Aplicación · 6 min. Alternancia de lados cooperativa (TEN-T09)

Una pareja intercambia con lanzamientos alternos y conocidos a derecha y revés. El objetivo es responder a ambos lados con dirección segura; al principio se admite reinicio manual de la pelota sin perder el turno.

Variante facilitadora. Trabajar solo el revés durante una serie y permitir dos botes.

Progresión. Eliminar el anuncio previo del lado manteniendo la velocidad baja.

Cierre · 2 min

Se repite un intento comparable al comienzo o se observa una secuencia breve. Cada pareja comunica una evidencia relacionada con el objetivo y una condición que facilitó o dificultó su logro. El equipo docente recoge una respuesta concreta para contrastarla con la grabación.

Pregunta de cierre. ¿Qué parte del revés cambió cuando la pelota llegó al lado no dominante: reconocimiento, colocación o contacto?

Si cambia el grupo o el espacio

Con menos participantes se amplían los turnos de práctica sin aumentar necesariamente la dificultad. Con más participantes se duplican carriles solo si hay separación segura; en caso contrario se establecen rotaciones cortas de práctica y observación con un indicador concreto. La persona observadora no permanece en la trayectoria de una pelota ni de una raqueta.

Cuando la tarea de aplicación resulte demasiado exigente, se recupera una de las ayudas propuestas sin abandonar el objetivo principal. Si resulta demasiado fácil, se modifica una sola condición, como la distancia, la incertidumbre del envío o el tamaño del blanco. El equipo anota la modificación y comprueba su efecto en la siguiente serie.

Momento de decisión	Acción
Poca continuidad	Reducir la velocidad o distancia y mantener el mismo problema de aprendizaje.
Esperas prolongadas	Acortar turnos o abrir una estación segura de práctica simultánea.
Éxito estable	Aplicar la progresión prevista y comprobar si se conserva la participación.

TEN-M03 Intervención docente

Antes de empezar. Verificar superficie y material, colocar marcas y pelotas, comprobar distancias entre carriles y asignar quién explica, demuestra, observa, registra el tiempo y organiza las rotaciones. El lanzador queda frente al golpeador, fuera de su arco de raqueta. Se alternan cinco lanzamientos al lado del revés y se cambian roles.

Dónde observar. Anotar si el problema principal es reconocer el lado, llegar a tiempo o encontrar espacio de contacto; intervenir sobre una causa cada vez.

Error frecuente. Cruzar el brazo sin girar y contactar demasiado cerca del tronco.

Respuesta docente posible. Marcar una posición inicial más alejada del bote y ensayar sin pelota el giro y el espacio; reanudar con envío lento.

Adaptación para participar. Aceptar revés a una o dos manos y adaptar la distancia o el número de botes sin retirar el problema de orientar el envío.

Seguridad. Dejar separación suficiente entre carriles para el giro de raqueta y evitar que la pareja recoja durante la serie.

Pauta breve de feedback

Describir primero la conducta observada, proponer o preguntar por un único cambio y dejar que la persona lo pruebe. Una respuesta útil puede dirigirse a la tarea, por ejemplo a la distancia o a la velocidad de la pelota, cuando varias personas encuentran la misma dificultad. El equipo comprobará después si el ajuste tuvo el efecto buscado.

Contingencia

Si el lanzamiento del compañero impide practicar el objetivo, se estabiliza temporalmente el inicio de la tarea. Si una pelota invade otro carril o hay riesgo de choque, se detienen todas las parejas afectadas antes de reorganizar. Las decisiones se anotan para distinguir el plan de lo que realmente se aplicó.

TEN-M03 Observación y mejora

Focos para revisar el vídeo

Foco	Evidencia que conviene localizar
Aprendizaje	El participante identifica el lado de llegada, se separa de la pelota y efectúa envíos de revés que permiten continuar la tarea.
Actuación docente	Anotar si el problema principal es reconocer el lado, llegar a tiempo o encontrar espacio de contacto; intervenir sobre una causa cada vez.
Participación	Tiempo de espera, distribución de turnos y respuestas tras un ajuste.
Seguridad y acceso	Dejar separación suficiente entre carriles para el giro de raqueta y evitar que la pareja recoja durante la serie.

Registro de una decisión

Dato	Anotación tras la intervención
Situación	Momento o intento en que apareció la dificultad.
Cambio aplicado	Marcar una posición inicial más alejada del bote y ensayar sin pelota el giro y el espacio; reanudar con envío lento.
Respuesta observada	Describir qué ocurrió en los intentos siguientes, sin inferir dominio definitivo.
Siguiente versión	Si la alternancia interrumpe todos los intercambios, volver temporalmente a envíos anunciados antes de retirar la ayuda.

Preguntas para el análisis. ¿Qué parte del revés cambió cuando la pelota llegó al lado no dominante: reconocimiento, colocación o contacto? ¿Qué muestra el vídeo sobre la competencia docente prioritaria? ¿Qué cambiaríamos en una segunda aplicación y qué evidencia permitiría valorar ese cambio?

Transferencia. La tarea puede utilizarse en otra edad o instalación si se revisan lenguaje, duración, reglas, material, seguridad y accesibilidad. El código identifica la propuesta publicada; las modificaciones del equipo se registran junto a ella.

4.4. TEN-M04 Servicio de iniciación

Visión general

Reto docente. ¿Cómo iniciar el punto con un servicio viable, seguro y orientado a una zona sin convertir la sesión en una competición de potencia?

Dato	Versión de referencia
Modalidad y nivel	Tenis · Inicial
Duración y participantes	20 minutos · 12 participantes en parejas
Espacio y material	Doce participantes en tres estaciones separadas, con zonas de servicio marcadas y pelotas de baja presión. Los envíos avanzan desde distancia reducida hacia la línea de fondo solo si el control lo permite.
Prerrequisito	Control de raqueta y pelota; conocimiento de la zona de servicio opuesta.

La propuesta focaliza un aprendizaje que puede observarse durante una intervención breve. Antes de aplicarla, el equipo docente revisará el número real de participantes, la disponibilidad de pistas y la experiencia previa; esos cambios se registrarán sin alterar el código de la ficha original.

Condición que conviene preservar. La práctica debe permitir ensayos repetidos y una comprobación observable del objetivo sin que las esperas o la complejidad de las reglas oculten el aprendizaje.

Las cantidades de contactos y los tiempos son criterios orientativos de trabajo. Su función es dar suficientes oportunidades de ensayo y comprobar si la práctica se mantiene activa, no clasificar a los participantes.

TEN-M04 Diseño didáctico

Contexto de aplicación. Doce participantes en tres estaciones separadas, con zonas de servicio marcadas y pelotas de baja presión. Los envíos avanzan desde distancia reducida hacia la línea de fondo solo si el control lo permite.

Objetivo principal. Coordinar un lanzamiento de pelota cómodo y un golpe de servicio controlado hacia la zona diagonal de servicio, utilizando una rutina breve de preparación.

Contenidos. Posición de inicio; lanzamiento manejable; contacto y dirección; servicio diagonal; preparación para el siguiente golpe.

Competencia docente prioritaria. Organización y tiempo; comunicación y demostración.

Evidencia esperada del aprendizaje. El participante inicia con una rutina reconocible, pone la pelota en juego hacia el cuadro diagonal desde una distancia adaptada y ocupa una posición de espera después.

Metodología. Una demostración breve presenta la condición de seguridad o el gesto inicial. Después se alternan ensayos facilitados, una tarea focalizada y una situación de aplicación. El docente pregunta por lo observado antes de añadir una nueva consigna.

Consigna central. «Lanza a una altura que puedas controlar, golpea hacia el cuadro diagonal y prepárate para el resto.»

El objetivo se comprobará en varios intentos y con una dificultad razonable para cada pareja. La ejecución no se interpretará de forma aislada del envío recibido, la distancia ni la ayuda utilizada. El equipo decidirá antes de comenzar qué participante observará cada docente durante la fase central.

Fase	Tiempo	Propósito
Inicio	2 min	Presentar el problema, espacio y señal de parada.
Control	4 min	Crear condiciones de éxito y observar la respuesta inicial.
Desarrollo	6 min	Practicar el aprendizaje prioritario y ajustar una variable.
Aplicación	6 min	Utilizarlo con mayor continuidad o decisión.
Cierre	2 min	Comprobar una evidencia y formular una mejora.

TEN-M04 Secuencia de tareas I

Preparación y organización. Cada estación utiliza una única dirección de servicio y una zona de espera detrás del servidor. Los peloteos se detienen mientras se recogen pelotas.

Inicio · 2 min. Plantear el reto en una frase, señalar la zona activa y la de espera, enseñar la señal de parada y realizar una demostración de un intento. Todas las parejas comienzan en paralelo tras comprobar que entienden el cambio de roles.

Control · 4 min. Lanzamiento que puedo alcanzar (TEN-T10)

Sin golpear, cada persona lanza la pelota con la mano no dominante y la recoge en una zona cómoda delante del cuerpo. Ensaya una rutina sencilla de colocación, mirada y lanzamiento durante cinco intentos.

Variante facilitadora. Permitir bote y recoger la pelota a menor altura.

Progresión. Repetir el lanzamiento con una marca de contacto más consistente.

Desarrollo · 6 min. Servicio a cuadro amplio (TEN-T11)

Desde una distancia adaptada, cada servidor golpea hacia un cuadro diagonal ampliado. La pareja observa si la pelota salió de un lanzamiento manejable y botó en la zona. Se sirven cuatro pelotas y se cambia el turno.

Variante facilitadora. Empezar cerca de la línea de servicio y usar una pelota lenta.

Progresión. Retroceder gradualmente sin reducir de inmediato el blanco.

Durante las series, quien enseña observa una pareja durante unos segundos, ofrece una sola indicación que pueda probarse de inmediato y sigue a otra. Si se interrumpe la práctica para una explicación común, la consigna debe responder a una dificultad compartida y durar lo mínimo necesario.

TEN-M04 Secuencia de tareas II

Aplicación · 6 min. Saque y primera respuesta (TEN-T12)

Una pareja inicia puntos cooperativos: servicio controlado al cuadro diagonal, resto suave hacia zona amplia y detención tras la primera devolución. Se intercambian roles cada tres puntos; se prioriza poner la pelota en juego.

Variante facilitadora. Permitir al receptor recoger y lanzar la devolución en la primera serie.

Progresión. Continuar con un tercer golpe antes de detener el punto.

Cierre · 2 min

Se repite un intento comparable al comienzo o se observa una secuencia breve. Cada pareja comunica una evidencia relacionada con el objetivo y una condición que facilitó o dificultó su logro. El equipo docente recoge una respuesta concreta para contrastarla con la grabación.

Pregunta de cierre. ¿Desde qué distancia cada persona pudo iniciar un punto jugable sin perder el control del lanzamiento?

Si cambia el grupo o el espacio

Con menos participantes se amplían los turnos de práctica sin aumentar necesariamente la dificultad. Con más participantes se duplican carriles solo si hay separación segura; en caso contrario se establecen rotaciones cortas de práctica y observación con un indicador concreto. La persona observadora no permanece en la trayectoria de una pelota ni de una raqueta.

Cuando la tarea de aplicación resulte demasiado exigente, se recupera una de las ayudas propuestas sin abandonar el objetivo principal. Si resulta demasiado fácil, se modifica una sola condición, como la distancia, la incertidumbre del envío o el tamaño del blanco. El equipo anota la modificación y comprueba su efecto en la siguiente serie.

Momento de decisión	Acción
Poca continuidad	Reducir la velocidad o distancia y mantener el mismo problema de aprendizaje.
Esperas prolongadas	Acortar turnos o abrir una estación segura de práctica simultánea.
Éxito estable	Aplicar la progresión prevista y comprobar si se conserva la participación.

TEN-M04 Intervención docente

Antes de empezar. Verificar superficie y material, colocar marcas y pelotas, comprobar distancias entre carriles y asignar quién explica, demuestra, observa, registra el tiempo y organiza las rotaciones. Cada estación utiliza una única dirección de servicio y una zona de espera detrás del servidor. Los peloteos se detienen mientras se recogen pelotas.

Dónde observar. Separar el resultado de la pelota de la calidad del lanzamiento: contar servicios que permiten jugar y detectar en qué fase se pierde el control.

Error frecuente. Lanzar demasiado alto o detrás del cuerpo y acelerar el golpe para compensar.

Respuesta docente posible. Pedir un lanzamiento más bajo y adelantado desde menor distancia; verificar la regularidad antes de retroceder.

Adaptación para participar. Variar distancia a la red, altura de lanzamiento y tamaño del cuadro de aprendizaje; mantener claro el destino diagonal del servicio.

Seguridad. Servir en una sola dirección por estación; nadie entra a recoger hasta recibir la señal común.

Pauta breve de feedback

Describir primero la conducta observada, proponer o preguntar por un único cambio y dejar que la persona lo pruebe. Una respuesta útil puede dirigirse a la tarea, por ejemplo a la distancia o a la velocidad de la pelota, cuando varias personas encuentran la misma dificultad. El equipo comprobará después si el ajuste tuvo el efecto buscado.

Contingencia

Si el lanzamiento del compañero impide practicar el objetivo, se estabiliza temporalmente el inicio de la tarea. Si una pelota invade otro carril o hay riesgo de choque, se detienen todas las parejas afectadas antes de reorganizar. Las decisiones se anotan para distinguir el plan de lo que realmente se aplicó.

TEN-M04 Observación y mejora

Focos para revisar el vídeo

Foco	Evidencia que conviene localizar
Aprendizaje	El participante inicia con una rutina reconocible, pone la pelota en juego hacia el cuadro diagonal desde una distancia adaptada y ocupa una posición de espera después.
Actuación docente	Separar el resultado de la pelota de la calidad del lanzamiento: contar servicios que permiten jugar y detectar en qué fase se pierde el control.
Participación	Tiempo de espera, distribución de turnos y respuestas tras un ajuste.
Seguridad y acceso	Servir en una sola dirección por estación; nadie entra a recoger hasta recibir la señal común.

Registro de una decisión

Dato	Anotación tras la intervención
Situación	Momento o intento en que apareció la dificultad.
Cambio aplicado	Pedir un lanzamiento más bajo y adelantado desde menor distancia; verificar la regularidad antes de retroceder.
Respuesta observada	Describir qué ocurrió en los intentos siguientes, sin inferir dominio definitivo.
Siguiente versión	Si solo se registran aciertos en el cuadro, añadir una observación del resto para comprobar que el servicio facilita continuidad.

Preguntas para el análisis. ¿Desde qué distancia cada persona pudo iniciar un punto jugable sin perder el control del lanzamiento? ¿Qué muestra el vídeo sobre la competencia docente prioritaria? ¿Qué cambiaríamos en una segunda aplicación y qué evidencia permitiría valorar ese cambio?

Transferencia. La tarea puede utilizarse en otra edad o instalación si se revisan lenguaje, duración, reglas, material, seguridad y accesibilidad. El código identifica la propuesta publicada; las modificaciones del equipo se registran junto a ella.

4.5. TEN-M05 Resto para iniciar el intercambio

Visión general

Reto docente. ¿Cómo enseñar a responder al servicio leyendo bote y dirección antes de pedir velocidad o buscar un golpe ganador?

Dato	Versión de referencia
Modalidad y nivel	Tenis · En desarrollo
Duración y participantes	20 minutos · 12 participantes en parejas
Espacio y material	Doce participantes en tres estaciones con servidores que ofrecen envíos suaves y regulares. Marcas de espera y zonas amplias de devolución; se alternan los roles en series breves.
Prerrequisito	Derecha y revés ante envíos suaves; conocimiento de la dirección del servicio.

La propuesta focaliza un aprendizaje que puede observarse durante una intervención breve. Antes de aplicarla, el equipo docente revisará el número real de participantes, la disponibilidad de pistas y la experiencia previa; esos cambios se registrarán sin alterar el código de la ficha original.

Condición que conviene preservar. La práctica debe permitir ensayos repetidos y una comprobación observable del objetivo sin que las esperas o la complejidad de las reglas oculten el aprendizaje.

Las cantidades de contactos y los tiempos son criterios orientativos de trabajo. Su función es dar suficientes oportunidades de ensayo y comprobar si la práctica se mantiene activa, no clasificar a los participantes.

TEN-M05 Diseño didáctico

Contexto de aplicación. Doce participantes en tres estaciones con servidores que ofrecen envíos suaves y regulares. Marcas de espera y zonas amplias de devolución; se alternan los roles en series breves.

Objetivo principal. Adoptar una posición de espera, reconocer el lado de llegada de un servicio adaptado y devolver hacia una zona amplia que permita continuar el punto.

Contenidos. Atención a la salida de la pelota; ajuste tras el bote; respuesta de derecha o revés; objetivo de continuidad y recuperación.

Competencia docente prioritaria. Observación y feedback; evaluación y reflexión.

Evidencia esperada del aprendizaje. El restador inicia preparado, se mueve hacia el lado útil y devuelve varias pelotas jugables, sin confundir potencia con éxito.

Metodología. Una demostración breve presenta la condición de seguridad o el gesto inicial. Después se alternan ensayos facilitados, una tarea focalizada y una situación de aplicación. El docente pregunta por lo observado antes de añadir una nueva consigna.

Consigna central. «Espera preparado, lee el bote y devuelve alto y seguro hacia una zona grande.»

El objetivo se comprobará en varios intentos y con una dificultad razonable para cada pareja. La ejecución no se interpretará de forma aislada del envío recibido, la distancia ni la ayuda utilizada. El equipo decidirá antes de comenzar qué participante observará cada docente durante la fase central.

Fase	Tiempo	Propósito
Inicio	2 min	Presentar el problema, espacio y señal de parada.
Control	4 min	Crear condiciones de éxito y observar la respuesta inicial.
Desarrollo	6 min	Practicar el aprendizaje prioritario y ajustar una variable.
Aplicación	6 min	Utilizarlo con mayor continuidad o decisión.
Cierre	2 min	Comprobar una evidencia y formular una mejora.

TEN-M05 Secuencia de tareas I

Preparación y organización. Servidores y restadores se colocan en las diagonales pertinentes; los observadores esperan fuera de las líneas de desplazamiento y cambian tras cuatro servicios.

Inicio · 2 min. Plantear el reto en una frase, señalar la zona activa y la de espera, enseñar la señal de parada y realizar una demostración de un intento. Todas las parejas comienzan en paralelo tras comprobar que entienden el cambio de roles.

Control · 4 min. Lee el lado y el bote (TEN-T13)

El servidor envía una pelota lenta y anuncia el inicio. El restador señala el lado de llegada, ajusta los pies y detiene la pelota tras el bote. Tras cuatro intentos cambia el rol; el foco es la lectura temprana.

Variante facilitadora. Anunciar el lado antes del envío.

Progresión. Alternar los dos lados sin anuncio, manteniendo el servicio lento.

Desarrollo · 6 min. Resto seguro a zona amplia (TEN-T14)

Ante servicios de baja velocidad, el restador devuelve hacia un objetivo grande en el campo contrario. La pareja anota devoluciones jugables y una observación de colocación. Cuatro servicios por turno y rotación.

Variante facilitadora. Servir desde más cerca y ampliar la zona de devolución.

Progresión. Variar moderadamente la profundidad del servicio.

Durante las series, quien enseña observa una pareja durante unos segundos, ofrece una sola indicación que pueda probarse de inmediato y sigue a otra. Si se interrumpe la práctica para una explicación común, la consigna debe responder a una dificultad compartida y durar lo mínimo necesario.

TEN-M05 Secuencia de tareas II

Aplicación · 6 min. Servicio, resto y continuidad (TEN-T15)

Dos participantes juegan el inicio de un punto: servicio, devolución y dos envíos cooperativos adicionales si es posible. El punto se reinicia cuando deja de ser jugable, sin penalización por fallo.

Variante facilitadora. Reiniciar el servicio con lanzamiento manual si resulta irregular.

Progresión. Permitir una oposición limitada después del resto.

Cierre · 2 min

Se repite un intento comparable al comienzo o se observa una secuencia breve. Cada pareja comunica una evidencia relacionada con el objetivo y una condición que facilitó o dificultó su logro. El equipo docente recoge una respuesta concreta para contrastarla con la grabación.

Pregunta de cierre. ¿La mejora de los restos se debió a una mejor lectura o a que el servicio se volvió más fácil?

Si cambia el grupo o el espacio

Con menos participantes se amplían los turnos de práctica sin aumentar necesariamente la dificultad. Con más participantes se duplican carriles solo si hay separación segura; en caso contrario se establecen rotaciones cortas de práctica y observación con un indicador concreto. La persona observadora no permanece en la trayectoria de una pelota ni de una raqueta.

Cuando la tarea de aplicación resulte demasiado exigente, se recupera una de las ayudas propuestas sin abandonar el objetivo principal. Si resulta demasiado fácil, se modifica una sola condición, como la distancia, la incertidumbre del envío o el tamaño del blanco. El equipo anota la modificación y comprueba su efecto en la siguiente serie.

Momento de decisión	Acción
Poca continuidad	Reducir la velocidad o distancia y mantener el mismo problema de aprendizaje.
Esperas prolongadas	Acortar turnos o abrir una estación segura de práctica simultánea.
Éxito estable	Aplicar la progresión prevista y comprobar si se conserva la participación.

TEN-M05 Intervención docente

Antes de empezar. Verificar superficie y material, colocar marcas y pelotas, comprobar distancias entre carriles y asignar quién explica, demuestra, observa, registra el tiempo y organiza las rotaciones. Servidores y restadores se colocan en las diagonales pertinentes; los observadores esperan fuera de las líneas de desplazamiento y cambian tras cuatro servicios.

Dónde observar. Registrar dos aspectos por separado: si el servidor ofrece un estímulo practicable y si el restador reacciona y devuelve a una zona útil.

Error frecuente. El restador permanece rígido y golpea tarde al cuerpo.

Respuesta docente posible. Mover su marca inicial a una posición más cómoda y ralentizar el servicio; ensayar la lectura del bote antes de volver al golpe.

Adaptación para participar. Acordar velocidad y lado inicial del servicio; ampliar la zona válida y permitir un segundo bote durante el aprendizaje si es necesario.

Seguridad. No cruzar por detrás del servidor ni entrar en la diagonal activa; detener el juego antes de recoger pelotas.

Pauta breve de feedback

Describir primero la conducta observada, proponer o preguntar por un único cambio y dejar que la persona lo pruebe. Una respuesta útil puede dirigirse a la tarea, por ejemplo a la distancia o a la velocidad de la pelota, cuando varias personas encuentran la misma dificultad. El equipo comprobará después si el ajuste tuvo el efecto buscado.

Contingencia

Si el lanzamiento del compañero impide practicar el objetivo, se estabiliza temporalmente el inicio de la tarea. Si una pelota invade otro carril o hay riesgo de choque, se detienen todas las parejas afectadas antes de reorganizar. Las decisiones se anotan para distinguir el plan de lo que realmente se aplicó.

TEN-M05 Observación y mejora

Focos para revisar el vídeo

Foco	Evidencia que conviene localizar
Aprendizaje	El restador inicia preparado, se mueve hacia el lado útil y devuelve varias pelotas jugables, sin confundir potencia con éxito.
Actuación docente	Registrar dos aspectos por separado: si el servidor ofrece un estímulo practicable y si el restador reacciona y devuelve a una zona útil.
Participación	Tiempo de espera, distribución de turnos y respuestas tras un ajuste.
Seguridad y acceso	No cruzar por detrás del servidor ni entrar en la diagonal activa; detener el juego antes de recoger pelotas.

Registro de una decisión

Dato	Anotación tras la intervención
Situación	Momento o intento en que apareció la dificultad.
Cambio aplicado	Mover su marca inicial a una posición más cómoda y ralentizar el servicio; ensayar la lectura del bote antes de volver al golpe.
Respuesta observada	Describir qué ocurrió en los intentos siguientes, sin inferir dominio definitivo.
Siguiente versión	Si los servicios son demasiado variables, estabilizar el envío del compañero antes de juzgar el aprendizaje del restador.

Preguntas para el análisis. ¿La mejora de los restos se debió a una mejor lectura o a que el servicio se volvió más fácil? ¿Qué muestra el vídeo sobre la competencia docente prioritaria? ¿Qué cambiaríamos en una segunda aplicación y qué evidencia permitiría valorar ese cambio?

Transferencia. La tarea puede utilizarse en otra edad o instalación si se revisan lenguaje, duración, reglas, material, seguridad y accesibilidad. El código identifica la propuesta publicada; las modificaciones del equipo se registran junto a ella.

4.6. TEN-M06 Continuidad del peloteo desde el fondo

Visión general

Reto docente. ¿Qué condiciones ayudan a construir intercambios cuando la pelota deja de llegar exactamente al lugar previsto?

Dato	Versión de referencia
Modalidad y nivel	Tenis · En desarrollo
Duración y participantes	20 minutos · 12 participantes en parejas
Espacio y material	Doce participantes en tres medias pistas con parejas estables y pelotas de baja presión. Las distancias se ajustan por pareja para favorecer varios contactos seguidos.
Prerrequisito	Golpes básicos de derecha y revés ante pelota lenta.

La propuesta focaliza un aprendizaje que puede observarse durante una intervención breve. Antes de aplicarla, el equipo docente revisará el número real de participantes, la disponibilidad de pistas y la experiencia previa; esos cambios se registrarán sin alterar el código de la ficha original.

Condición que conviene preservar. La práctica debe permitir ensayos repetidos y una comprobación observable del objetivo sin que las esperas o la complejidad de las reglas oculten el aprendizaje.

Las cantidades de contactos y los tiempos son criterios orientativos de trabajo. Su función es dar suficientes oportunidades de ensayo y comprobar si la práctica se mantiene activa, no clasificar a los participantes.

TEN-M06 Diseño didáctico

Contexto de aplicación. Doce participantes en tres medias pistas con parejas estables y pelotas de baja presión. Las distancias se ajustan por pareja para favorecer varios contactos seguidos.

Objetivo principal. Sostener un intercambio cooperativo de al menos cuatro envíos adaptados, ajustando posición y fuerza para facilitar el golpe del compañero.

Contenidos. Trayectoria segura; ajuste de pies; elección de derecha o revés; recuperación y cooperación.

Competencia docente prioritaria. Adaptación e inclusión; organización y tiempo.

Evidencia esperada del aprendizaje. Las parejas identifican una distancia útil, mantienen secuencias de varios golpes y ajustan la trayectoria cuando el compañero no puede responder.

Metodología. Una demostración breve presenta la condición de seguridad o el gesto inicial. Después se alternan ensayos facilitados, una tarea focalizada y una situación de aplicación. El docente pregunta por lo observado antes de añadir una nueva consigna.

Consigna central. «Envía una pelota que tu compañero pueda devolver y vuelve a una posición de espera.»

El objetivo se comprobará en varios intentos y con una dificultad razonable para cada pareja. La ejecución no se interpretará de forma aislada del envío recibido, la distancia ni la ayuda utilizada. El equipo decidirá antes de comenzar qué participante observará cada docente durante la fase central.

Fase	Tiempo	Propósito
Inicio	2 min	Presentar el problema, espacio y señal de parada.
Control	4 min	Crear condiciones de éxito y observar la respuesta inicial.
Desarrollo	6 min	Practicar el aprendizaje prioritario y ajustar una variable.
Aplicación	6 min	Utilizarlo con mayor continuidad o decisión.
Cierre	2 min	Comprobar una evidencia y formular una mejora.

TEN-M06 Secuencia de tareas I

Preparación y organización. Medias pistas o carriles paralelos; cada pareja recoge la pelota solo dentro de su zona. Se comienza con la distancia que permite éxito, no desde el fondo reglamentario.

Inicio · 2 min. Plantear el reto en una frase, señalar la zona activa y la de espera, enseñar la señal de parada y realizar una demostración de un intento. Todas las parejas comienzan en paralelo tras comprobar que entienden el cambio de roles.

Control · 4 min. Encuentra la distancia útil (TEN-T16)

Cada pareja prueba dos distancias señaladas y cuenta los envíos consecutivos logrados en tres intentos. Puede comenzar con lanzamiento manual. Escoge la distancia que permite practicar, justificando la elección.

Variante facilitadora. Acercar las marcas y admitir dos botes.

Progresión. Separar las marcas conservando el reto cooperativo.

Desarrollo · 6 min. Peloteo con zona de seguridad (TEN-T17)

La pareja intercambia hacia una zona central y profunda amplia, a ritmo cómodo. Se reinicia tras cada error y se busca superar la mejor serie. Cada persona da una consigna útil para ayudar a la otra.

Variante facilitadora. Ampliar la zona y usar pelota más lenta.

Progresión. Reducir ligeramente la zona sin exigir golpes fuertes.

Durante las series, quien enseña observa una pareja durante unos segundos, ofrece una sola indicación que pueda probarse de inmediato y sigue a otra. Si se interrumpe la práctica para una explicación común, la consigna debe responder a una dificultad compartida y durar lo mínimo necesario.

TEN-M06 Secuencia de tareas II

Aplicación · 6 min. Recupera después de enviar (TEN-T18)

Después de cada golpe, quien golpea vuelve a una marca central antes de la siguiente pelota. La pareja mantiene el intercambio, registra cuatro envíos y observa si la recuperación ayuda a llegar preparado.

Variante facilitadora. Usar lanzamiento predecible entre golpeos.

Progresión. Variar suavemente la dirección de los envíos.

Cierre · 2 min

Se repite un intento comparable al comienzo o se observa una secuencia breve. Cada pareja comunica una evidencia relacionada con el objetivo y una condición que facilitó o dificultó su logro. El equipo docente recoge una respuesta concreta para contrastarla con la grabación.

Pregunta de cierre. ¿Qué cambio concreto permitió prolongar el peloteo: distancia, trayectoria o recuperación?

Si cambia el grupo o el espacio

Con menos participantes se amplían los turnos de práctica sin aumentar necesariamente la dificultad. Con más participantes se duplican carriles solo si hay separación segura; en caso contrario se establecen rotaciones cortas de práctica y observación con un indicador concreto. La persona observadora no permanece en la trayectoria de una pelota ni de una raqueta.

Cuando la tarea de aplicación resulte demasiado exigente, se recupera una de las ayudas propuestas sin abandonar el objetivo principal. Si resulta demasiado fácil, se modifica una sola condición, como la distancia, la incertidumbre del envío o el tamaño del blanco. El equipo anota la modificación y comprueba su efecto en la siguiente serie.

Momento de decisión	Acción
Poca continuidad	Reducir la velocidad o distancia y mantener el mismo problema de aprendizaje.
Esperas prolongadas	Acortar turnos o abrir una estación segura de práctica simultánea.
Éxito estable	Aplicar la progresión prevista y comprobar si se conserva la participación.

TEN-M06 Intervención docente

Antes de empezar. Verificar superficie y material, colocar marcas y pelotas, comprobar distancias entre carriles y asignar quién explica, demuestra, observa, registra el tiempo y organiza las rotaciones. Medias pistas o carriles paralelos; cada pareja recoge la pelota solo dentro de su zona. Se comienza con la distancia que permite éxito, no desde el fondo reglamentario.

Dónde observar. Contar envíos de ambos integrantes y distinguir un error de golpe de una tarea demasiado rápida o alejada.

Error frecuente. La pareja aumenta la fuerza y ambos se quedan mirando el golpe sin recuperar posición.

Respuesta docente posible. Reducir distancia y pedir trayectorias altas y cómodas; colocar marcas de recuperación y comprobar dos series posteriores.

Adaptación para participar. Permitir condiciones distintas de bote o distancia entre parejas y definir un reto cooperativo común sin comparar marcas entre personas.

Seguridad. Mantener carriles independientes y parar el intercambio cuando una pelota invade otra zona.

Pauta breve de feedback

Describir primero la conducta observada, proponer o preguntar por un único cambio y dejar que la persona lo pruebe. Una respuesta útil puede dirigirse a la tarea, por ejemplo a la distancia o a la velocidad de la pelota, cuando varias personas encuentran la misma dificultad. El equipo comprobará después si el ajuste tuvo el efecto buscado.

Contingencia

Si el lanzamiento del compañero impide practicar el objetivo, se estabiliza temporalmente el inicio de la tarea. Si una pelota invade otro carril o hay riesgo de choque, se detienen todas las parejas afectadas antes de reorganizar. Las decisiones se anotan para distinguir el plan de lo que realmente se aplicó.

TEN-M06 Observación y mejora

Focos para revisar el vídeo

Foco	Evidencia que conviene localizar
Aprendizaje	Las parejas identifican una distancia útil, mantienen secuencias de varios golpes y ajustan la trayectoria cuando el compañero no puede responder.
Actuación docente	Contar envíos de ambos integrantes y distinguir un error de golpe de una tarea demasiado rápida o alejada.
Participación	Tiempo de espera, distribución de turnos y respuestas tras un ajuste.
Seguridad y acceso	Mantener carriles independientes y parar el intercambio cuando una pelota invade otra zona.

Registro de una decisión

Dato	Anotación tras la intervención
Situación	Momento o intento en que apareció la dificultad.
Cambio aplicado	Reducir distancia y pedir trayectorias altas y cómodas; colocar marcas de recuperación y comprobar dos series posteriores.
Respuesta observada	Describir qué ocurrió en los intentos siguientes, sin inferir dominio definitivo.
Siguiente versión	Si el reto numérico lleva a golpear de forma rígida, sustituirlo por observación de preparación y disponibilidad del compañero.

Preguntas para el análisis. ¿Qué cambio concreto permitió prolongar el peloteo: distancia, trayectoria o recuperación? ¿Qué muestra el vídeo sobre la competencia docente prioritaria? ¿Qué cambiaríamos en una segunda aplicación y qué evidencia permitiría valorar ese cambio?

Transferencia. La tarea puede utilizarse en otra edad o instalación si se revisan lenguaje, duración, reglas, material, seguridad y accesibilidad. El código identifica la propuesta publicada; las modificaciones del equipo se registran junto a ella.

4.7. TEN-M07 Dirección y profundidad de los golpes de fondo

Visión general

Reto docente. ¿Cómo introducir decisiones de dirección sin sacrificar toda la continuidad del intercambio?

Dato	Versión de referencia
Modalidad y nivel	Tenis · En desarrollo
Duración y participantes	20 minutos · 12 participantes en parejas
Espacio y material	Doce participantes distribuidos en tres espacios de media pista; dos zonas objetivo grandes y seguras por campo, conos y pelotas de baja presión.
Prerrequisito	Peloteo cooperativo breve y golpes básicos hacia zona central.

La propuesta focaliza un aprendizaje que puede observarse durante una intervención breve. Antes de aplicarla, el equipo docente revisará el número real de participantes, la disponibilidad de pistas y la experiencia previa; esos cambios se registrarán sin alterar el código de la ficha original.

Condición que conviene preservar. La práctica debe permitir ensayos repetidos y una comprobación observable del objetivo sin que las esperas o la complejidad de las reglas oculten el aprendizaje.

Las cantidades de contactos y los tiempos son criterios orientativos de trabajo. Su función es dar suficientes oportunidades de ensayo y comprobar si la práctica se mantiene activa, no clasificar a los participantes.

TEN-M07 Diseño didáctico

Contexto de aplicación. Doce participantes distribuidos en tres espacios de media pista; dos zonas objetivo grandes y seguras por campo, conos y pelotas de baja presión.

Objetivo principal. Elegir entre dos zonas amplias y orientar un golpe de fondo hacia la zona anunciada, ajustando altura y fuerza para mantener una pelota jugable.

Contenidos. Lectura del espacio; selección de zona; orientación del cuerpo y de la raqueta; profundidad razonable y recuperación.

Competencia docente prioritaria. Planificación; evaluación y reflexión.

Evidencia esperada del aprendizaje. El participante anuncia o señala la zona antes del golpe, intenta orientar el envío y explica cuándo conviene una trayectoria más segura.

Metodología. Una demostración breve presenta la condición de seguridad o el gesto inicial. Después se alternan ensayos facilitados, una tarea focalizada y una situación de aplicación. El docente pregunta por lo observado antes de añadir una nueva consigna.

Consigna central. «Mira la zona antes de golpear; envía con margen y recupera tu lugar.»

El objetivo se comprobará en varios intentos y con una dificultad razonable para cada pareja. La ejecución no se interpretará de forma aislada del envío recibido, la distancia ni la ayuda utilizada. El equipo decidirá antes de comenzar qué participante observará cada docente durante la fase central.

Fase	Tiempo	Propósito
Inicio	2 min	Presentar el problema, espacio y señal de parada.
Control	4 min	Crear condiciones de éxito y observar la respuesta inicial.
Desarrollo	6 min	Practicar el aprendizaje prioritario y ajustar una variable.
Aplicación	6 min	Utilizarlo con mayor continuidad o decisión.
Cierre	2 min	Comprobar una evidencia y formular una mejora.

TEN-M07 Secuencia de tareas I

Preparación y organización. Dos objetivos amplios separados dentro de cada media pista. Solo hay una pareja activa por carril; si el espacio es estrecho se trabaja alternando zonas, sin carreras cruzadas.

Inicio · 2 min. Plantear el reto en una frase, señalar la zona activa y la de espera, enseñar la señal de parada y realizar una demostración de un intento. Todas las parejas comienzan en paralelo tras comprobar que entienden el cambio de roles.

Control · 4 min. Dos zonas sin oposición (TEN-T19)

El compañero facilita una pelota suave. Antes del bote, el golpeador señala una de dos zonas amplias y dirige la pelota hacia ella. Cinco intentos por rol; se cuenta la decisión y la orientación, no solo el acierto.

Variante facilitadora. Acercar el envío y ampliar ambas zonas.

Progresión. Cambiar la zona objetivo después de cada intento.

Desarrollo · 6 min. Profundidad con margen (TEN-T20)

En parejas, se marca una franja profunda amplia. El golpeador recibe pelotas cómodas e intenta hacer botar el envío en esa franja con altura suficiente; el compañero describe si la trayectoria permitió llegar sin riesgo.

Variante facilitadora. Acercar la franja y permitir más altura.

Progresión. Alejar gradualmente la franja manteniendo un blanco grande.

Durante las series, quien enseña observa una pareja durante unos segundos, ofrece una sola indicación que pueda probarse de inmediato y sigue a otra. Si se interrumpe la práctica para una explicación común, la consigna debe responder a una dificultad compartida y durar lo mínimo necesario.

TEN-M07 Secuencia de tareas II

Aplicación · 6 min. Elige según el espacio (TEN-T21)

En intercambio reducido, el receptor ocupa de forma visible una mitad del campo antes del golpe. El otro elige enviar hacia el lado libre o hacia una zona central segura si llega en mala posición. Se detiene el punto para comentar una decisión y se reinicia.

Variante facilitadora. Anunciar la posición del receptor y ofrecer lanzamiento lento.

Progresión. Retirar el anuncio y mantener oposición moderada.

Cierre · 2 min

Se repite un intento comparable al comienzo o se observa una secuencia breve. Cada pareja comunica una evidencia relacionada con el objetivo y una condición que facilitó o dificultó su logro. El equipo docente recoge una respuesta concreta para contrastarla con la grabación.

Pregunta de cierre. ¿Cuándo eligieron una zona libre y cuándo una opción central de continuidad?

Si cambia el grupo o el espacio

Con menos participantes se amplían los turnos de práctica sin aumentar necesariamente la dificultad. Con más participantes se duplican carriles solo si hay separación segura; en caso contrario se establecen rotaciones cortas de práctica y observación con un indicador concreto. La persona observadora no permanece en la trayectoria de una pelota ni de una raqueta.

Cuando la tarea de aplicación resulte demasiado exigente, se recupera una de las ayudas propuestas sin abandonar el objetivo principal. Si resulta demasiado fácil, se modifica una sola condición, como la distancia, la incertidumbre del envío o el tamaño del blanco. El equipo anota la modificación y comprueba su efecto en la siguiente serie.

Momento de decisión	Acción
Poca continuidad	Reducir la velocidad o distancia y mantener el mismo problema de aprendizaje.
Esperas prolongadas	Acortar turnos o abrir una estación segura de práctica simultánea.
Éxito estable	Aplicar la progresión prevista y comprobar si se conserva la participación.

TEN-M07 Intervención docente

Antes de empezar. Verificar superficie y material, colocar marcas y pelotas, comprobar distancias entre carriles y asignar quién explica, demuestra, observa, registra el tiempo y organiza las rotaciones. Dos objetivos amplios separados dentro de cada media pista. Solo hay una pareja activa por carril; si el espacio es estrecho se trabaja alternando zonas, sin carreras cruzadas.

Dónde observar. Observar si hubo alternativa real y si el participante eligió antes de golpear; no valorar solo las pelotas que entraron.

Error frecuente. Buscar una línea estrecha y fallar aun cuando la zona amplia estaba disponible.

Respuesta docente posible. Agrandar los blancos y preguntar qué opción mantenía el punto; repetir desde una pelota cómoda.

Adaptación para participar. Regular distancia y tamaño de zona por pareja; una decisión acertada puede considerarse evidencia aun si la ejecución todavía es irregular.

Seguridad. Situar los objetivos lejos de carriles vecinos y evitar persecuciones de pelotas fuera de la zona asignada.

Pauta breve de feedback

Describir primero la conducta observada, proponer o preguntar por un único cambio y dejar que la persona lo pruebe. Una respuesta útil puede dirigirse a la tarea, por ejemplo a la distancia o a la velocidad de la pelota, cuando varias personas encuentran la misma dificultad. El equipo comprobará después si el ajuste tuvo el efecto buscado.

Contingencia

Si el lanzamiento del compañero impide practicar el objetivo, se estabiliza temporalmente el inicio de la tarea. Si una pelota invade otro carril o hay riesgo de choque, se detienen todas las parejas afectadas antes de reorganizar. Las decisiones se anotan para distinguir el plan de lo que realmente se aplicó.

TEN-M07 Observación y mejora

Focos para revisar el vídeo

Foco	Evidencia que conviene localizar
Aprendizaje	El participante anuncia o señala la zona antes del golpe, intenta orientar el envío y explica cuándo conviene una trayectoria más segura.
Actuación docente	Observar si hubo alternativa real y si el participante eligió antes de golpear; no valorar solo las pelotas que entraron.
Participación	Tiempo de espera, distribución de turnos y respuestas tras un ajuste.
Seguridad y acceso	Situar los objetivos lejos de carriles vecinos y evitar persecuciones de pelotas fuera de la zona asignada.

Registro de una decisión

Dato	Anotación tras la intervención
Situación	Momento o intento en que apareció la dificultad.
Cambio aplicado	Agrandar los blancos y preguntar qué opción mantenía el punto; repetir desde una pelota cómoda.
Respuesta observada	Describir qué ocurrió en los intentos siguientes, sin inferir dominio definitivo.
Siguiente versión	Si el grupo solo apunta a blancos por orden, introducir una señal visible de posición rival para que exista decisión.

Preguntas para el análisis. ¿Cuándo eligieron una zona libre y cuándo una opción central de continuidad? ¿Qué muestra el vídeo sobre la competencia docente prioritaria? ¿Qué cambiaríamos en una segunda aplicación y qué evidencia permitiría valorar ese cambio?

Transferencia. La tarea puede utilizarse en otra edad o instalación si se revisan lenguaje, duración, reglas, material, seguridad y accesibilidad. El código identifica la propuesta publicada; las modificaciones del equipo se registran junto a ella.

4.8. TEN-M08 Volea de iniciación cerca de la red

Visión general

Reto docente. ¿Cómo trabajar una volea sin bote manteniendo la distancia entre participantes y evitando golpeos impulsivos cerca de la red?

Dato	Versión de referencia
Modalidad y nivel	Tenis · En desarrollo
Duración y participantes	20 minutos · 12 participantes en parejas
Espacio y material	Doce participantes en tres estaciones separadas. Envíos lentos de compañero desde una marca estable; objetivos grandes y una zona segura alrededor de la red.
Prerrequisito	Control de raqueta y pelota en envíos suaves; señal de parada y espacios de seguridad.

La propuesta focaliza un aprendizaje que puede observarse durante una intervención breve. Antes de aplicarla, el equipo docente revisará el número real de participantes, la disponibilidad de pistas y la experiencia previa; esos cambios se registrarán sin alterar el código de la ficha original.

Condición que conviene preservar. La práctica debe permitir ensayos repetidos y una comprobación observable del objetivo sin que las esperas o la complejidad de las reglas oculten el aprendizaje.

Las cantidades de contactos y los tiempos son criterios orientativos de trabajo. Su función es dar suficientes oportunidades de ensayo y comprobar si la práctica se mantiene activa, no clasificar a los participantes.

TEN-M08 Diseño didáctico

Contexto de aplicación. Doce participantes en tres estaciones separadas. Envíos lentos de compañero desde una marca estable; objetivos grandes y una zona segura alrededor de la red.

Objetivo principal. Interceptar antes del bote una pelota suave cerca de la red y dirigirla de forma controlada a una zona amplia, recuperando posición.

Contenidos. Posición preparada; lectura de trayectoria; contacto delante del cuerpo; gesto compacto; colocación tras el golpe.

Competencia docente prioritaria. Comunicación y demostración; organización y tiempo.

Evidencia esperada del aprendizaje. El participante espera con raqueta preparada, ajusta un paso y realiza contactos controlados antes del bote sin invadir la zona del compañero.

Metodología. Una demostración breve presenta la condición de seguridad o el gesto inicial. Después se alternan ensayos facilitados, una tarea focalizada y una situación de aplicación. El docente pregunta por lo observado antes de añadir una nueva consigna.

Consigna central. «Raqueta delante, paso corto hacia la pelota y toque controlado al espacio amplio.»

El objetivo se comprobará en varios intentos y con una dificultad razonable para cada pareja. La ejecución no se interpretará de forma aislada del envío recibido, la distancia ni la ayuda utilizada. El equipo decidirá antes de comenzar qué participante observará cada docente durante la fase central.

Fase	Tiempo	Propósito
Inicio	2 min	Presentar el problema, espacio y señal de parada.
Control	4 min	Crear condiciones de éxito y observar la respuesta inicial.
Desarrollo	6 min	Practicar el aprendizaje prioritario y ajustar una variable.
Aplicación	6 min	Utilizarlo con mayor continuidad o decisión.
Cierre	2 min	Comprobar una evidencia y formular una mejora.

TEN-M08 Secuencia de tareas I

Preparación y organización. Lanzadores con pelotas limitadas y una dirección fija por estación. El observador se ubica fuera del arco de raqueta; se cambia rol cada cuatro envíos.

Inicio · 2 min. Plantear el reto en una frase, señalar la zona activa y la de espera, enseñar la señal de parada y realizar una demostración de un intento. Todas las parejas comienzan en paralelo tras comprobar que entienden el cambio de roles.

Control · 4 min. Intercepta sin prisa (TEN-T22)

El compañero lanza suavemente con la mano desde una marca. El voleador anticipa la trayectoria, avanza un paso y detiene la pelota sobre la raqueta o la envía suavemente a un receptor preparado. Cuatro intentos por turno.

Variante facilitadora. Acortar el lanzamiento y permitir detener la pelota.

Progresión. Variar ligeramente el lado de llegada sin aumentar velocidad.

Desarrollo · 6 min. Volea a espacio grande (TEN-T23)

Desde una posición próxima a la red, el participante recibe pelotas cómodas y dirige una volea compacta a una zona amplia en el campo contrario. Tras cada envío vuelve a la marca; la pareja observa control y seguridad.

Variante facilitadora. Ampliar el blanco y enviar la pelota con la mano.

Progresión. Alternar volea de derecha y de revés con aviso previo.

Durante las series, quien enseña observa una pareja durante unos segundos, ofrece una sola indicación que pueda probarse de inmediato y sigue a otra. Si se interrumpe la práctica para una explicación común, la consigna debe responder a una dificultad compartida y durar lo mínimo necesario.

TEN-M08 Secuencia de tareas II

Aplicación · 6 min. Subida y volea controlada (TEN-T24)

La pareja inicia con un envío de fondo facilitado; quien golpea avanza hasta una marca próxima a la red y recibe una pelota suave para volear. Se termina el punto tras la volea y se intercambian roles.

Variante facilitadora. Empezar directamente en la marca de volea.

Progresión. Añadir una respuesta rival suave para trabajar recuperación.

Cierre · 2 min

Se repite un intento comparable al comienzo o se observa una secuencia breve. Cada pareja comunica una evidencia relacionada con el objetivo y una condición que facilitó o dificultó su logro. El equipo docente recoge una respuesta concreta para contrastarla con la grabación.

Pregunta de cierre. ¿La demostración ayudó a reducir la amplitud del golpe sin cortar el tiempo de práctica?

Si cambia el grupo o el espacio

Con menos participantes se amplían los turnos de práctica sin aumentar necesariamente la dificultad. Con más participantes se duplican carriles solo si hay separación segura; en caso contrario se establecen rotaciones cortas de práctica y observación con un indicador concreto. La persona observadora no permanece en la trayectoria de una pelota ni de una raqueta.

Cuando la tarea de aplicación resulte demasiado exigente, se recupera una de las ayudas propuestas sin abandonar el objetivo principal. Si resulta demasiado fácil, se modifica una sola condición, como la distancia, la incertidumbre del envío o el tamaño del blanco. El equipo anota la modificación y comprueba su efecto en la siguiente serie.

Momento de decisión	Acción
Poca continuidad	Reducir la velocidad o distancia y mantener el mismo problema de aprendizaje.
Esperas prolongadas	Acortar turnos o abrir una estación segura de práctica simultánea.
Éxito estable	Aplicar la progresión prevista y comprobar si se conserva la participación.

TEN-M08 Intervención docente

Antes de empezar. Verificar superficie y material, colocar marcas y pelotas, comprobar distancias entre carriles y asignar quién explica, demuestra, observa, registra el tiempo y organiza las rotaciones. Lanzadores con pelotas limitadas y una dirección fija por estación. El observador se ubica fuera del arco de raqueta; se cambia rol cada cuatro envíos.

Dónde observar. Comprobar que el contacto se produce por delante y que la organización deja una distancia segura al compañero y a otros carriles.

Error frecuente. Swing amplio al llegar una pelota cercana al cuerpo y acercamiento excesivo a la red.

Respuesta docente posible. Demostrar un gesto corto sin pelota, retrasar un paso la marca y ofrecer un lanzamiento más lento.

Adaptación para participar. Ajustar altura de envío y distancia a la red; permitir detener la pelota antes de pedir un envío continuo.

Seguridad. Prohibir carreras hacia pelotas del carril vecino y evitar lanzamientos cuando alguien esté recogiendo cerca de la red.

Pauta breve de feedback

Describir primero la conducta observada, proponer o preguntar por un único cambio y dejar que la persona lo pruebe. Una respuesta útil puede dirigirse a la tarea, por ejemplo a la distancia o a la velocidad de la pelota, cuando varias personas encuentran la misma dificultad. El equipo comprobará después si el ajuste tuvo el efecto buscado.

Contingencia

Si el lanzamiento del compañero impide practicar el objetivo, se estabiliza temporalmente el inicio de la tarea. Si una pelota invade otro carril o hay riesgo de choque, se detienen todas las parejas afectadas antes de reorganizar. Las decisiones se anotan para distinguir el plan de lo que realmente se aplicó.

TEN-M08 Observación y mejora

Focos para revisar el vídeo

Foco	Evidencia que conviene localizar
Aprendizaje	El participante espera con raqueta preparada, ajusta un paso y realiza contactos controlados antes del bote sin invadir la zona del compañero.
Actuación docente	Comprobar que el contacto se produce por delante y que la organización deja una distancia segura al compañero y a otros carriles.
Participación	Tiempo de espera, distribución de turnos y respuestas tras un ajuste.
Seguridad y acceso	Prohibir carreras hacia pelotas del carril vecino y evitar lanzamientos cuando alguien esté recogiendo cerca de la red.

Registro de una decisión

Dato	Anotación tras la intervención
Situación	Momento o intento en que apareció la dificultad.
Cambio aplicado	Demostrar un gesto corto sin pelota, retrasar un paso la marca y ofrecer un lanzamiento más lento.
Respuesta observada	Describir qué ocurrió en los intentos siguientes, sin inferir dominio definitivo.
Siguiente versión	Si hay demasiados fallos, simplificar la trayectoria del lanzamiento antes de corregir simultáneamente varios detalles del gesto.

Preguntas para el análisis. ¿La demostración ayudó a reducir la amplitud del golpe sin cortar el tiempo de práctica? ¿Qué muestra el vídeo sobre la competencia docente prioritaria? ¿Qué cambiaríamos en una segunda aplicación y qué evidencia permitiría valorar ese cambio?

Transferencia. La tarea puede utilizarse en otra edad o instalación si se revisan lenguaje, duración, reglas, material, seguridad y accesibilidad. El código identifica la propuesta publicada; las modificaciones del equipo se registran junto a ella.

4.9. TEN-M09 Desplazamiento y recuperación tras el golpe

Visión general

Reto docente. ¿Cómo hacer visible que el punto continúa después del golpe y que recuperar posición facilita la siguiente respuesta?

Dato	Versión de referencia
Modalidad y nivel	Tenis · En desarrollo
Duración y participantes	20 minutos · 12 participantes en parejas
Espacio y material	Doce participantes en tres carriles con espacio lateral seguro; dos marcas de recepción y una de recuperación por carril. Pelotas de baja presión.
Prerrequisito	Golpes de fondo y peloteo breve ante envíos previsibles.

La propuesta focaliza un aprendizaje que puede observarse durante una intervención breve. Antes de aplicarla, el equipo docente revisará el número real de participantes, la disponibilidad de pistas y la experiencia previa; esos cambios se registrarán sin alterar el código de la ficha original.

Condición que conviene preservar. La práctica debe permitir ensayos repetidos y una comprobación observable del objetivo sin que las esperas o la complejidad de las reglas oculten el aprendizaje.

Las cantidades de contactos y los tiempos son criterios orientativos de trabajo. Su función es dar suficientes oportunidades de ensayo y comprobar si la práctica se mantiene activa, no clasificar a los participantes.

TEN-M09 Diseño didáctico

Contexto de aplicación. Doce participantes en tres carriles con espacio lateral seguro; dos marcas de recepción y una de recuperación por carril. Pelotas de baja presión.

Objetivo principal. Desplazarse hacia una pelota lateral moderada, golpear hacia una zona segura y regresar a una posición de espera antes del siguiente envío.

Contenidos. Lectura temprana; ajuste de pasos; estabilidad en el golpe; recuperación proporcional a la situación y atención al siguiente envío.

Competencia docente prioritaria. Observación y feedback; planificación.

Evidencia esperada del aprendizaje. El participante inicia el desplazamiento antes del bote cuando la señal lo permite y recupera un espacio útil sin dar la espalda al juego.

Metodología. Una demostración breve presenta la condición de seguridad o el gesto inicial. Después se alternan ensayos facilitados, una tarea focalizada y una situación de aplicación. El docente pregunta por lo observado antes de añadir una nueva consigna.

Consigna central. «Lee la salida, ajusta tus pasos, golpea con margen y vuelve a prepararte.»

El objetivo se comprobará en varios intentos y con una dificultad razonable para cada pareja. La ejecución no se interpretará de forma aislada del envío recibido, la distancia ni la ayuda utilizada. El equipo decidirá antes de comenzar qué participante observará cada docente durante la fase central.

Fase	Tiempo	Propósito
Inicio	2 min	Presentar el problema, espacio y señal de parada.
Control	4 min	Crear condiciones de éxito y observar la respuesta inicial.
Desarrollo	6 min	Practicar el aprendizaje prioritario y ajustar una variable.
Aplicación	6 min	Utilizarlo con mayor continuidad o decisión.
Cierre	2 min	Comprobar una evidencia y formular una mejora.

TEN-M09 Secuencia de tareas I

Preparación y organización. Desplazamientos laterales cortos dentro de cada carril, sin cruces entre parejas. Un lanzador sirve dos pelotas alternas, con pausa suficiente entre ellas.

Inicio · 2 min. Plantear el reto en una frase, señalar la zona activa y la de espera, enseñar la señal de parada y realizar una demostración de un intento. Todas las parejas comienzan en paralelo tras comprobar que entienden el cambio de roles.

Control · 4 min. Llega y se coloca (TEN-T25)

El lanzador envía una pelota lenta alternativamente a dos marcas cercanas. El receptor se desplaza, la deja botar y la detiene tras ajustar los pies; vuelve al centro antes de la siguiente. Se prioriza orientación y control.

Variante facilitadora. Acercar las marcas y anunciar el lado.

Progresión. Retirar el anuncio manteniendo la pausa entre envíos.

Desarrollo · 6 min. Golpea y recupera (TEN-T26)

El receptor golpea una pelota lateral hacia una zona central amplia y vuelve a una marca de recuperación. Un observador indica si llegó preparado a la segunda pelota. Series de cuatro envíos y cambio de rol.

Variante facilitadora. Reducir amplitud lateral y permitir dos botes.

Progresión. Variar el lado con señal tardía pero pelota lenta.

Durante las series, quien enseña observa una pareja durante unos segundos, ofrece una sola indicación que pueda probarse de inmediato y sigue a otra. Si se interrumpe la práctica para una explicación común, la consigna debe responder a una dificultad compartida y durar lo mínimo necesario.

TEN-M09 Secuencia de tareas II

Aplicación · 6 min. Dos golpes con decisión de posición (TEN-T27)

Después del primer envío lateral, el compañero elige una segunda pelota al centro o al lado contrario. El receptor se recoloca y trata de mantener ambas pelotas jugables; explica dónde esperó y por qué.

Variante facilitadora. Anunciar las dos direcciones antes de comenzar.

Progresión. Retirar el anuncio de la segunda dirección.

Cierre · 2 min

Se repite un intento comparable al comienzo o se observa una secuencia breve. Cada pareja comunica una evidencia relacionada con el objetivo y una condición que facilitó o dificultó su logro. El equipo docente recoge una respuesta concreta para contrastarla con la grabación.

Pregunta de cierre. ¿La posición recuperada ayudó a responder a la segunda pelota o fue solo un movimiento automático?

Si cambia el grupo o el espacio

Con menos participantes se amplían los turnos de práctica sin aumentar necesariamente la dificultad. Con más participantes se duplican carriles solo si hay separación segura; en caso contrario se establecen rotaciones cortas de práctica y observación con un indicador concreto. La persona observadora no permanece en la trayectoria de una pelota ni de una raqueta.

Cuando la tarea de aplicación resulte demasiado exigente, se recupera una de las ayudas propuestas sin abandonar el objetivo principal. Si resulta demasiado fácil, se modifica una sola condición, como la distancia, la incertidumbre del envío o el tamaño del blanco. El equipo anota la modificación y comprueba su efecto en la siguiente serie.

Momento de decisión	Acción
Poca continuidad	Reducir la velocidad o distancia y mantener el mismo problema de aprendizaje.
Esperas prolongadas	Acortar turnos o abrir una estación segura de práctica simultánea.
Éxito estable	Aplicar la progresión prevista y comprobar si se conserva la participación.

TEN-M09 Intervención docente

Antes de empezar. Verificar superficie y material, colocar marcas y pelotas, comprobar distancias entre carriles y asignar quién explica, demuestra, observa, registra el tiempo y organiza las rotaciones. Desplazamientos laterales cortos dentro de cada carril, sin cruces entre parejas. Un lanzador sirve dos pelotas alternas, con pausa suficiente entre ellas.

Dónde observar. Registrar si el regreso se inicia después del golpe y si la nueva posición permite responder; evitar premiar correr por correr.

Error frecuente. Quedarse junto a la banda tras golpear o correr de vuelta sin mirar la pelota.

Respuesta docente posible. Marcar una zona de recuperación alcanzable y pausar el segundo lanzamiento hasta que la persona mire de nuevo al frente.

Adaptación para participar. Reducir desplazamiento lateral, permitir más tiempo entre pelotas y elegir una zona de recuperación funcional a cada participante.

Seguridad. Delimitar amplitud lateral y detenerse si una pelota sale a otra pista; no perseguirla durante la tarea.

Pauta breve de feedback

Describir primero la conducta observada, proponer o preguntar por un único cambio y dejar que la persona lo pruebe. Una respuesta útil puede dirigirse a la tarea, por ejemplo a la distancia o a la velocidad de la pelota, cuando varias personas encuentran la misma dificultad. El equipo comprobará después si el ajuste tuvo el efecto buscado.

Contingencia

Si el lanzamiento del compañero impide practicar el objetivo, se estabiliza temporalmente el inicio de la tarea. Si una pelota invade otro carril o hay riesgo de choque, se detienen todas las parejas afectadas antes de reorganizar. Las decisiones se anotan para distinguir el plan de lo que realmente se aplicó.

TEN-M09 Observación y mejora

Focos para revisar el vídeo

Foco	Evidencia que conviene localizar
Aprendizaje	El participante inicia el desplazamiento antes del bote cuando la señal lo permite y recupera un espacio útil sin dar la espalda al juego.
Actuación docente	Registrar si el regreso se inicia después del golpe y si la nueva posición permite responder; evitar premiar correr por correr.
Participación	Tiempo de espera, distribución de turnos y respuestas tras un ajuste.
Seguridad y acceso	Delimitar amplitud lateral y detenerse si una pelota sale a otra pista; no perseguirla durante la tarea.

Registro de una decisión

Dato	Anotación tras la intervención
Situación	Momento o intento en que apareció la dificultad.
Cambio aplicado	Marcar una zona de recuperación alcanzable y pausar el segundo lanzamiento hasta que la persona mire de nuevo al frente.
Respuesta observada	Describir qué ocurrió en los intentos siguientes, sin inferir dominio definitivo.
Siguiente versión	Si la pausa del lanzador oculta la dificultad real, acortarla gradualmente tras comprobar seguridad y control.

Preguntas para el análisis. ¿La posición recuperada ayudó a responder a la segunda pelota o fue solo un movimiento automático? ¿Qué muestra el vídeo sobre la competencia docente prioritaria? ¿Qué cambiaríamos en una segunda aplicación y qué evidencia permitiría valorar ese cambio?

Transferencia. La tarea puede utilizarse en otra edad o instalación si se revisan lenguaje, duración, reglas, material, seguridad y accesibilidad. El código identifica la propuesta publicada; las modificaciones del equipo se registran junto a ella.

4.10. TEN-M10 Juego reducido y primeras decisiones tácticas

Visión general

Reto docente. ¿Cómo integrar continuidad, dirección y recuperación en una situación de oposición limitada que siga siendo enseñable en veinte minutos?

Dato	Versión de referencia
Modalidad y nivel	Tenis · De aplicación
Duración y participantes	20 minutos · 12 participantes en parejas
Espacio y material	Doce participantes en tres medias pistas. Parejas de juego con rotaciones breves; pelotas de baja presión, líneas o conos para delimitar campos y tarjetas de observación.
Prerrequisito	Servicio o inicio facilitado, golpes de fondo y continuidad breve; comprensión de las zonas delimitadas.

La propuesta focaliza un aprendizaje que puede observarse durante una intervención breve. Antes de aplicarla, el equipo docente revisará el número real de participantes, la disponibilidad de pistas y la experiencia previa; esos cambios se registrarán sin alterar el código de la ficha original.

Condición que conviene preservar. La práctica debe permitir ensayos repetidos y una comprobación observable del objetivo sin que las esperas o la complejidad de las reglas oculten el aprendizaje.

Las cantidades de contactos y los tiempos son criterios orientativos de trabajo. Su función es dar suficientes oportunidades de ensayo y comprobar si la práctica se mantiene activa, no clasificar a los participantes.

TEN-M10 Diseño didáctico

Contexto de aplicación. Doce participantes en tres medias pistas. Parejas de juego con rotaciones breves; pelotas de baja presión, líneas o conos para delimitar campos y tarjetas de observación.

Objetivo principal. Elegir durante un punto reducido entre una pelota de continuidad y un envío a espacio libre, justificando la elección según posición propia y rival.

Contenidos. Lectura del espacio; selección de opción segura o dirigida; recuperación; reglas adaptadas y respeto al compañero.

Competencia docente prioritaria. Evaluación y reflexión; adaptación e inclusión.

Evidencia esperada del aprendizaje. El participante identifica un momento para asegurar la continuidad y otro para orientar hacia espacio libre; la pareja aporta un ejemplo observable de cada opción.

Metodología. Una demostración breve presenta la condición de seguridad o el gesto inicial. Después se alternan ensayos facilitados, una tarea focalizada y una situación de aplicación. El docente pregunta por lo observado antes de añadir una nueva consigna.

Consigna central. «Si llegas con dificultad, juega seguro; si tienes tiempo y ves espacio, elige dónde enviar.»

El objetivo se comprobará en varios intentos y con una dificultad razonable para cada pareja. La ejecución no se interpretará de forma aislada del envío recibido, la distancia ni la ayuda utilizada. El equipo decidirá antes de comenzar qué participante observará cada docente durante la fase central.

Fase	Tiempo	Propósito
Inicio	2 min	Presentar el problema, espacio y señal de parada.
Control	4 min	Crear condiciones de éxito y observar la respuesta inicial.
Desarrollo	6 min	Practicar el aprendizaje prioritario y ajustar una variable.
Aplicación	6 min	Utilizarlo con mayor continuidad o decisión.
Cierre	2 min	Comprobar una evidencia y formular una mejora.

TEN-M10 Secuencia de tareas I

Preparación y organización. Media pista por pareja activa, con otras personas en observación breve y rotaciones fijadas por tiempo. Se permite iniciar cada punto con un lanzamiento o servicio adaptado.

Inicio · 2 min. Plantear el reto en una frase, señalar la zona activa y la de espera, enseñar la señal de parada y realizar una demostración de un intento. Todas las parejas comienzan en paralelo tras comprobar que entienden el cambio de roles.

Control · 4 min. Reconoce opción segura (TEN-T28)

En parejas, se inicia un intercambio cooperativo y cada jugador anuncia después de un golpe si eligió continuidad central o dirección. No se interrumpe durante el punto; tras tres intentos se comenta una decisión.

Variante facilitadora. Iniciar siempre con lanzamiento manual y zona central grande.

Progresión. Pedir que identifiquen el espacio disponible sin anunciarlo antes.

Desarrollo · 6 min. Juego con dos zonas (TEN-T29)

En media pista, el receptor comienza en una posición visible. Tras dos envíos cooperativos, se permite dirigir al espacio libre. El punto termina si la pelota sale o tras una secuencia acordada; se cambia de pareja después de varios puntos.

Variante facilitadora. Mantener la posición rival señalada y aumentar el tamaño del campo válido.

Progresión. Permitir al rival recuperar posición antes del golpe dirigido.

Durante las series, quien enseña observa una pareja durante unos segundos, ofrece una sola indicación que pueda probarse de inmediato y sigue a otra. Si se interrumpe la práctica para una explicación común, la consigna debe responder a una dificultad compartida y durar lo mínimo necesario.

TEN-M10 Secuencia de tareas II

Aplicación · 6 min. Punto reducido con observador (TEN-T30)

Se juega un punto iniciado con servicio adaptado o lanzamiento. La persona observadora registra una elección de continuidad, una búsqueda de espacio y si hubo recuperación. Rota cada dos minutos para que todos jueguen y observen.

Variante facilitadora. Permitir un segundo bote y limitar la oposición al tercer envío.

Progresión. Reducir ayudas conservando una zona de juego segura.

Cierre · 2 min

Se repite un intento comparable al comienzo o se observa una secuencia breve. Cada pareja comunica una evidencia relacionada con el objetivo y una condición que facilitó o dificultó su logro. El equipo docente recoge una respuesta concreta para contrastarla con la grabación.

Pregunta de cierre. ¿Qué evidencias mostraron una elección según la posición rival y cuáles solo reflejaron el resultado del punto?

Si cambia el grupo o el espacio

Con menos participantes se amplían los turnos de práctica sin aumentar necesariamente la dificultad. Con más participantes se duplican carriles solo si hay separación segura; en caso contrario se establecen rotaciones cortas de práctica y observación con un indicador concreto. La persona observadora no permanece en la trayectoria de una pelota ni de una raqueta.

Cuando la tarea de aplicación resulte demasiado exigente, se recupera una de las ayudas propuestas sin abandonar el objetivo principal. Si resulta demasiado fácil, se modifica una sola condición, como la distancia, la incertidumbre del envío o el tamaño del blanco. El equipo anota la modificación y comprueba su efecto en la siguiente serie.

Momento de decisión	Acción
Poca continuidad	Reducir la velocidad o distancia y mantener el mismo problema de aprendizaje.
Esperas prolongadas	Acortar turnos o abrir una estación segura de práctica simultánea.
Éxito estable	Aplicar la progresión prevista y comprobar si se conserva la participación.

TEN-M10 Intervención docente

Antes de empezar. Verificar superficie y material, colocar marcas y pelotas, comprobar distancias entre carriles y asignar quién explica, demuestra, observa, registra el tiempo y organiza las rotaciones. Media pista por pareja activa, con otras personas en observación breve y rotaciones fijadas por tiempo. Se permite iniciar cada punto con un lanzamiento o servicio adaptado.

Dónde observar. Distinguir decisión y resultado: una buena elección puede fallar en la ejecución y un punto ganado puede surgir sin lectura intencional.

Error frecuente. Intentar ganar todos los puntos con golpes fuertes desde posiciones de desequilibrio.

Respuesta docente posible. Detener una secuencia, mostrar dos fotogramas o posiciones y preguntar qué envío era viable; reanudar con regla de dos golpes de continuidad.

Adaptación para participar. Acordar reglas de bote, tamaño de zona y modo de inicio por pareja, manteniendo para todos la elección entre asegurar y orientar.

Seguridad. Establecer límites claros de persecución, rotación y recogida; ninguna persona observadora permanece dentro del espacio de juego.

Pauta breve de feedback

Describir primero la conducta observada, proponer o preguntar por un único cambio y dejar que la persona lo pruebe. Una respuesta útil puede dirigirse a la tarea, por ejemplo a la distancia o a la velocidad de la pelota, cuando varias personas encuentran la misma dificultad. El equipo comprobará después si el ajuste tuvo el efecto buscado.

Contingencia

Si el lanzamiento del compañero impide practicar el objetivo, se estabiliza temporalmente el inicio de la tarea. Si una pelota invade otro carril o hay riesgo de choque, se detienen todas las parejas afectadas antes de reorganizar. Las decisiones se anotan para distinguir el plan de lo que realmente se aplicó.

TEN-M10 Observación y mejora

Focos para revisar el vídeo

Foco	Evidencia que conviene localizar
Aprendizaje	El participante identifica un momento para asegurar la continuidad y otro para orientar hacia espacio libre; la pareja aporta un ejemplo observable de cada opción.
Actuación docente	Distinguir decisión y resultado: una buena elección puede fallar en la ejecución y un punto ganado puede surgir sin lectura intencional.
Participación	Tiempo de espera, distribución de turnos y respuestas tras un ajuste.
Seguridad y acceso	Establecer límites claros de persecución, rotación y recogida; ninguna persona observadora permanece dentro del espacio de juego.

Registro de una decisión

Dato	Anotación tras la intervención
Situación	Momento o intento en que apareció la dificultad.
Cambio aplicado	Detener una secuencia, mostrar dos fotogramas o posiciones y preguntar qué envío era viable; reanudar con regla de dos golpes de continuidad.
Respuesta observada	Describir qué ocurrió en los intentos siguientes, sin inferir dominio definitivo.
Siguiente versión	Si la oposición corta enseguida los puntos, ampliar espacio válido y recuperar un inicio cooperativo antes de volver a la decisión.

Preguntas para el análisis. ¿Qué evidencias mostraron una elección según la posición rival y cuáles solo reflejaron el resultado del punto? ¿Qué muestra el vídeo sobre la competencia docente prioritaria? ¿Qué cambiaríamos en una segunda aplicación y qué evidencia permitiría valorar ese cambio?

Transferencia. La tarea puede utilizarse en otra edad o instalación si se revisan lenguaje, duración, reglas, material, seguridad y accesibilidad. El código identifica la propuesta publicada; las modificaciones del equipo se registran junto a ella.

CAPÍTULO 5

Banco de microenseñanzas de pádel

¿Qué encontrará el lector en este capítulo?

Diez propuestas completas de iniciación al pádel, identificadas como PAD-M01 a PAD-M10. Cada una plantea un aprendizaje motor y un reto para quien enseña, organiza una intervención de aproximadamente veinte minutos y prepara su observación y mejora. Las condiciones de participantes, material y espacio son referencias que deben adaptarse antes de entrar en pista.

Las fichas avanzan del control inicial hacia los golpes básicos, el inicio del punto, el globo, el juego de red, la pared y la cooperación en pareja. La numeración facilita su consulta, pero no obliga a impartirlas en ese orden. Cada equipo debe comprobar los prerrequisitos y elegir una variante que haga viable la práctica con su grupo real.

Recorrido del capítulo

Ficha	Contenido principal	Nivel
PAD-M01	Familiarización con pala pelota y espacio	Inicial
PAD-M02	Golpe de derecha desde el fondo	Inicial
PAD-M03	Golpe de revés desde el fondo	Inicial
PAD-M04	Servicio de iniciación	Inicial
PAD-M05	Resto de servicio	En desarrollo
PAD-M06	Globo para superar a rivales en la red	En desarrollo
PAD-M07	Volea de iniciación y posición de red	En desarrollo
PAD-M08	Remate de iniciación con control	En desarrollo
PAD-M09	Salida sencilla de pared de fondo	Inicial
PAD-M10	Cooperación y decisiones en pareja	De aplicación

Los códigos PAD-T01 a PAD-T30 identifican tareas de este capítulo para su desarrollo posterior en el banco breve del capítulo 6. Las descripciones incluidas aquí permiten impartir las microenseñanzas de forma autónoma. Al elaborar aquel banco, se conservarán los mismos códigos y nombres para que las remisiones sean inequívocas.

5.1. PAD-M01 Familiarización con pala pelota y espacio

Visión general

Reto docente. ¿Cómo multiplicar los contactos con pala y pelota mientras el grupo descubre el espacio específico del pádel con seguridad?

Dato	Versión de referencia
Modalidad y nivel	Pádel · Inicial
Duración y participantes	20 minutos · 8 participantes en parejas
Espacio y material	Ocho participantes en una pista, organizados en cuatro parejas. Dos parejas practican en zonas separadas cuando la tarea lo permite y las otras observan o alternan turnos breves. Palas, pelotas de baja velocidad, conos y zonas amplias señaladas.
Prerrequisito	Ninguno; reconocimiento previo de los límites, la red y las paredes de la pista.

La propuesta focaliza un aprendizaje que puede observarse durante una intervención breve. Antes de aplicarla, el equipo docente revisará el número real de participantes, la disponibilidad de pistas y la experiencia previa; esos cambios se registrarán sin alterar el código de la ficha original.

Condición que conviene preservar. La práctica debe permitir ensayos repetidos y una comprobación observable del objetivo sin que las esperas o la complejidad de las reglas oculten el aprendizaje.

Las cantidades de contactos y los tiempos son criterios orientativos de trabajo. Su función es dar suficientes oportunidades de ensayo y comprobar si la práctica se mantiene activa, no clasificar a los participantes.

PAD-M01 Diseño didáctico

Contexto de aplicación. Ocho participantes en una pista, organizados en cuatro parejas. Dos parejas practican en zonas separadas cuando la tarea lo permite y las otras observan o alternan turnos breves. Palas, pelotas de baja velocidad, conos y zonas amplias señaladas.

Objetivo principal. Controlar el bote y orientar envíos suaves con la pala hacia una zona amplia, reconociendo las paredes y los límites sin perseguir pelotas ajenas.

Contenidos. Control de pala y pelota; lectura del bote; orientación de la cara de la pala; trayectorias suaves; referencias de pista y seguridad.

Competencia docente prioritaria. Organización y tiempo; adaptación e inclusión.

Evidencia esperada del aprendizaje. Cada participante realiza contactos repetidos, ajusta fuerza y orientación, y distingue por dónde puede desplazarse durante la tarea.

Metodología. Una demostración breve presenta la condición de seguridad o el gesto inicial. Después se alternan ensayos facilitados, una tarea focalizada y una situación de aplicación. El docente pregunta por lo observado antes de añadir una nueva consigna.

Consigna central. «Mira el bote, prepara la pala delante y envía suave hacia el espacio marcado.»

El objetivo se comprobará en varios intentos y con una dificultad razonable para cada pareja. La ejecución no se interpretará de forma aislada del envío recibido, la distancia ni la ayuda utilizada. El equipo decidirá antes de comenzar qué participante observará cada docente durante la fase central.

Fase	Tiempo	Propósito
Inicio	2 min	Presentar el problema, espacio y señal de parada.
Control	4 min	Crear condiciones de éxito y observar la respuesta inicial.
Desarrollo	6 min	Practicar el aprendizaje prioritario y ajustar una variable.
Aplicación	6 min	Utilizarlo con mayor continuidad o decisión.
Cierre	2 min	Comprobar una evidencia y formular una mejora.

PAD-M01 Secuencia de tareas I

Preparación y organización. Dos zonas de práctica delimitadas sin golpeos cruzados; alternancia de parejas cada dos minutos. La recogida se realiza tras señal común con todas las palas detenidas.

Inicio · 2 min. Plantear el reto en una frase, señalar la zona activa y la de espera, enseñar la señal de parada y realizar una demostración de un intento. Todas las parejas comienzan en paralelo tras comprobar que entienden el cambio de roles.

Control · 4 min. Bote controlado con pala (PAD-T01)

Cada persona deja caer la pelota, la acompaña con la pala y trata de detenerla en una zona ancha. Tras cinco intentos observa cómo cambia la altura del bote al regular la fuerza; la pareja alterna práctica y una observación breve.

Variante facilitadora. Permitir detener la pelota con la mano después de un bote.

Progresión. Mantener dos contactos suaves antes de detenerla.

Desarrollo · 6 min. Envío a puerta amplia (PAD-T02)

Una persona deja botar la pelota y la empuja hacia una puerta ancha de conos; su pareja recoge desde un lateral seguro. Cinco envíos y cambio de rol. El objetivo es ajustar dirección, no acelerar.

Variante facilitadora. Acercar la puerta y ampliar su anchura.

Progresión. Alejarla ligeramente conservando una trayectoria controlada.

Durante las series, quien enseña observa una pareja durante unos segundos, ofrece una sola indicación que pueda probarse de inmediato y sigue a otra. Si se interrumpe la práctica para una explicación común, la consigna debe responder a una dificultad compartida y durar lo mínimo necesario.

PAD-M01 Secuencia de tareas II

Aplicación · 6 min. Tres envíos cooperativos (PAD-T03)

Las parejas se sitúan a corta distancia y procuran mantener tres envíos suaves con bote. Pueden reiniciar con lanzamiento manual; se anota el mayor número de envíos controlados, sin comparación entre parejas.

Variante facilitadora. Permitir dos botes y reducir la distancia.

Progresión. Jugar con un bote y recuperar una marca de espera.

Cierre · 2 min

Se repite un intento comparable al comienzo o se observa una secuencia breve. Cada pareja comunica una evidencia relacionada con el objetivo y una condición que facilitó o dificultó su logro. El equipo docente recoge una respuesta concreta para contrastarla con la grabación.

Pregunta de cierre. ¿Qué organización proporcionó más contactos sin crear desplazamientos de riesgo?

Si cambia el grupo o el espacio

Con menos participantes se amplían los turnos de práctica sin aumentar necesariamente la dificultad. Con más participantes se crean zonas simultáneas solo si hay separación segura; en caso contrario se establecen rotaciones cortas de práctica y observación con un indicador concreto. La persona observadora no permanece en la trayectoria de una pelota ni de una raqueta.

Cuando la tarea de aplicación resulte demasiado exigente, se recupera una de las ayudas propuestas sin abandonar el objetivo principal. Si resulta demasiado fácil, se modifica una sola condición, como la distancia, la incertidumbre del envío o el tamaño del blanco. El equipo anota la modificación y comprueba su efecto en la siguiente serie.

Momento de decisión	Acción
Poca continuidad	Reducir la velocidad o distancia y mantener el mismo problema de aprendizaje.
Esperas prolongadas	Acortar turnos o abrir una estación segura de práctica simultánea.
Éxito estable	Aplicar la progresión prevista y comprobar si se conserva la participación.

PAD-M01 Intervención docente

Antes de empezar. Verificar superficie y material, colocar marcas y pelotas, comprobar distancias entre carriles y asignar quién explica, demuestra, observa, registra el tiempo y organiza las rotaciones. Dos zonas de práctica delimitadas sin golpeos cruzados; alternancia de parejas cada dos minutos. La recogida se realiza tras señal común con todas las palas detenidas.

Dónde observar. Comprobar distribución de contactos y si la señal de parada interrumpe de verdad todos los golpeos.

Error frecuente. Los participantes golpean demasiado fuerte y salen a perseguir pelotas cerca de la pared o del carril vecino.

Respuesta docente posible. Reducir distancia y pedir una trayectoria suave a una zona más próxima; detener y redefinir la zona de recogida.

Adaptación para participar. Permitir velocidades de pelota, distancias y alturas de bote distintas, manteniendo el control y la orientación como reto común.

Seguridad. Reconocer previamente paredes, puertas y red; nadie corre hacia una pelota que invade otra zona.

Pauta breve de feedback

Describir primero la conducta observada, proponer o preguntar por un único cambio y dejar que la persona lo pruebe. Una respuesta útil puede dirigirse a la tarea, por ejemplo a la distancia o a la velocidad de la pelota, cuando varias personas encuentran la misma dificultad. El equipo comprobará después si el ajuste tuvo el efecto buscado.

Contingencia

Si el lanzamiento del compañero impide practicar el objetivo, se estabiliza temporalmente el inicio de la tarea. Si una pelota invade otra zona de práctica o hay riesgo de choque, se detienen todas las parejas afectadas antes de reorganizar. Las decisiones se anotan para distinguir el plan de lo que realmente se aplicó.

PAD-M01 Observación y mejora

Focos para revisar el vídeo

Foco	Evidencia que conviene localizar
Aprendizaje	Cada participante realiza contactos repetidos, ajusta fuerza y orientación, y distingue por dónde puede desplazarse durante la tarea.
Actuación docente	Comprobar distribución de contactos y si la señal de parada interrumpe de verdad todos los golpeos.
Participación	Tiempo de espera, distribución de turnos y respuestas tras un ajuste.
Seguridad y acceso	Reconocer previamente paredes, puertas y red; nadie corre hacia una pelota que invade otra zona.

Registro de una decisión

Dato	Anotación tras la intervención
Situación	Momento o intento en que apareció la dificultad.
Cambio aplicado	Reducir distancia y pedir una trayectoria suave a una zona más próxima; detener y redefinir la zona de recogida.
Respuesta observada	Describir qué ocurrió en los intentos siguientes, sin inferir dominio definitivo.
Siguiente versión	Si la alternancia genera espera prolongada, reducir turnos y añadir control individual en una zona segura disponible.

Preguntas para el análisis. ¿Qué organización proporcionó más contactos sin crear desplazamientos de riesgo? ¿Qué muestra el vídeo sobre la competencia docente prioritaria? ¿Qué cambiaríamos en una segunda aplicación y qué evidencia permitiría valorar ese cambio?

Transferencia. La tarea puede utilizarse en otra edad o instalación si se revisan lenguaje, duración, reglas, material, seguridad y accesibilidad. El código identifica la propuesta publicada; las modificaciones del equipo se registran junto a ella.

5.2. PAD-M02 Golpe de derecha desde el fondo

Visión general

Reto docente. ¿Cómo enseñar una derecha útil para sostener el juego antes de pedir potencia o precisión en zonas pequeñas?

Dato	Versión de referencia
Modalidad y nivel	Pádel · Inicial
Duración y participantes	20 minutos · 8 participantes en parejas
Espacio y material	Ocho participantes en una pista. Dos parejas trabajan por turnos desde el fondo con lanzamientos lentos; las otras observan un indicador y rotan con frecuencia. Palas, pelotas de baja velocidad y una zona objetivo central amplia.
Prerrequisito	Control elemental del bote y del envío con pala.

La propuesta focaliza un aprendizaje que puede observarse durante una intervención breve. Antes de aplicarla, el equipo docente revisará el número real de participantes, la disponibilidad de pistas y la experiencia previa; esos cambios se registrarán sin alterar el código de la ficha original.

Condición que conviene preservar. La práctica debe permitir ensayos repetidos y una comprobación observable del objetivo sin que las esperas o la complejidad de las reglas oculten el aprendizaje.

Las cantidades de contactos y los tiempos son criterios orientativos de trabajo. Su función es dar suficientes oportunidades de ensayo y comprobar si la práctica se mantiene activa, no clasificar a los participantes.

PAD-M02 Diseño didáctico

Contexto de aplicación. Ocho participantes en una pista. Dos parejas trabajan por turnos desde el fondo con lanzamientos lentos; las otras observan un indicador y rotan con frecuencia. Palas, pelotas de baja velocidad y una zona objetivo central amplia.

Objetivo principal. Prepararse antes del bote y devolver de derecha una pelota cómoda hacia una zona segura, recuperando una posición de espera.

Contenidos. Lectura del bote; preparación temprana; distancia al cuerpo; contacto delante; dirección segura y recuperación.

Competencia docente prioritaria. Comunicación y demostración; observación y feedback.

Evidencia esperada del aprendizaje. En varios intentos el participante prepara la pala a tiempo, envía una pelota jugable hacia la zona y vuelve a mirar el campo rival.

Metodología. Una demostración breve presenta la condición de seguridad o el gesto inicial. Después se alternan ensayos facilitados, una tarea focalizada y una situación de aplicación. El docente pregunta por lo observado antes de añadir una nueva consigna.

Consigna central. «Prepara antes del bote, haz espacio para la pelota y envía hacia la zona amplia.»

El objetivo se comprobará en varios intentos y con una dificultad razonable para cada pareja. La ejecución no se interpretará de forma aislada del envío recibido, la distancia ni la ayuda utilizada. El equipo decidirá antes de comenzar qué participante observará cada docente durante la fase central.

Fase	Tiempo	Propósito
Inicio	2 min	Presentar el problema, espacio y señal de parada.
Control	4 min	Crear condiciones de éxito y observar la respuesta inicial.
Desarrollo	6 min	Practicar el aprendizaje prioritario y ajustar una variable.
Aplicación	6 min	Utilizarlo con mayor continuidad o decisión.
Cierre	2 min	Comprobar una evidencia y formular una mejora.

PAD-M02 Secuencia de tareas I

Preparación y organización. Un lanzador y un golpeador activos por zona. Quien espera permanece fuera del arco de la pala; se cambian roles cada cinco pelotas y se detienen los envíos antes de recoger.

Inicio · 2 min. Plantear el reto en una frase, señalar la zona activa y la de espera, enseñar la señal de parada y realizar una demostración de un intento. Todas las parejas comienzan en paralelo tras comprobar que entienden el cambio de roles.

Control · 4 min. Preparación ante bote cómodo (PAD-T04)

La pareja lanza una pelota lenta al lado de la derecha. El receptor anuncia el bote y prepara la pala antes de golpear; en la primera serie puede dejar pasar la pelota para comprobar la colocación.

Variante facilitadora. Lanzar desde cerca y permitir dos botes.

Progresión. Variar ligeramente la profundidad del envío.

Desarrollo · 6 min. Derecha hacia zona de continuidad (PAD-T05)

El lanzador envía cinco pelotas cómodas. El golpeador orienta la derecha hacia una zona central amplia y vuelve a una marca de espera. Un observador registra preparación y dirección; después rotan.

Variante facilitadora. Ampliar el objetivo y reducir velocidad.

Progresión. Acotar progresivamente el blanco sin aumentar la potencia.

Durante las series, quien enseña observa una pareja durante unos segundos, ofrece una sola indicación que pueda probarse de inmediato y sigue a otra. Si se interrumpe la práctica para una explicación común, la consigna debe responder a una dificultad compartida y durar lo mínimo necesario.

PAD-M02 Secuencia de tareas II

Aplicación · 6 min. Peloteo cooperativo de derecha (PAD-T06)

Dos jugadores intercambian desde distancia adaptada, buscando al menos tres devoluciones de derecha. Reinician con lanzamiento manual si falla la continuidad y ajustan la distancia tras cada serie.

Variante facilitadora. Permitir un segundo bote o un lanzamiento facilitado.

Progresión. Introducir una leve variación lateral del envío.

Cierre · 2 min

Se repite un intento comparable al comienzo o se observa una secuencia breve. Cada pareja comunica una evidencia relacionada con el objetivo y una condición que facilitó o dificultó su logro. El equipo docente recoge una respuesta concreta para contrastarla con la grabación.

Pregunta de cierre. ¿La preparación temprana hizo más jugable la devolución o cambió únicamente la facilidad del lanzamiento?

Si cambia el grupo o el espacio

Con menos participantes se amplían los turnos de práctica sin aumentar necesariamente la dificultad. Con más participantes se crean zonas simultáneas solo si hay separación segura; en caso contrario se establecen rotaciones cortas de práctica y observación con un indicador concreto. La persona observadora no permanece en la trayectoria de una pelota ni de una raqueta.

Cuando la tarea de aplicación resulte demasiado exigente, se recupera una de las ayudas propuestas sin abandonar el objetivo principal. Si resulta demasiado fácil, se modifica una sola condición, como la distancia, la incertidumbre del envío o el tamaño del blanco. El equipo anota la modificación y comprueba su efecto en la siguiente serie.

Momento de decisión	Acción
Poca continuidad	Reducir la velocidad o distancia y mantener el mismo problema de aprendizaje.
Esperas prolongadas	Acortar turnos o abrir una estación segura de práctica simultánea.
Éxito estable	Aplicar la progresión prevista y comprobar si se conserva la participación.

PAD-M02 Intervención docente

Antes de empezar. Verificar superficie y material, colocar marcas y pelotas, comprobar distancias entre carriles y asignar quién explica, demuestra, observa, registra el tiempo y organiza las rotaciones. Un lanzador y un golpeador activos por zona. Quien espera permanece fuera del arco de la pala; se cambian roles cada cinco pelotas y se detienen los envíos antes de recoger.

Dónde observar. Separar el momento de preparación de la precisión del golpe y registrar tiempo efectivo de práctica por persona.

Error frecuente. La pelota llega al cuerpo porque se espera de frente y se prepara la pala demasiado tarde.

Respuesta docente posible. Señalar una marca de colocación y ralentizar el lanzamiento; comprobar el siguiente intento antes de añadir otra clave.

Adaptación para participar. Acordar distancia y velocidad del envío; admitir dos botes cuando permita practicar el mismo problema de colocación.

Seguridad. No golpear contra cristal cercano a una persona observadora; detener la serie antes de recoger pelotas del fondo.

Pauta breve de feedback

Describir primero la conducta observada, proponer o preguntar por un único cambio y dejar que la persona lo pruebe. Una respuesta útil puede dirigirse a la tarea, por ejemplo a la distancia o a la velocidad de la pelota, cuando varias personas encuentran la misma dificultad. El equipo comprobará después si el ajuste tuvo el efecto buscado.

Contingencia

Si el lanzamiento del compañero impide practicar el objetivo, se estabiliza temporalmente el inicio de la tarea. Si una pelota invade otra zona de práctica o hay riesgo de choque, se detienen todas las parejas afectadas antes de reorganizar. Las decisiones se anotan para distinguir el plan de lo que realmente se aplicó.

PAD-M02 Observación y mejora

Focos para revisar el vídeo

Foco	Evidencia que conviene localizar
Aprendizaje	En varios intentos el participante prepara la pala a tiempo, envía una pelota jugable hacia la zona y vuelve a mirar el campo rival.
Actuación docente	Separar el momento de preparación de la precisión del golpe y registrar tiempo efectivo de práctica por persona.
Participación	Tiempo de espera, distribución de turnos y respuestas tras un ajuste.
Seguridad y acceso	No golpear contra cristal cercano a una persona observadora; detener la serie antes de recoger pelotas del fondo.

Registro de una decisión

Dato	Anotación tras la intervención
Situación	Momento o intento en que apareció la dificultad.
Cambio aplicado	Señalar una marca de colocación y ralentizar el lanzamiento; comprobar el siguiente intento antes de añadir otra clave.
Respuesta observada	Describir qué ocurrió en los intentos siguientes, sin inferir dominio definitivo.
Siguiente versión	Si se repiten correcciones individuales, modificar la condición común del envío y observar su efecto en todas las parejas.

Preguntas para el análisis. ¿La preparación temprana hizo más jugable la devolución o cambió únicamente la facilidad del lanzamiento? ¿Qué muestra el vídeo sobre la competencia docente prioritaria? ¿Qué cambiaríamos en una segunda aplicación y qué evidencia permitiría valorar ese cambio?

Transferencia. La tarea puede utilizarse en otra edad o instalación si se revisan lenguaje, duración, reglas, material, seguridad y accesibilidad. El código identifica la propuesta publicada; las modificaciones del equipo se registran junto a ella.

5.3. PAD-M03 Golpe de revés desde el fondo

Visión general

Reto docente. ¿Cómo ayudar a responder por el lado del revés sin imponer un único gesto ni perder la continuidad del juego?

Dato	Versión de referencia
Modalidad y nivel	Pádel · Inicial
Duración y participantes	20 minutos · 8 participantes en parejas
Espacio y material	Ocho participantes, una pista y turnos cortos de práctica desde el fondo. Pelotas lentas, zonas objetivo amplias, marcas de colocación y observadores fuera de la trayectoria de golpeo.
Prerrequisito	Control del bote y derecha básica con pelota lenta.

La propuesta focaliza un aprendizaje que puede observarse durante una intervención breve. Antes de aplicarla, el equipo docente revisará el número real de participantes, la disponibilidad de pistas y la experiencia previa; esos cambios se registrarán sin alterar el código de la ficha original.

Condición que conviene preservar. La práctica debe permitir ensayos repetidos y una comprobación observable del objetivo sin que las esperas o la complejidad de las reglas oculten el aprendizaje.

Las cantidades de contactos y los tiempos son criterios orientativos de trabajo. Su función es dar suficientes oportunidades de ensayo y comprobar si la práctica se mantiene activa, no clasificar a los participantes.

PAD-M03 Diseño didáctico

Contexto de aplicación. Ocho participantes, una pista y turnos cortos de práctica desde el fondo. Pelotas lentas, zonas objetivo amplias, marcas de colocación y observadores fuera de la trayectoria de golpeo.

Objetivo principal. Reconocer un envío hacia el lado del revés, ajustar posición y devolver una pelota jugable hacia una zona amplia.

Contenidos. Lectura del lado; giro; espacio de contacto; golpe de revés con solución de una o dos manos; recuperación.

Competencia docente prioritaria. Observación y feedback; adaptación e inclusión.

Evidencia esperada del aprendizaje. El participante llega con espacio para la pelota y consigue envíos de revés que permiten a la pareja continuar la tarea.

Metodología. Una demostración breve presenta la condición de seguridad o el gesto inicial. Después se alternan ensayos facilitados, una tarea focalizada y una situación de aplicación. El docente pregunta por lo observado antes de añadir una nueva consigna.

Consigna central. «Reconoce el lado, gira y sepárate lo suficiente para enviar al centro.»

El objetivo se comprobará en varios intentos y con una dificultad razonable para cada pareja. La ejecución no se interpretará de forma aislada del envío recibido, la distancia ni la ayuda utilizada. El equipo decidirá antes de comenzar qué participante observará cada docente durante la fase central.

Fase	Tiempo	Propósito
Inicio	2 min	Presentar el problema, espacio y señal de parada.
Control	4 min	Crear condiciones de éxito y observar la respuesta inicial.
Desarrollo	6 min	Practicar el aprendizaje prioritario y ajustar una variable.
Aplicación	6 min	Utilizarlo con mayor continuidad o decisión.
Cierre	2 min	Comprobar una evidencia y formular una mejora.

PAD-M03 Secuencia de tareas I

Preparación y organización. Lanzamientos desde posición estable al lado del revés; series de cinco envíos. Los roles de golpeador, lanzador y observador rotan para evitar esperas largas.

Inicio · 2 min. Plantear el reto en una frase, señalar la zona activa y la de espera, enseñar la señal de parada y realizar una demostración de un intento. Todas las parejas comienzan en paralelo tras comprobar que entienden el cambio de roles.

Control · 4 min. Reconoce el lado del revés (PAD-T07)

Ante un lanzamiento anunciado, el receptor gira, señala dónde botará la pelota y la detiene después del bote. La atención está en la colocación, antes de añadir velocidad al golpe.

Variante facilitadora. Avisar con antelación y permitir dos botes.

Progresión. Alternar envíos a derecha y revés con señal visual.

Desarrollo · 6 min. Revés a zona amplia (PAD-T08)

El compañero facilita cinco pelotas al revés. Quien golpea elige una ejecución cómoda de una o dos manos, envía a un blanco central amplio y vuelve a una marca de espera. Se observa el espacio de contacto.

Variante facilitadora. Acercar el envío y usar pelota más lenta.

Progresión. Desplazar el bote un paso hacia fuera.

Durante las series, quien enseña observa una pareja durante unos segundos, ofrece una sola indicación que pueda probarse de inmediato y sigue a otra. Si se interrumpe la práctica para una explicación común, la consigna debe responder a una dificultad compartida y durar lo mínimo necesario.

PAD-M03 Secuencia de tareas II

Aplicación · 6 min. Alternancia cooperativa de lados (PAD-T09)

Dos jugadores alternan envíos anunciados a derecha y revés. Buscan tres devoluciones jugables; pueden reiniciar manualmente sin convertir el error en eliminación.

Variante facilitadora. Trabajar solo el revés durante una serie.

Progresión. Retirar el anuncio conservando ritmo moderado.

Cierre · 2 min

Se repite un intento comparable al comienzo o se observa una secuencia breve. Cada pareja comunica una evidencia relacionada con el objetivo y una condición que facilitó o dificultó su logro. El equipo docente recoge una respuesta concreta para contrastarla con la grabación.

Pregunta de cierre. ¿Qué ajuste cambió la respuesta al lado del revés: lectura, desplazamiento o contacto?

Si cambia el grupo o el espacio

Con menos participantes se amplían los turnos de práctica sin aumentar necesariamente la dificultad. Con más participantes se crean zonas simultáneas solo si hay separación segura; en caso contrario se establecen rotaciones cortas de práctica y observación con un indicador concreto. La persona observadora no permanece en la trayectoria de una pelota ni de una raqueta.

Cuando la tarea de aplicación resulte demasiado exigente, se recupera una de las ayudas propuestas sin abandonar el objetivo principal. Si resulta demasiado fácil, se modifica una sola condición, como la distancia, la incertidumbre del envío o el tamaño del blanco. El equipo anota la modificación y comprueba su efecto en la siguiente serie.

Momento de decisión	Acción
Poca continuidad	Reducir la velocidad o distancia y mantener el mismo problema de aprendizaje.
Esperas prolongadas	Acortar turnos o abrir una estación segura de práctica simultánea.
Éxito estable	Aplicar la progresión prevista y comprobar si se conserva la participación.

PAD-M03 Intervención docente

Antes de empezar. Verificar superficie y material, colocar marcas y pelotas, comprobar distancias entre carriles y asignar quién explica, demuestra, observa, registra el tiempo y organiza las rotaciones. Lanzamientos desde posición estable al lado del revés; series de cinco envíos. Los roles de golpeador, lanzador y observador rotan para evitar esperas largas.

Dónde observar. Identificar si la dificultad está en reconocer el lado, colocarse o dirigir el golpe; registrar una causa antes de intervenir.

Error frecuente. Golpear pegado al cuerpo con un brazo rígido y sin giro.

Respuesta docente posible. Separar la marca de espera del bote y ensayar un giro sin pelota; retomar con lanzamiento predecible.

Adaptación para participar. Aceptar soluciones de una o dos manos y regular el bote y el blanco según necesidad, conservando la orientación del envío.

Seguridad. Dar espacio al giro de pala y mantener a quien observa fuera del lateral de golpeo.

Pauta breve de feedback

Describir primero la conducta observada, proponer o preguntar por un único cambio y dejar que la persona lo pruebe. Una respuesta útil puede dirigirse a la tarea, por ejemplo a la distancia o a la velocidad de la pelota, cuando varias personas encuentran la misma dificultad. El equipo comprobará después si el ajuste tuvo el efecto buscado.

Contingencia

Si el lanzamiento del compañero impide practicar el objetivo, se estabiliza temporalmente el inicio de la tarea. Si una pelota invade otra zona de práctica o hay riesgo de choque, se detienen todas las parejas afectadas antes de reorganizar. Las decisiones se anotan para distinguir el plan de lo que realmente se aplicó.

PAD-M03 Observación y mejora

Focos para revisar el vídeo

Foco	Evidencia que conviene localizar
Aprendizaje	El participante llega con espacio para la pelota y consigue envíos de revés que permiten a la pareja continuar la tarea.
Actuación docente	Identificar si la dificultad está en reconocer el lado, colocarse o dirigir el golpe; registrar una causa antes de intervenir.
Participación	Tiempo de espera, distribución de turnos y respuestas tras un ajuste.
Seguridad y acceso	Dar espacio al giro de pala y mantener a quien observa fuera del lateral de golpeo.

Registro de una decisión

Dato	Anotación tras la intervención
Situación	Momento o intento en que apareció la dificultad.
Cambio aplicado	Separar la marca de espera del bote y ensayar un giro sin pelota; retomar con lanzamiento predecible.
Respuesta observada	Describir qué ocurrió en los intentos siguientes, sin inferir dominio definitivo.
Siguiente versión	Si la alternancia desborda al grupo, conservar temporalmente el anuncio del lado y retirar la ayuda por fases.

Preguntas para el análisis. ¿Qué ajuste cambió la respuesta al lado del revés: lectura, desplazamiento o contacto? ¿Qué muestra el vídeo sobre la competencia docente prioritaria? ¿Qué cambiaríamos en una segunda aplicación y qué evidencia permitiría valorar ese cambio?

Transferencia. La tarea puede utilizarse en otra edad o instalación si se revisan lenguaje, duración, reglas, material, seguridad y accesibilidad. El código identifica la propuesta publicada; las modificaciones del equipo se registran junto a ella.

5.4. PAD-M04 Servicio de iniciación

Visión general

Reto docente. ¿Cómo poner la pelota en juego con un servicio controlado y comprensible para principiantes?

Dato	Versión de referencia
Modalidad y nivel	Pádel · Inicial
Duración y participantes	20 minutos · 8 participantes en parejas
Espacio y material	Ocho participantes en una pista. Se trabaja en una diagonal activa por turno con cuatro personas implicadas en servicio y recepción; las demás observan desde fuera de la trayectoria. Pelotas lentas y objetivos amplios.
Prerrequisito	Control básico de pala y pelota y conocimiento de los cuadros diagonales.

La propuesta focaliza un aprendizaje que puede observarse durante una intervención breve. Antes de aplicarla, el equipo docente revisará el número real de participantes, la disponibilidad de pistas y la experiencia previa; esos cambios se registrarán sin alterar el código de la ficha original.

Condición que conviene preservar. La práctica debe permitir ensayos repetidos y una comprobación observable del objetivo sin que las esperas o la complejidad de las reglas oculten el aprendizaje.

Las cantidades de contactos y los tiempos son criterios orientativos de trabajo. Su función es dar suficientes oportunidades de ensayo y comprobar si la práctica se mantiene activa, no clasificar a los participantes.

PAD-M04 Diseño didáctico

Contexto de aplicación. Ocho participantes en una pista. Se trabaja en una diagonal activa por turno con cuatro personas implicadas en servicio y recepción; las demás observan desde fuera de la trayectoria. Pelotas lentas y objetivos amplios.

Objetivo principal. Coordinar bote y golpe bajo de servicio desde una posición estable hacia el cuadro diagonal, quedando preparado para el resto.

Contenidos. Posición de salida; bote previo; golpe controlado; orientación diagonal y transición tras el servicio.

Competencia docente prioritaria. Organización y tiempo; comunicación y demostración.

Evidencia esperada del aprendizaje. El participante repite una rutina de inicio, dirige servicios jugables al cuadro diagonal desde una distancia adaptada y atiende a la respuesta.

Metodología. Una demostración breve presenta la condición de seguridad o el gesto inicial. Después se alternan ensayos facilitados, una tarea focalizada y una situación de aplicación. El docente pregunta por lo observado antes de añadir una nueva consigna.

Consigna central. «Deja botar, golpea con control hacia la diagonal y prepárate para la devolución.»

El objetivo se comprobará en varios intentos y con una dificultad razonable para cada pareja. La ejecución no se interpretará de forma aislada del envío recibido, la distancia ni la ayuda utilizada. El equipo decidirá antes de comenzar qué participante observará cada docente durante la fase central.

Fase	Tiempo	Propósito
Inicio	2 min	Presentar el problema, espacio y señal de parada.
Control	4 min	Crear condiciones de éxito y observar la respuesta inicial.
Desarrollo	6 min	Practicar el aprendizaje prioritario y ajustar una variable.
Aplicación	6 min	Utilizarlo con mayor continuidad o decisión.
Cierre	2 min	Comprobar una evidencia y formular una mejora.

PAD-M04 Secuencia de tareas I

Preparación y organización. Una diagonal por serie, con señal común para servir y recoger. Rotación tras cuatro pelotas; no hay simultáneamente servicios cruzados en la misma pista.

Inicio · 2 min. Plantear el reto en una frase, señalar la zona activa y la de espera, enseñar la señal de parada y realizar una demostración de un intento. Todas las parejas comienzan en paralelo tras comprobar que entienden el cambio de roles.

Control · 4 min. Bote previo y contacto cómodo (PAD-T10)

Sin red al principio, cada persona deja botar la pelota a una distancia cómoda y ensaya un golpe suave hacia delante. La pareja observa si el bote permite contactar con control; cinco repeticiones.

Variante facilitadora. Acercar el objetivo y estabilizar el bote.

Progresión. Orientar el golpe a una zona diagonal más definida.

Desarrollo · 6 min. Servicio a cuadro diagonal amplio (PAD-T11)

Desde una marca adaptada, el servidor hace botar la pelota y la dirige al cuadro opuesto diagonal. El receptor espera fuera de la trayectoria hasta comenzar su turno. Cuatro servicios y cambio de rol.

Variante facilitadora. Acercar la marca y ampliar el blanco de aprendizaje.

Progresión. Retroceder gradualmente manteniendo control.

Durante las series, quien enseña observa una pareja durante unos segundos, ofrece una sola indicación que pueda probarse de inmediato y sigue a otra. Si se interrumpe la práctica para una explicación común, la consigna debe responder a una dificultad compartida y durar lo mínimo necesario.

PAD-M04 Secuencia de tareas II

Aplicación · 6 min. Servicio y resto suave (PAD-T12)

La pareja juega únicamente servicio y primera devolución. El restador busca una pelota central y segura, y ambos se preparan para continuar. Se detiene el punto tras el resto en las primeras series.

Variante facilitadora. Permitir que el receptor atrape y lance la devolución inicial.

Progresión. Añadir dos golpes cooperativos posteriores.

Cierre · 2 min

Se repite un intento comparable al comienzo o se observa una secuencia breve. Cada pareja comunica una evidencia relacionada con el objetivo y una condición que facilitó o dificultó su logro. El equipo docente recoge una respuesta concreta para contrastarla con la grabación.

Pregunta de cierre. ¿Qué apoyo permitió pasar del bote aislado a un servicio que inicia un intercambio?

Si cambia el grupo o el espacio

Con menos participantes se amplían los turnos de práctica sin aumentar necesariamente la dificultad. Con más participantes se crean zonas simultáneas solo si hay separación segura; en caso contrario se establecen rotaciones cortas de práctica y observación con un indicador concreto. La persona observadora no permanece en la trayectoria de una pelota ni de una raqueta.

Cuando la tarea de aplicación resulte demasiado exigente, se recupera una de las ayudas propuestas sin abandonar el objetivo principal. Si resulta demasiado fácil, se modifica una sola condición, como la distancia, la incertidumbre del envío o el tamaño del blanco. El equipo anota la modificación y comprueba su efecto en la siguiente serie.

Momento de decisión	Acción
Poca continuidad	Reducir la velocidad o distancia y mantener el mismo problema de aprendizaje.
Esperas prolongadas	Acortar turnos o abrir una estación segura de práctica simultánea.
Éxito estable	Aplicar la progresión prevista y comprobar si se conserva la participación.

PAD-M04 Intervención docente

Antes de empezar. Verificar superficie y material, colocar marcas y pelotas, comprobar distancias entre carriles y asignar quién explica, demuestra, observa, registra el tiempo y organiza las rotaciones. Una diagonal por serie, con señal común para servir y recoger. Rotación tras cuatro pelotas; no hay simultáneamente servicios cruzados en la misma pista.

Dónde observar. Distinguir el control del bote, el destino diagonal y la preparación posterior; comprobar que el servicio permite al receptor practicar.

Error frecuente. Bote demasiado alejado del cuerpo y golpe apresurado que envía la pelota a la pared o fuera del cuadro.

Respuesta docente posible. Acercar y estabilizar el bote, servir desde menor distancia y observar cuatro intentos nuevos.

Adaptación para participar. Modificar marca de servicio y tamaño del blanco para aprendizaje, indicando cuándo se vuelve progresivamente a las condiciones regladas.

Seguridad. Servir una diagonal por vez; nadie recoge pelotas ni cruza la pista mientras el servidor está preparado.

Pauta breve de feedback

Describir primero la conducta observada, proponer o preguntar por un único cambio y dejar que la persona lo pruebe. Una respuesta útil puede dirigirse a la tarea, por ejemplo a la distancia o a la velocidad de la pelota, cuando varias personas encuentran la misma dificultad. El equipo comprobará después si el ajuste tuvo el efecto buscado.

Contingencia

Si el lanzamiento del compañero impide practicar el objetivo, se estabiliza temporalmente el inicio de la tarea. Si una pelota invade otra zona de práctica o hay riesgo de choque, se detienen todas las parejas afectadas antes de reorganizar. Las decisiones se anotan para distinguir el plan de lo que realmente se aplicó.

PAD-M04 Observación y mejora

Focos para revisar el vídeo

Foco	Evidencia que conviene localizar
Aprendizaje	El participante repite una rutina de inicio, dirige servicios jugables al cuadro diagonal desde una distancia adaptada y atiende a la respuesta.
Actuación docente	Distinguir el control del bote, el destino diagonal y la preparación posterior; comprobar que el servicio permite al receptor practicar.
Participación	Tiempo de espera, distribución de turnos y respuestas tras un ajuste.
Seguridad y acceso	Servir una diagonal por vez; nadie recoge pelotas ni cruza la pista mientras el servidor está preparado.

Registro de una decisión

Dato	Anotación tras la intervención
Situación	Momento o intento en que apareció la dificultad.
Cambio aplicado	Acercar y estabilizar el bote, servir desde menor distancia y observar cuatro intentos nuevos.
Respuesta observada	Describir qué ocurrió en los intentos siguientes, sin inferir dominio definitivo.
Siguiente versión	Si el servicio entra pero no puede restarse, reducir su velocidad y evaluar el inicio del punto completo.

Preguntas para el análisis. ¿Qué apoyo permitió pasar del bote aislado a un servicio que inicia un intercambio? ¿Qué muestra el vídeo sobre la competencia docente prioritaria? ¿Qué cambiaríamos en una segunda aplicación y qué evidencia permitiría valorar ese cambio?

Transferencia. La tarea puede utilizarse en otra edad o instalación si se revisan lenguaje, duración, reglas, material, seguridad y accesibilidad. El código identifica la propuesta publicada; las modificaciones del equipo se registran junto a ella.

5.5. PAD-M05 Resto de servicio

Visión general

Reto docente. ¿Cómo enseñar a leer el servicio y devolver con margen antes de buscar un resto ofensivo?

Dato	Versión de referencia
Modalidad y nivel	Pádel · En desarrollo
Duración y participantes	20 minutos · 8 participantes en parejas
Espacio y material	Ocho participantes en una pista, una diagonal activa, turnos de cuatro servicios. Servidores con envíos controlados, restadores y observadores situados fuera de la línea de golpeo.
Prerrequisito	Derecha y revés básicos ante pelotas lentas; comprensión del cuadro diagonal.

La propuesta focaliza un aprendizaje que puede observarse durante una intervención breve. Antes de aplicarla, el equipo docente revisará el número real de participantes, la disponibilidad de pistas y la experiencia previa; esos cambios se registrarán sin alterar el código de la ficha original.

Condición que conviene preservar. La práctica debe permitir ensayos repetidos y una comprobación observable del objetivo sin que las esperas o la complejidad de las reglas oculten el aprendizaje.

Las cantidades de contactos y los tiempos son criterios orientativos de trabajo. Su función es dar suficientes oportunidades de ensayo y comprobar si la práctica se mantiene activa, no clasificar a los participantes.

PAD-M05 Diseño didáctico

Contexto de aplicación. Ocho participantes en una pista, una diagonal activa, turnos de cuatro servicios. Servidores con envíos controlados, restadores y observadores situados fuera de la línea de golpeo.

Objetivo principal. Adoptar una posición de espera, reconocer dirección y bote de un servicio adaptado y devolver hacia una zona central amplia.

Contenidos. Lectura de trayectoria; colocación tras el bote; elección de lado de golpeo; devolución segura y recuperación.

Competencia docente prioritaria. Observación y feedback; evaluación y reflexión.

Evidencia esperada del aprendizaje. El restador se prepara antes del bote y devuelve varias pelotas jugables sin acelerar innecesariamente.

Metodología. Una demostración breve presenta la condición de seguridad o el gesto inicial. Después se alternan ensayos facilitados, una tarea focalizada y una situación de aplicación. El docente pregunta por lo observado antes de añadir una nueva consigna.

Consigna central. «Espera preparado, lee el bote y devuelve una pelota con margen hacia el centro.»

El objetivo se comprobará en varios intentos y con una dificultad razonable para cada pareja. La ejecución no se interpretará de forma aislada del envío recibido, la distancia ni la ayuda utilizada. El equipo decidirá antes de comenzar qué participante observará cada docente durante la fase central.

Fase	Tiempo	Propósito
Inicio	2 min	Presentar el problema, espacio y señal de parada.
Control	4 min	Crear condiciones de éxito y observar la respuesta inicial.
Desarrollo	6 min	Practicar el aprendizaje prioritario y ajustar una variable.
Aplicación	6 min	Utilizarlo con mayor continuidad o decisión.
Cierre	2 min	Comprobar una evidencia y formular una mejora.

PAD-M05 Secuencia de tareas I

Preparación y organización. Una sola diagonal activa; series de cuatro servicios a ritmo moderado y rotación de funciones. Se diferencia la calidad del servicio recibido del aprendizaje del restador.

Inicio · 2 min. Plantear el reto en una frase, señalar la zona activa y la de espera, enseñar la señal de parada y realizar una demostración de un intento. Todas las parejas comienzan en paralelo tras comprobar que entienden el cambio de roles.

Control · 4 min. Lee la llegada del servicio (PAD-T13)

Ante servicios suaves, el receptor señala el lado y el lugar de bote y detiene la pelota antes de golpear. El servidor conserva una velocidad que permita esa lectura.

Variante facilitadora. Anunciar el lado y la trayectoria antes del envío.

Progresión. Alternar dos destinos previsibles sin anuncio.

Desarrollo · 6 min. Resto hacia zona segura (PAD-T14)

El restador devuelve una serie de servicios lentos a una zona grande del campo rival. La pareja anota si hubo preparación antes del bote y si el envío fue jugable; cambia roles tras cuatro intentos.

Variante facilitadora. Servir desde una marca más cercana y ampliar el destino.

Progresión. Variar moderadamente el lado del servicio.

Durante las series, quien enseña observa una pareja durante unos segundos, ofrece una sola indicación que pueda probarse de inmediato y sigue a otra. Si se interrumpe la práctica para una explicación común, la consigna debe responder a una dificultad compartida y durar lo mínimo necesario.

PAD-M05 Secuencia de tareas II

Aplicación · 6 min. Inicio cooperativo del punto (PAD-T15)

Tras servicio y resto, las dos parejas procuran añadir dos envíos cooperativos. Se detiene y reinicia sin puntuar; una persona observadora describe una colocación útil del restador.

Variante facilitadora. Reiniciar con lanzamiento manual si el servicio es irregular.

Progresión. Permitir una oposición limitada después del tercer envío.

Cierre · 2 min

Se repite un intento comparable al comienzo o se observa una secuencia breve. Cada pareja comunica una evidencia relacionada con el objetivo y una condición que facilitó o dificultó su logro. El equipo docente recoge una respuesta concreta para contrastarla con la grabación.

Pregunta de cierre. ¿Cambió la respuesta del restador o simplemente recibió servicios más fáciles?

Si cambia el grupo o el espacio

Con menos participantes se amplían los turnos de práctica sin aumentar necesariamente la dificultad. Con más participantes se crean zonas simultáneas solo si hay separación segura; en caso contrario se establecen rotaciones cortas de práctica y observación con un indicador concreto. La persona observadora no permanece en la trayectoria de una pelota ni de una raqueta.

Cuando la tarea de aplicación resulte demasiado exigente, se recupera una de las ayudas propuestas sin abandonar el objetivo principal. Si resulta demasiado fácil, se modifica una sola condición, como la distancia, la incertidumbre del envío o el tamaño del blanco. El equipo anota la modificación y comprueba su efecto en la siguiente serie.

Momento de decisión	Acción
Poca continuidad	Reducir la velocidad o distancia y mantener el mismo problema de aprendizaje.
Esperas prolongadas	Acortar turnos o abrir una estación segura de práctica simultánea.
Éxito estable	Aplicar la progresión prevista y comprobar si se conserva la participación.

PAD-M05 Intervención docente

Antes de empezar. Verificar superficie y material, colocar marcas y pelotas, comprobar distancias entre carriles y asignar quién explica, demuestra, observa, registra el tiempo y organiza las rotaciones. Una sola diagonal activa; series de cuatro servicios a ritmo moderado y rotación de funciones. Se diferencia la calidad del servicio recibido del aprendizaje del restador.

Dónde observar. Registrar por separado si el servicio ofrece una oportunidad real y si el restador lee y dirige la devolución.

Error frecuente. El restador permanece inmóvil o busca velocidad aun cuando llega tarde al bote.

Respuesta docente posible. Mover la marca de espera, estabilizar el servicio y pedir un resto alto y central; comprobar si hay continuidad.

Adaptación para participar. Ajustar velocidad de servicio, lado anunciado o número de botes mientras se mantiene la tarea de lectura y devolución.

Seguridad. Evitar desplazamientos hacia cristal o valla sin espacio para frenar; observadores fuera de la diagonal activa.

Pauta breve de feedback

Describir primero la conducta observada, proponer o preguntar por un único cambio y dejar que la persona lo pruebe. Una respuesta útil puede dirigirse a la tarea, por ejemplo a la distancia o a la velocidad de la pelota, cuando varias personas encuentran la misma dificultad. El equipo comprobará después si el ajuste tuvo el efecto buscado.

Contingencia

Si el lanzamiento del compañero impide practicar el objetivo, se estabiliza temporalmente el inicio de la tarea. Si una pelota invade otra zona de práctica o hay riesgo de choque, se detienen todas las parejas afectadas antes de reorganizar. Las decisiones se anotan para distinguir el plan de lo que realmente se aplicó.

PAD-M05 Observación y mejora

Focos para revisar el vídeo

Foco	Evidencia que conviene localizar
Aprendizaje	El restador se prepara antes del bote y devuelve varias pelotas jugables sin acelerar innecesariamente.
Actuación docente	Registrar por separado si el servicio ofrece una oportunidad real y si el restador lee y dirige la devolución.
Participación	Tiempo de espera, distribución de turnos y respuestas tras un ajuste.
Seguridad y acceso	Evitar desplazamientos hacia cristal o valla sin espacio para frenar; observadores fuera de la diagonal activa.

Registro de una decisión

Dato	Anotación tras la intervención
Situación	Momento o intento en que apareció la dificultad.
Cambio aplicado	Mover la marca de espera, estabilizar el servicio y pedir un resto alto y central; comprobar si hay continuidad.
Respuesta observada	Describir qué ocurrió en los intentos siguientes, sin inferir dominio definitivo.
Siguiente versión	Si el estímulo es inestable, asignar temporalmente el servicio facilitado a una misma persona o lanzar con la mano.

Preguntas para el análisis. ¿Cambió la respuesta del restador o simplemente recibió servicios más fáciles? ¿Qué muestra el vídeo sobre la competencia docente prioritaria? ¿Qué cambiaríamos en una segunda aplicación y qué evidencia permitiría valorar ese cambio?

Transferencia. La tarea puede utilizarse en otra edad o instalación si se revisan lenguaje, duración, reglas, material, seguridad y accesibilidad. El código identifica la propuesta publicada; las modificaciones del equipo se registran junto a ella.

5.6. PAD-M06 Globo para superar a rivales en la red

Visión general

Reto docente. ¿Cuándo conviene enviar una pelota alta y profunda frente a una pareja situada cerca de la red?

Dato	Versión de referencia
Modalidad y nivel	Pádel · En desarrollo
Duración y participantes	20 minutos · 8 participantes en parejas
Espacio y material	Ocho participantes y una pista. Cuatro juegan con posiciones definidas y cuatro observan una elección concreta; rotación cada dos minutos. Pelotas de baja velocidad y una zona profunda amplia. Con doce participantes y una sola pista se acortan rotaciones y se reconoce la menor oportunidad individual de golpeo.
Prerrequisito	Golpeos básicos desde el fondo y reconocimiento de la posición de los rivales.

La propuesta focaliza un aprendizaje que puede observarse durante una intervención breve. Antes de aplicarla, el equipo docente revisará el número real de participantes, la disponibilidad de pistas y la experiencia previa; esos cambios se registrarán sin alterar el código de la ficha original.

Condición que conviene preservar. La práctica debe permitir ensayos repetidos y una comprobación observable del objetivo sin que las esperas o la complejidad de las reglas oculten el aprendizaje.

Las cantidades de contactos y los tiempos son criterios orientativos de trabajo. Su función es dar suficientes oportunidades de ensayo y comprobar si la práctica se mantiene activa, no clasificar a los participantes.

PAD-M06 Diseño didáctico

Contexto de aplicación. Ocho participantes y una pista. Cuatro juegan con posiciones definidas y cuatro observan una elección concreta; rotación cada dos minutos. Pelotas de baja velocidad y una zona profunda amplia. Con doce participantes y una sola pista se acortan rotaciones y se reconoce la menor oportunidad individual de golpeo.

Objetivo principal. Reconocer una situación favorable para el globo y enviar una pelota alta hacia una zona profunda cuando existe tiempo para golpear.

Contenidos. Lectura de la posición rival; altura y profundidad de la trayectoria; decisión entre globo y continuidad; recuperación.

Competencia docente prioritaria. Planificación; observación y feedback.

Evidencia esperada del aprendizaje. El participante identifica la posición de los rivales antes de elegir y realiza intentos de globo con altura suficiente y dirección profunda desde una pelota cómoda.

Metodología. Una demostración breve presenta la condición de seguridad o el gesto inicial. Después se alternan ensayos facilitados, una tarea focalizada y una situación de aplicación. El docente pregunta por lo observado antes de añadir una nueva consigna.

Consigna central. «Si los rivales están en la red y tienes tiempo, busca altura y profundidad.»

El objetivo se comprobará en varios intentos y con una dificultad razonable para cada pareja. La ejecución no se interpretará de forma aislada del envío recibido, la distancia ni la ayuda utilizada. El equipo decidirá antes de comenzar qué participante observará cada docente durante la fase central.

Fase	Tiempo	Propósito
Inicio	2 min	Presentar el problema, espacio y señal de parada.
Control	4 min	Crear condiciones de éxito y observar la respuesta inicial.
Desarrollo	6 min	Practicar el aprendizaje prioritario y ajustar una variable.
Aplicación	6 min	Utilizarlo con mayor continuidad o decisión.
Cierre	2 min	Comprobar una evidencia y formular una mejora.

PAD-M06 Secuencia de tareas I

Preparación y organización. Una pareja de fondo y otra próxima a la red; sin carreras hacia atrás de espaldas. Se detiene el punto tras el globo en el primer ensayo y se rota antes de introducir respuesta rival.

Inicio · 2 min. Plantear el reto en una frase, señalar la zona activa y la de espera, enseñar la señal de parada y realizar una demostración de un intento. Todas las parejas comienzan en paralelo tras comprobar que entienden el cambio de roles.

Control · 4 min. Altura y profundidad con ayuda (PAD-T16)

Un lanzador ofrece una pelota cómoda al fondo. El golpeador envía una trayectoria alta hacia una zona profunda amplia; los rivales en la red permanecen quietos y observan el bote. Cuatro intentos por rol.

Variante facilitadora. Permitir lanzamiento manual o una zona profunda más cercana.

Progresión. Aumentar la distancia sin reducir de golpe el tamaño del blanco.

Desarrollo · 6 min. Elige según la red (PAD-T17)

La posición rival alterna entre cerca y lejos de la red de manera visible. El jugador de fondo elige globo si tiene tiempo y la pareja rival ocupa la red; si no, envía una pelota de continuidad. Tras cada intento explica su elección.

Variante facilitadora. Anunciar la posición rival antes del lanzamiento.

Progresión. Cambiar de posición tras la señal de inicio, manteniendo envío lento.

Durante las series, quien enseña observa una pareja durante unos segundos, ofrece una sola indicación que pueda probarse de inmediato y sigue a otra. Si se interrumpe la práctica para una explicación común, la consigna debe responder a una dificultad compartida y durar lo mínimo necesario.

PAD-M06 Secuencia de tareas II

Aplicación · 6 min. Punto reducido con opción de globo (PAD-T18)

Se inicia un punto cooperativo con pareja de fondo y pareja de red. La pareja de fondo puede optar por globo o continuidad; se registra la elección y se detiene si el retroceso compromete la seguridad. Rotan cada dos minutos.

Variante facilitadora. Detener el punto justo después del globo y valorar la decisión.

Progresión. Permitir la respuesta rival cuando todos controlan el desplazamiento.

Cierre · 2 min

Se repite un intento comparable al comienzo o se observa una secuencia breve. Cada pareja comunica una evidencia relacionada con el objetivo y una condición que facilitó o dificultó su logro. El equipo docente recoge una respuesta concreta para contrastarla con la grabación.

Pregunta de cierre. ¿Hubo una razón para elegir el globo además de que la tarea lo pedía?

Si cambia el grupo o el espacio

Con menos participantes se amplían los turnos de práctica sin aumentar necesariamente la dificultad. Con más participantes se crean zonas simultáneas solo si hay separación segura; en caso contrario se establecen rotaciones cortas de práctica y observación con un indicador concreto. La persona observadora no permanece en la trayectoria de una pelota ni de una raqueta.

Cuando la tarea de aplicación resulte demasiado exigente, se recupera una de las ayudas propuestas sin abandonar el objetivo principal. Si resulta demasiado fácil, se modifica una sola condición, como la distancia, la incertidumbre del envío o el tamaño del blanco. El equipo anota la modificación y comprueba su efecto en la siguiente serie.

Momento de decisión	Acción
Poca continuidad	Reducir la velocidad o distancia y mantener el mismo problema de aprendizaje.
Esperas prolongadas	Acortar turnos o abrir una estación segura de práctica simultánea.
Éxito estable	Aplicar la progresión prevista y comprobar si se conserva la participación.

PAD-M06 Intervención docente

Antes de empezar. Verificar superficie y material, colocar marcas y pelotas, comprobar distancias entre carriles y asignar quién explica, demuestra, observa, registra el tiempo y organiza las rotaciones. Una pareja de fondo y otra próxima a la red; sin carreras hacia atrás de espaldas. Se detiene el punto tras el globo en el primer ensayo y se rota antes de introducir respuesta rival.

Dónde observar. Registrar posición rival, tiempo disponible, elección y trayectoria por separado; un globo fallado puede provenir de una decisión pertinente.

Error frecuente. Intentar un globo bajo con el cuerpo desequilibrado y la pelota rápida, dejando una devolución fácil a la red.

Respuesta docente posible. Volver a un envío cómodo, preguntar por posición rival y margen de tiempo, y ensayar altura antes de oposición.

Adaptación para participar. Ampliar zona objetivo, ralentizar el lanzamiento y permitir una ayuda inicial de colocación sin eliminar la lectura de la posición rival.

Seguridad. Nadie corre hacia atrás mirando solo la pelota ni persigue globos contra la pared; detener y reorganizar ante riesgo.

Pauta breve de feedback

Describir primero la conducta observada, proponer o preguntar por un único cambio y dejar que la persona lo pruebe. Una respuesta útil puede dirigirse a la tarea, por ejemplo a la distancia o a la velocidad de la pelota, cuando varias personas encuentran la misma dificultad. El equipo comprobará después si el ajuste tuvo el efecto buscado.

Contingencia

Si el lanzamiento del compañero impide practicar el objetivo, se estabiliza temporalmente el inicio de la tarea. Si una pelota invade otra zona de práctica o hay riesgo de choque, se detienen todas las parejas afectadas antes de reorganizar. Las decisiones se anotan para distinguir el plan de lo que realmente se aplicó.

PAD-M06 Observación y mejora

Focos para revisar el vídeo

Foco	Evidencia que conviene localizar
Aprendizaje	El participante identifica la posición de los rivales antes de elegir y realiza intentos de globo con altura suficiente y dirección profunda desde una pelota cómoda.
Actuación docente	Registrar posición rival, tiempo disponible, elección y trayectoria por separado; un globo fallado puede provenir de una decisión pertinente.
Participación	Tiempo de espera, distribución de turnos y respuestas tras un ajuste.
Seguridad y acceso	Nadie corre hacia atrás mirando solo la pelota ni persigue globos contra la pared; detener y reorganizar ante riesgo.

Registro de una decisión

Dato	Anotación tras la intervención
Situación	Momento o intento en que apareció la dificultad.
Cambio aplicado	Volver a un envío cómodo, preguntar por posición rival y margen de tiempo, y ensayar altura antes de oposición.
Respuesta observada	Describir qué ocurrió en los intentos siguientes, sin inferir dominio definitivo.
Siguiente versión	Si el grupo usa el globo siempre, alternar posiciones rivales y registrar también cuándo elige continuidad.

Preguntas para el análisis. ¿Hubo una razón para elegir el globo además de que la tarea lo pedía? ¿Qué muestra el vídeo sobre la competencia docente prioritaria? ¿Qué cambiaríamos en una segunda aplicación y qué evidencia permitiría valorar ese cambio?

Transferencia. La tarea puede utilizarse en otra edad o instalación si se revisan lenguaje, duración, reglas, material, seguridad y accesibilidad. El código identifica la propuesta publicada; las modificaciones del equipo se registran junto a ella.

5.7. PAD-M07 Volea de iniciación y posición de red

Visión general

Reto docente. ¿Cómo interceptar una pelota cerca de la red con un gesto corto y una posición segura junto a la pareja?

Dato	Versión de referencia
Modalidad y nivel	Pádel · En desarrollo
Duración y participantes	20 minutos · 8 participantes en parejas
Espacio y material	Ocho participantes en una pista. Una pareja activa cerca de la red, lanzadores de fondo y observadores que rotan cada dos minutos; envíos lentos y zonas amplias.
Prerrequisito	Control de pala ante envíos suaves y comprensión de las zonas próximas a la red.

La propuesta focaliza un aprendizaje que puede observarse durante una intervención breve. Antes de aplicarla, el equipo docente revisará el número real de participantes, la disponibilidad de pistas y la experiencia previa; esos cambios se registrarán sin alterar el código de la ficha original.

Condición que conviene preservar. La práctica debe permitir ensayos repetidos y una comprobación observable del objetivo sin que las esperas o la complejidad de las reglas oculten el aprendizaje.

Las cantidades de contactos y los tiempos son criterios orientativos de trabajo. Su función es dar suficientes oportunidades de ensayo y comprobar si la práctica se mantiene activa, no clasificar a los participantes.

PAD-M07 Diseño didáctico

Contexto de aplicación. Ocho participantes en una pista. Una pareja activa cerca de la red, lanzadores de fondo y observadores que rotan cada dos minutos; envíos lentos y zonas amplias.

Objetivo principal. Prepararse y volear antes del bote una pelota suave hacia una zona jugable, manteniendo una separación útil con la pareja.

Contenidos. Pala delante; lectura de trayectoria; contacto adelantado; gesto compacto; reparto inicial del espacio en la red.

Competencia docente prioritaria. Organización y tiempo; comunicación y demostración.

Evidencia esperada del aprendizaje. Los participantes realizan voleas controladas, evitan invadir el espacio de la pareja y recuperan posición tras el contacto.

Metodología. Una demostración breve presenta la condición de seguridad o el gesto inicial. Después se alternan ensayos facilitados, una tarea focalizada y una situación de aplicación. El docente pregunta por lo observado antes de añadir una nueva consigna.

Consigna central. «Pala delante, paso corto, toque controlado y vuelve a tu espacio.»

El objetivo se comprobará en varios intentos y con una dificultad razonable para cada pareja. La ejecución no se interpretará de forma aislada del envío recibido, la distancia ni la ayuda utilizada. El equipo decidirá antes de comenzar qué participante observará cada docente durante la fase central.

Fase	Tiempo	Propósito
Inicio	2 min	Presentar el problema, espacio y señal de parada.
Control	4 min	Crear condiciones de éxito y observar la respuesta inicial.
Desarrollo	6 min	Practicar el aprendizaje prioritario y ajustar una variable.
Aplicación	6 min	Utilizarlo con mayor continuidad o decisión.
Cierre	2 min	Comprobar una evidencia y formular una mejora.

PAD-M07 Secuencia de tareas I

Preparación y organización. Lanzamientos desde el fondo hacia una persona de la pareja de red por turno; se indica quién toma la pelota central antes de cada serie.

Inicio · 2 min. Plantear el reto en una frase, señalar la zona activa y la de espera, enseñar la señal de parada y realizar una demostración de un intento. Todas las parejas comienzan en paralelo tras comprobar que entienden el cambio de roles.

Control · 4 min. Intercepta pelota suave (PAD-T19)

Un compañero lanza con la mano a altura cómoda. El voleador recibe delante del cuerpo y empuja la pelota hacia una zona amplia. Se detiene la acción tras el golpe y se cambia tras cuatro intentos.

Variante facilitadora. Acortar distancia y permitir detener la pelota sobre la pala.

Progresión. Variar lado de llegada con aviso previo.

Desarrollo · 6 min. Volea y recupera su zona (PAD-T20)

La pareja de red recibe envíos alternos de fondo. Golpea quien corresponde a la zona anunciada y ambos vuelven a sus marcas. Un observador registra control y separación entre compañeros.

Variante facilitadora. Anunciar la persona que volea con tiempo.

Progresión. Introducir alguna pelota central y acordar una señal verbal.

Durante las series, quien enseña observa una pareja durante unos segundos, ofrece una sola indicación que pueda probarse de inmediato y sigue a otra. Si se interrumpe la práctica para una explicación común, la consigna debe responder a una dificultad compartida y durar lo mínimo necesario.

PAD-M07 Secuencia de tareas II

Aplicación · 6 min. Red cooperativa con pareja (PAD-T21)

Dos personas en la red intercambian voleas suaves con lanzadores de fondo. Cada pareja intenta tres respuestas jugables y verbaliza quién asumió la pelota central. Turnos de dos minutos.

Variante facilitadora. Lanzamientos manuales lentos y regulares.

Progresión. Retirar la asignación previa de algunas pelotas centrales.

Cierre · 2 min

Se repite un intento comparable al comienzo o se observa una secuencia breve. Cada pareja comunica una evidencia relacionada con el objetivo y una condición que facilitó o dificultó su logro. El equipo docente recoge una respuesta concreta para contrastarla con la grabación.

Pregunta de cierre. ¿La señal entre compañeros redujo dudas sin dejar a una persona sin participar?

Si cambia el grupo o el espacio

Con menos participantes se amplían los turnos de práctica sin aumentar necesariamente la dificultad. Con más participantes se crean zonas simultáneas solo si hay separación segura; en caso contrario se establecen rotaciones cortas de práctica y observación con un indicador concreto. La persona observadora no permanece en la trayectoria de una pelota ni de una raqueta.

Cuando la tarea de aplicación resulte demasiado exigente, se recupera una de las ayudas propuestas sin abandonar el objetivo principal. Si resulta demasiado fácil, se modifica una sola condición, como la distancia, la incertidumbre del envío o el tamaño del blanco. El equipo anota la modificación y comprueba su efecto en la siguiente serie.

Momento de decisión	Acción
Poca continuidad	Reducir la velocidad o distancia y mantener el mismo problema de aprendizaje.
Esperas prolongadas	Acortar turnos o abrir una estación segura de práctica simultánea.
Éxito estable	Aplicar la progresión prevista y comprobar si se conserva la participación.

PAD-M07 Intervención docente

Antes de empezar. Verificar superficie y material, colocar marcas y pelotas, comprobar distancias entre carriles y asignar quién explica, demuestra, observa, registra el tiempo y organiza las rotaciones. Lanzamientos desde el fondo hacia una persona de la pareja de red por turno; se indica quién toma la pelota central antes de cada serie.

Dónde observar. Comprobar preparación de pala y reparto de espacio; observar si ambas personas reciben oportunidades y se comunican.

Error frecuente. Gesto demasiado amplio y dos jugadores que van a la misma pelota central.

Respuesta docente posible. Mostrar un toque corto y establecer una señal verbal; reanudar con envíos lentos a zonas claras.

Adaptación para participar. Adaptar altura y velocidad del envío; distribuir zonas de responsabilidad acordes con las posibilidades de movimiento.

Seguridad. No invadir el espacio de la pareja ni golpear cuando otra persona cruza junto a la red; detener inmediatamente ante choque posible.

Pauta breve de feedback

Describir primero la conducta observada, proponer o preguntar por un único cambio y dejar que la persona lo pruebe. Una respuesta útil puede dirigirse a la tarea, por ejemplo a la distancia o a la velocidad de la pelota, cuando varias personas encuentran la misma dificultad. El equipo comprobará después si el ajuste tuvo el efecto buscado.

Contingencia

Si el lanzamiento del compañero impide practicar el objetivo, se estabiliza temporalmente el inicio de la tarea. Si una pelota invade otra zona de práctica o hay riesgo de choque, se detienen todas las parejas afectadas antes de reorganizar. Las decisiones se anotan para distinguir el plan de lo que realmente se aplicó.

PAD-M07 Observación y mejora

Focos para revisar el vídeo

Foco	Evidencia que conviene localizar
Aprendizaje	Los participantes realizan voleas controladas, evitan invadir el espacio de la pareja y recuperan posición tras el contacto.
Actuación docente	Comprobar preparación de pala y reparto de espacio; observar si ambas personas reciben oportunidades y se comunican.
Participación	Tiempo de espera, distribución de turnos y respuestas tras un ajuste.
Seguridad y acceso	No invadir el espacio de la pareja ni golpear cuando otra persona cruza junto a la red; detener inmediatamente ante choque posible.

Registro de una decisión

Dato	Anotación tras la intervención
Situación	Momento o intento en que apareció la dificultad.
Cambio aplicado	Mostrar un toque corto y establecer una señal verbal; reanudar con envíos lentos a zonas claras.
Respuesta observada	Describir qué ocurrió en los intentos siguientes, sin inferir dominio definitivo.
Siguiente versión	Si la pelota central provoca choques, volver a zonas separadas y reintroducirla solo tras acordar comunicación.

Preguntas para el análisis. ¿La señal entre compañeros redujo dudas sin dejar a una persona sin participar? ¿Qué muestra el vídeo sobre la competencia docente prioritaria? ¿Qué cambiaríamos en una segunda aplicación y qué evidencia permitiría valorar ese cambio?

Transferencia. La tarea puede utilizarse en otra edad o instalación si se revisan lenguaje, duración, reglas, material, seguridad y accesibilidad. El código identifica la propuesta publicada; las modificaciones del equipo se registran junto a ella.

5.8. PAD-M08 Remate de iniciación con control

Visión general

Reto docente. ¿Cómo iniciar el remate de una pelota alta sin enseñar la potencia como objetivo principal?

Dato	Versión de referencia
Modalidad y nivel	Pádel · En desarrollo
Duración y participantes	20 minutos · 8 participantes en parejas
Espacio y material	Ocho participantes en una pista. Envíos altos y lentos desde una marca estable; una persona remata, otra lanza y las restantes observan o esperan en lugar seguro con rotaciones frecuentes.
Prerrequisito	Volea básica y lectura de una pelota alta cómoda; control de distancia a pared y compañero.

La propuesta focaliza un aprendizaje que puede observarse durante una intervención breve. Antes de aplicarla, el equipo docente revisará el número real de participantes, la disponibilidad de pistas y la experiencia previa; esos cambios se registrarán sin alterar el código de la ficha original.

Condición que conviene preservar. La práctica debe permitir ensayos repetidos y una comprobación observable del objetivo sin que las esperas o la complejidad de las reglas oculten el aprendizaje.

Las cantidades de contactos y los tiempos son criterios orientativos de trabajo. Su función es dar suficientes oportunidades de ensayo y comprobar si la práctica se mantiene activa, no clasificar a los participantes.

PAD-M08 Diseño didáctico

Contexto de aplicación. Ocho participantes en una pista. Envíos altos y lentos desde una marca estable; una persona remata, otra lanza y las restantes observan o esperan en lugar seguro con rotaciones frecuentes.

Objetivo principal. Reconocer una pelota alta alcanzable, colocarse debajo con tiempo y realizar un remate controlado hacia un espacio amplio, manteniendo la seguridad.

Contenidos. Lectura de trayectoria; pasos de ajuste; colocación lateral; contacto alto cómodo; dirección controlada y recuperación.

Competencia docente prioritaria. Comunicación y demostración; organización y tiempo.

Evidencia esperada del aprendizaje. El participante decide cuándo la pelota es alcanzable, ajusta la posición antes del golpe y dirige un remate sin buscar máxima fuerza.

Metodología. Una demostración breve presenta la condición de seguridad o el gesto inicial. Después se alternan ensayos facilitados, una tarea focalizada y una situación de aplicación. El docente pregunta por lo observado antes de añadir una nueva consigna.

Consigna central. «Mira la trayectoria, colócate con tiempo y golpea hacia la zona grande con control.»

El objetivo se comprobará en varios intentos y con una dificultad razonable para cada pareja. La ejecución no se interpretará de forma aislada del envío recibido, la distancia ni la ayuda utilizada. El equipo decidirá antes de comenzar qué participante observará cada docente durante la fase central.

Fase	Tiempo	Propósito
Inicio	2 min	Presentar el problema, espacio y señal de parada.
Control	4 min	Crear condiciones de éxito y observar la respuesta inicial.
Desarrollo	6 min	Practicar el aprendizaje prioritario y ajustar una variable.
Aplicación	6 min	Utilizarlo con mayor continuidad o decisión.
Cierre	2 min	Comprobar una evidencia y formular una mejora.

PAD-M08 Secuencia de tareas I

Preparación y organización. Una sola zona de remate activa y distancia suficiente de paredes y compañeros. Los lanzamientos se detienen antes de cada recogida; nadie observa bajo la trayectoria de la pala.

Inicio · 2 min. Plantear el reto en una frase, señalar la zona activa y la de espera, enseñar la señal de parada y realizar una demostración de un intento. Todas las parejas comienzan en paralelo tras comprobar que entienden el cambio de roles.

Control · 4 min. Ubicación ante pelota alta (PAD-T22)

El compañero lanza una pelota alta y lenta. El receptor se desplaza, señala dónde caería y la deja botar o la atrapa sin rematar. Practica llegar con espacio y sin retroceder de espaldas.

Variante facilitadora. Lanzar desde cerca y anunciar la trayectoria.

Progresión. Variar ligeramente profundidad manteniendo tiempo de reacción.

Desarrollo · 6 min. Remate a zona amplia (PAD-T23)

Desde una marca segura, el lanzador envía alto y predecible. El golpeador realiza un gesto compacto hacia una zona grande del campo contrario; la pareja registra colocación y control. Cuatro intentos por turno.

Variante facilitadora. Permitir golpe suave por encima de la cabeza desde posición fija.

Progresión. Introducir un pequeño desplazamiento previo al contacto.

Durante las series, quien enseña observa una pareja durante unos segundos, ofrece una sola indicación que pueda probarse de inmediato y sigue a otra. Si se interrumpe la práctica para una explicación común, la consigna debe responder a una dificultad compartida y durar lo mínimo necesario.

PAD-M08 Secuencia de tareas II

Aplicación · 6 min. Elige rematar o mantener (PAD-T24)

El lanzador ofrece algunas pelotas altas cómodas y otras más profundas. El receptor elige rematar solo cuando dispone de posición y tiempo; si no, utiliza una devolución segura o deja botar según la consigna. Se explica la decisión.

Variante facilitadora. Anunciar antes el tipo de envío.

Progresión. Retirar el anuncio sin aumentar la velocidad.

Cierre · 2 min

Se repite un intento comparable al comienzo o se observa una secuencia breve. Cada pareja comunica una evidencia relacionada con el objetivo y una condición que facilitó o dificultó su logro. El equipo docente recoge una respuesta concreta para contrastarla con la grabación.

Pregunta de cierre. ¿El participante eligió rematar porque tenía una pelota favorable o solo por cumplir la tarea?

Si cambia el grupo o el espacio

Con menos participantes se amplían los turnos de práctica sin aumentar necesariamente la dificultad. Con más participantes se crean zonas simultáneas solo si hay separación segura; en caso contrario se establecen rotaciones cortas de práctica y observación con un indicador concreto. La persona observadora no permanece en la trayectoria de una pelota ni de una raqueta.

Cuando la tarea de aplicación resulte demasiado exigente, se recupera una de las ayudas propuestas sin abandonar el objetivo principal. Si resulta demasiado fácil, se modifica una sola condición, como la distancia, la incertidumbre del envío o el tamaño del blanco. El equipo anota la modificación y comprueba su efecto en la siguiente serie.

Momento de decisión	Acción
Poca continuidad	Reducir la velocidad o distancia y mantener el mismo problema de aprendizaje.
Esperas prolongadas	Acortar turnos o abrir una estación segura de práctica simultánea.
Éxito estable	Aplicar la progresión prevista y comprobar si se conserva la participación.

PAD-M08 Intervención docente

Antes de empezar. Verificar superficie y material, colocar marcas y pelotas, comprobar distancias entre carriles y asignar quién explica, demuestra, observa, registra el tiempo y organiza las rotaciones. Una sola zona de remate activa y distancia suficiente de paredes y compañeros. Los lanzamientos se detienen antes de cada recogida; nadie observa bajo la trayectoria de la pala.

Dónde observar. Observar decisión de golpear y control de dirección antes de valorar potencia; localizar intentos de remate desde mala posición.

Error frecuente. Correr hacia atrás mirando arriba y golpear fuerte aun sin estar debajo de la pelota.

Respuesta docente posible. Detener la serie, reducir profundidad y ensayar primero colocación sin golpe; reanudar con una zona objetivo amplia.

Adaptación para participar. Variar altura y trayectoria del lanzamiento; permitir una devolución alternativa cuando el remate no es alcanzable.

Seguridad. No retroceder de espaldas hacia cristal o compañero; excluir remates que obliguen a perseguir pelotas fuera de la zona segura.

Pauta breve de feedback

Describir primero la conducta observada, proponer o preguntar por un único cambio y dejar que la persona lo pruebe. Una respuesta útil puede dirigirse a la tarea, por ejemplo a la distancia o a la velocidad de la pelota, cuando varias personas encuentran la misma dificultad. El equipo comprobará después si el ajuste tuvo el efecto buscado.

Contingencia

Si el lanzamiento del compañero impide practicar el objetivo, se estabiliza temporalmente el inicio de la tarea. Si una pelota invade otra zona de práctica o hay riesgo de choque, se detienen todas las parejas afectadas antes de reorganizar. Las decisiones se anotan para distinguir el plan de lo que realmente se aplicó.

PAD-M08 Observación y mejora

Focos para revisar el vídeo

Foco	Evidencia que conviene localizar
Aprendizaje	El participante decide cuándo la pelota es alcanzable, ajusta la posición antes del golpe y dirige un remate sin buscar máxima fuerza.
Actuación docente	Observar decisión de golpear y control de dirección antes de valorar potencia; localizar intentos de remate desde mala posición.
Participación	Tiempo de espera, distribución de turnos y respuestas tras un ajuste.
Seguridad y acceso	No retroceder de espaldas hacia cristal o compañero; excluir remates que obliguen a perseguir pelotas fuera de la zona segura.

Registro de una decisión

Dato	Anotación tras la intervención
Situación	Momento o intento en que apareció la dificultad.
Cambio aplicado	Detener la serie, reducir profundidad y ensayar primero colocación sin golpe; reanudar con una zona objetivo amplia.
Respuesta observada	Describir qué ocurrió en los intentos siguientes, sin inferir dominio definitivo.
Siguiente versión	Si la potencia domina la práctica, introducir un blanco de control y observar calidad de la decisión de rematar.

Preguntas para el análisis. ¿El participante eligió rematar porque tenía una pelota favorable o solo por cumplir la tarea? ¿Qué muestra el vídeo sobre la competencia docente prioritaria? ¿Qué cambiaríamos en una segunda aplicación y qué evidencia permitiría valorar ese cambio?

Transferencia. La tarea puede utilizarse en otra edad o instalación si se revisan lenguaje, duración, reglas, material, seguridad y accesibilidad. El código identifica la propuesta publicada; las modificaciones del equipo se registran junto a ella.

5.9. PAD-M09 Salida sencilla de pared de fondo

Visión general

Reto docente. ¿Cómo interpretar el rebote en la pared de fondo y crear tiempo para responder sin invadir el cristal?

Dato	Versión de referencia
Modalidad y nivel	Pádel · Inicial
Duración y participantes	20 minutos · 8 participantes en parejas
Espacio y material	Ocho participantes en una pista con turnos breves. Una trayectoria lenta y predecible llega al fondo, rebota en cristal y ofrece espacio para salir; observadores junto a zona segura sin interferir.
Prerrequisito	Control del bote y de un golpe de fondo; reconocimiento del espacio entre pared y jugador.

La propuesta focaliza un aprendizaje que puede observarse durante una intervención breve. Antes de aplicarla, el equipo docente revisará el número real de participantes, la disponibilidad de pistas y la experiencia previa; esos cambios se registrarán sin alterar el código de la ficha original.

Condición que conviene preservar. La práctica debe permitir ensayos repetidos y una comprobación observable del objetivo sin que las esperas o la complejidad de las reglas oculten el aprendizaje.

Las cantidades de contactos y los tiempos son criterios orientativos de trabajo. Su función es dar suficientes oportunidades de ensayo y comprobar si la práctica se mantiene activa, no clasificar a los participantes.

PAD-M09 Diseño didáctico

Contexto de aplicación. Ocho participantes en una pista con turnos breves. Una trayectoria lenta y predecible llega al fondo, rebota en cristal y ofrece espacio para salir; observadores junto a zona segura sin interferir.

Objetivo principal. Dejar pasar una pelota que rebotará en la pared de fondo, desplazarse para mantener espacio y devolverla hacia una zona amplia tras el rebote.

Contenidos. Secuencia bote-pared; lectura del rebote; distancia al cristal; colocación antes del golpe y dirección de continuidad.

Competencia docente prioritaria. Observación y feedback; adaptación e inclusión.

Evidencia esperada del aprendizaje. El participante evita golpear precipitado antes de la pared, conserva espacio tras el rebote y devuelve una pelota jugable en varios intentos.

Metodología. Una demostración breve presenta la condición de seguridad o el gesto inicial. Después se alternan ensayos facilitados, una tarea focalizada y una situación de aplicación. El docente pregunta por lo observado antes de añadir una nueva consigna.

Consigna central. «Deja pasar, mira el rebote de pared, sepárate y envía con margen.»

El objetivo se comprobará en varios intentos y con una dificultad razonable para cada pareja. La ejecución no se interpretará de forma aislada del envío recibido, la distancia ni la ayuda utilizada. El equipo decidirá antes de comenzar qué participante observará cada docente durante la fase central.

Fase	Tiempo	Propósito
Inicio	2 min	Presentar el problema, espacio y señal de parada.
Control	4 min	Crear condiciones de éxito y observar la respuesta inicial.
Desarrollo	6 min	Practicar el aprendizaje prioritario y ajustar una variable.
Aplicación	6 min	Utilizarlo con mayor continuidad o decisión.
Cierre	2 min	Comprobar una evidencia y formular una mejora.

PAD-M09 Secuencia de tareas I

Preparación y organización. Una zona de fondo activa por serie; lanzador desde posición estable, pelota lenta y trayectoria conocida. Los participantes esperan fuera del recorrido de la pelota y del arco de pala.

Inicio · 2 min. Plantear el reto en una frase, señalar la zona activa y la de espera, enseñar la señal de parada y realizar una demostración de un intento. Todas las parejas comienzan en paralelo tras comprobar que entienden el cambio de roles.

Control · 4 min. Lee bote y pared (PAD-T25)

El lanzador envía suave al fondo. El receptor señala primero el bote y después el punto de rebote en pared, deja pasar y atrapa la pelota al salir. No se golpea hasta comprender la trayectoria.

Variante facilitadora. Anunciar la trayectoria y usar envío lento.

Progresión. Variar ligeramente la profundidad sin cambiar dirección.

Desarrollo · 6 min. Sepárate y devuelve (PAD-T26)

Ante la misma trayectoria predecible, el receptor se coloca con distancia al cristal y devuelve después del rebote hacia una zona central amplia. Cuatro intentos por rol y una observación de la posición.

Variante facilitadora. Permitir un segundo bote si preserva la lectura.

Progresión. Cambiar moderadamente la altura del rebote.

Durante las series, quien enseña observa una pareja durante unos segundos, ofrece una sola indicación que pueda probarse de inmediato y sigue a otra. Si se interrumpe la práctica para una explicación común, la consigna debe responder a una dificultad compartida y durar lo mínimo necesario.

PAD-M09 Secuencia de tareas II

Aplicación · 6 min. Salida de pared con continuidad (PAD-T27)

Dos jugadores practican un intercambio iniciado con envío lento hacia la pared de fondo. Tras la salida, intentan añadir dos golpes cooperativos. Se detiene si la colocación genera choque o precipitación.

Variante facilitadora. Detener el punto después de la salida y reiniciar.

Progresión. Alternar algunos envíos que no requieren pared para que exista lectura.

Cierre · 2 min

Se repite un intento comparable al comienzo o se observa una secuencia breve. Cada pareja comunica una evidencia relacionada con el objetivo y una condición que facilitó o dificultó su logro. El equipo docente recoge una respuesta concreta para contrastarla con la grabación.

Pregunta de cierre. ¿Qué cambió al dejar espacio entre cuerpo y pared antes de la salida?

Si cambia el grupo o el espacio

Con menos participantes se amplían los turnos de práctica sin aumentar necesariamente la dificultad. Con más participantes se crean zonas simultáneas solo si hay separación segura; en caso contrario se establecen rotaciones cortas de práctica y observación con un indicador concreto. La persona observadora no permanece en la trayectoria de una pelota ni de una raqueta.

Cuando la tarea de aplicación resulte demasiado exigente, se recupera una de las ayudas propuestas sin abandonar el objetivo principal. Si resulta demasiado fácil, se modifica una sola condición, como la distancia, la incertidumbre del envío o el tamaño del blanco. El equipo anota la modificación y comprueba su efecto en la siguiente serie.

Momento de decisión	Acción
Poca continuidad	Reducir la velocidad o distancia y mantener el mismo problema de aprendizaje.
Esperas prolongadas	Acortar turnos o abrir una estación segura de práctica simultánea.
Éxito estable	Aplicar la progresión prevista y comprobar si se conserva la participación.

PAD-M09 Intervención docente

Antes de empezar. Verificar superficie y material, colocar marcas y pelotas, comprobar distancias entre carriles y asignar quién explica, demuestra, observa, registra el tiempo y organiza las rotaciones. Una zona de fondo activa por serie; lanzador desde posición estable, pelota lenta y trayectoria conocida. Los participantes esperan fuera del recorrido de la pelota y del arco de pala.

Dónde observar. Comprobar si se distingue una pelota que conviene dejar pasar de otra que puede golpearse antes; observar distancia al cristal.

Error frecuente. Acercarse demasiado al cristal y golpear con la pelota pegada al cuerpo tras el rebote.

Respuesta docente posible. Marcar una posición de espera con más espacio y repetir lectura sin pala antes de volver al golpe.

Adaptación para participar. Variar velocidad, profundidad y pausa; permitir primero atrapar tras la pared y después golpear desde la posición más cómoda.

Seguridad. No apoyar ni golpear la pala contra el cristal; evitar carreras de espaldas y detener envíos cuando alguien esté junto a la pared.

Pauta breve de feedback

Describir primero la conducta observada, proponer o preguntar por un único cambio y dejar que la persona lo pruebe. Una respuesta útil puede dirigirse a la tarea, por ejemplo a la distancia o a la velocidad de la pelota, cuando varias personas encuentran la misma dificultad. El equipo comprobará después si el ajuste tuvo el efecto buscado.

Contingencia

Si el lanzamiento del compañero impide practicar el objetivo, se estabiliza temporalmente el inicio de la tarea. Si una pelota invade otra zona de práctica o hay riesgo de choque, se detienen todas las parejas afectadas antes de reorganizar. Las decisiones se anotan para distinguir el plan de lo que realmente se aplicó.

PAD-M09 Observación y mejora

Focos para revisar el vídeo

Foco	Evidencia que conviene localizar
Aprendizaje	El participante evita golpear precipitado antes de la pared, conserva espacio tras el rebote y devuelve una pelota jugable en varios intentos.
Actuación docente	Comprobar si se distingue una pelota que conviene dejar pasar de otra que puede golpearse antes; observar distancia al cristal.
Participación	Tiempo de espera, distribución de turnos y respuestas tras un ajuste.
Seguridad y acceso	No apoyar ni golpear la pala contra el cristal; evitar carreras de espaldas y detener envíos cuando alguien esté junto a la pared.

Registro de una decisión

Dato	Anotación tras la intervención
Situación	Momento o intento en que apareció la dificultad.
Cambio aplicado	Marcar una posición de espera con más espacio y repetir lectura sin pala antes de volver al golpe.
Respuesta observada	Describir qué ocurrió en los intentos siguientes, sin inferir dominio definitivo.
Siguiente versión	Si todos golpean por rutina después de pared, alternar trayectorias con y sin rebote para recuperar la decisión.

Preguntas para el análisis. ¿Qué cambió al dejar espacio entre cuerpo y pared antes de la salida? ¿Qué muestra el vídeo sobre la competencia docente prioritaria? ¿Qué cambiaríamos en una segunda aplicación y qué evidencia permitiría valorar ese cambio?

Transferencia. La tarea puede utilizarse en otra edad o instalación si se revisan lenguaje, duración, reglas, material, seguridad y accesibilidad. El código identifica la propuesta publicada; las modificaciones del equipo se registran junto a ella.

5.10. PAD-M10 Cooperación y decisiones en pareja

Visión general

Reto docente. ¿Cómo coordinar los desplazamientos de dos jugadores y elegir un golpe viable sin dejar zonas desatendidas?

Dato	Versión de referencia
Modalidad y nivel	Pádel · De aplicación
Duración y participantes	20 minutos · 8 participantes en parejas
Espacio y material	Ocho participantes y una pista. Dos parejas juegan puntos reducidos y otras dos observan indicadores distintos desde lugares seguros; se alternan las funciones cada dos minutos. Se usan pelotas lentas y reglas adaptadas.
Prerrequisito	Golpes básicos, posición de fondo y red y acuerdos de seguridad entre compañeros.

La propuesta focaliza un aprendizaje que puede observarse durante una intervención breve. Antes de aplicarla, el equipo docente revisará el número real de participantes, la disponibilidad de pistas y la experiencia previa; esos cambios se registrarán sin alterar el código de la ficha original.

Condición que conviene preservar. La práctica debe permitir ensayos repetidos y una comprobación observable del objetivo sin que las esperas o la complejidad de las reglas oculten el aprendizaje.

Las cantidades de contactos y los tiempos son criterios orientativos de trabajo. Su función es dar suficientes oportunidades de ensayo y comprobar si la práctica se mantiene activa, no clasificar a los participantes.

PAD-M10 Diseño didáctico

Contexto de aplicación. Ocho participantes y una pista. Dos parejas juegan puntos reducidos y otras dos observan indicadores distintos desde lugares seguros; se alternan las funciones cada dos minutos. Se usan pelotas lentas y reglas adaptadas.

Objetivo principal. Comunicar quién juega una pelota compartida, recuperar una posición complementaria y escoger una devolución segura o a espacio libre según la situación.

Contenidos. Responsabilidad sobre pelotas centrales; señales verbales; desplazamiento conjunto; elección entre continuidad, globo y volea en situaciones favorables.

Competencia docente prioritaria. Evaluación y reflexión; adaptación e inclusión.

Evidencia esperada del aprendizaje. Ambas personas intervienen, se comunican ante una pelota central y reajustan su posición sin dejar a la pareja desorganizada.

Metodología. Una demostración breve presenta la condición de seguridad o el gesto inicial. Después se alternan ensayos facilitados, una tarea focalizada y una situación de aplicación. El docente pregunta por lo observado antes de añadir una nueva consigna.

Consigna central. «Hablad antes del golpe, cubrid espacios distintos y elegid una pelota que podáis sostener.»

El objetivo se comprobará en varios intentos y con una dificultad razonable para cada pareja. La ejecución no se interpretará de forma aislada del envío recibido, la distancia ni la ayuda utilizada. El equipo decidirá antes de comenzar qué participante observará cada docente durante la fase central.

Fase	Tiempo	Propósito
Inicio	2 min	Presentar el problema, espacio y señal de parada.
Control	4 min	Crear condiciones de éxito y observar la respuesta inicial.
Desarrollo	6 min	Practicar el aprendizaje prioritario y ajustar una variable.
Aplicación	6 min	Utilizarlo con mayor continuidad o decisión.
Cierre	2 min	Comprobar una evidencia y formular una mejora.

PAD-M10 Secuencia de tareas I

Preparación y organización. Una pareja activa en cada lado; observadores fuera de pista. La rotación sigue un orden anunciado y se detiene el punto cuando hay riesgo de choque.

Inicio · 2 min. Plantear el reto en una frase, señalar la zona activa y la de espera, enseñar la señal de parada y realizar una demostración de un intento. Todas las parejas comienzan en paralelo tras comprobar que entienden el cambio de roles.

Control · 4 min. Acuerdo para pelota central (PAD-T28)

Una pareja recibe envíos lentos a los laterales y al centro. Antes de empezar acuerda una señal breve para la pelota central. Tras cada serie comenta si la llamada fue temprana y si ambos conservaron espacio.

Variante facilitadora. Anunciar quién tomará las primeras pelotas centrales.

Progresión. Retirar el acuerdo fijo y decidir con una señal durante el juego.

Desarrollo · 6 min. Dos jugadores una posición compartida (PAD-T29)

La pareja responde a envíos alternos al fondo y cerca de red, desplazándose sin dejar a un compañero aislado. Se congelan algunas jugadas para señalar qué espacio cubre cada uno.

Variante facilitadora. Pausar el envío tras el primer golpe para recolocarse.

Progresión. Reducir la pausa y permitir intercambio corto.

Durante las series, quien enseña observa una pareja durante unos segundos, ofrece una sola indicación que pueda probarse de inmediato y sigue a otra. Si se interrumpe la práctica para una explicación común, la consigna debe responder a una dificultad compartida y durar lo mínimo necesario.

PAD-M10 Secuencia de tareas II

Aplicación · 6 min. Punto reducido con observación (PAD-T30)

Dos parejas juegan puntos con inicio facilitado. Una persona observadora registra una llamada útil, una recuperación conjunta y una decisión de continuidad o espacio libre. Se rota cada dos minutos y se comenta un episodio verificable.

Variante facilitadora. Limitar la oposición y permitir un segundo bote acordado.

Progresión. Retirar una ayuda y mantener el foco de comunicación.

Cierre · 2 min

Se repite un intento comparable al comienzo o se observa una secuencia breve. Cada pareja comunica una evidencia relacionada con el objetivo y una condición que facilitó o dificultó su logro. El equipo docente recoge una respuesta concreta para contrastarla con la grabación.

Pregunta de cierre. ¿La pareja decidió y se desplazó de forma complementaria o solo reaccionó al resultado del golpe?

Si cambia el grupo o el espacio

Con menos participantes se amplían los turnos de práctica sin aumentar necesariamente la dificultad. Con más participantes se crean zonas simultáneas solo si hay separación segura; en caso contrario se establecen rotaciones cortas de práctica y observación con un indicador concreto. La persona observadora no permanece en la trayectoria de una pelota ni de una raqueta.

Cuando la tarea de aplicación resulte demasiado exigente, se recupera una de las ayudas propuestas sin abandonar el objetivo principal. Si resulta demasiado fácil, se modifica una sola condición, como la distancia, la incertidumbre del envío o el tamaño del blanco. El equipo anota la modificación y comprueba su efecto en la siguiente serie.

Momento de decisión	Acción
Poca continuidad	Reducir la velocidad o distancia y mantener el mismo problema de aprendizaje.
Esperas prolongadas	Acortar turnos o abrir una estación segura de práctica simultánea.
Éxito estable	Aplicar la progresión prevista y comprobar si se conserva la participación.

PAD-M10 Intervención docente

Antes de empezar. Verificar superficie y material, colocar marcas y pelotas, comprobar distancias entre carriles y asignar quién explica, demuestra, observa, registra el tiempo y organiza las rotaciones. Una pareja activa en cada lado; observadores fuera de pista. La rotación sigue un orden anunciado y se detiene el punto cuando hay riesgo de choque.

Dónde observar. Observar a ambas personas de la pareja, no solo a quien golpea; distinguir una llamada útil de hablar después del error.

Error frecuente. Dos jugadores atacan la misma pelota central y dejan libre gran parte de la pista.

Respuesta docente posible. Detener el punto, acordar una señal y dos zonas de responsabilidad; reanudar con envío central lento.

Adaptación para participar. Repartir zonas según movilidad y acuerdos de la pareja, preservando oportunidades reales de intervención para ambas personas.

Seguridad. Ante una pelota dudosa, priorizar evitar choque; ninguna pareja observadora entra durante un punto.

Pauta breve de feedback

Describir primero la conducta observada, proponer o preguntar por un único cambio y dejar que la persona lo pruebe. Una respuesta útil puede dirigirse a la tarea, por ejemplo a la distancia o a la velocidad de la pelota, cuando varias personas encuentran la misma dificultad. El equipo comprobará después si el ajuste tuvo el efecto buscado.

Contingencia

Si el lanzamiento del compañero impide practicar el objetivo, se estabiliza temporalmente el inicio de la tarea. Si una pelota invade otra zona de práctica o hay riesgo de choque, se detienen todas las parejas afectadas antes de reorganizar. Las decisiones se anotan para distinguir el plan de lo que realmente se aplicó.

PAD-M10 Observación y mejora

Focos para revisar el vídeo

Foco	Evidencia que conviene localizar
Aprendizaje	Ambas personas intervienen, se comunican ante una pelota central y reajustan su posición sin dejar a la pareja desorganizada.
Actuación docente	Observar a ambas personas de la pareja, no solo a quien golpea; distinguir una llamada útil de hablar después del error.
Participación	Tiempo de espera, distribución de turnos y respuestas tras un ajuste.
Seguridad y acceso	Ante una pelota dudosa, priorizar evitar choque; ninguna pareja observadora entra durante un punto.

Registro de una decisión

Dato	Anotación tras la intervención
Situación	Momento o intento en que apareció la dificultad.
Cambio aplicado	Detener el punto, acordar una señal y dos zonas de responsabilidad; reanudar con envío central lento.
Respuesta observada	Describir qué ocurrió en los intentos siguientes, sin inferir dominio definitivo.
Siguiente versión	Si una persona monopoliza los envíos, ajustar el inicio de las jugadas para que ambas reciban oportunidades comparables.

Preguntas para el análisis. ¿La pareja decidió y se desplazó de forma complementaria o solo reaccionó al resultado del golpe? ¿Qué muestra el vídeo sobre la competencia docente prioritaria? ¿Qué cambiaríamos en una segunda aplicación y qué evidencia permitiría valorar ese cambio?

Transferencia. La tarea puede utilizarse en otra edad o instalación si se revisan lenguaje, duración, reglas, material, seguridad y accesibilidad. El código identifica la propuesta publicada; las modificaciones del equipo se registran junto a ella.

CAPÍTULO 6

Banco de tareas de tenis y pádel

¿Qué encontrará el lector en este capítulo?

Este banco reúne sesenta tareas breves: treinta de tenis (TEN-T01 a TEN-T30) y treinta de pádel (PAD-T01 a PAD-T30). Sus códigos y títulos coinciden con los utilizados en las microenseñanzas de los capítulos 4 y 5. Cada ficha desarrolla una actividad de manera que pueda consultarse por separado, adaptarse a otro grupo o combinarse con otras tareas.

Las cantidades indicadas en los criterios de éxito son orientativas para observar una respuesta durante la práctica. No son baremos individuales ni sustituyen la valoración del aprendizaje a lo largo de varias sesiones. La duración corresponde al tiempo previsto dentro de la microenseñanza de referencia; al utilizar una tarea de forma independiente, puede modificarse.

Cómo leer y adaptar una ficha

Campo	Uso durante la planificación
Finalidad y nivel	Indican qué problema de juego se trabaja y qué control previo se presupone.
Organización y desarrollo	Explican posiciones, inicio de cada intento, turnos y circulación de la pelota.
Esquema espacial	Identifica inicio, trayectoria y lugar seguro de espera u observación.
Éxito y acción docente	Relacionan respuesta del participante con lo que conviene observar o modificar.
Variantes, inclusión y seguridad	Ofrecen cambios de dificultad y señalan riesgos previsibles.

La disposición espacial se describe en palabras y no reproduce una pista a escala. En las fichas de tenis, cada carril o estación debe separarse de los demás. En pádel, la pared y la trayectoria de los jugadores condicionan cuántas tareas pueden realizarse a la vez: si una segunda estación no es segura, se utilizan turnos breves. La señal de parada precede siempre a la recogida de pelotas.

Para localizar una actividad, el código remite a la modalidad y al orden del banco; no establece una dificultad universal. Las primeras tareas de cada grupo suelen facilitar el control, las segundas focalizan el contenido y las terceras lo aplican en un intercambio o decisión. Una misma tarea puede integrarse en una progresión diferente si se explica qué función cumple.

TEN-T01 Bote y parada

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Tenis · Familiarización y control	Inicial	4 min	2–4 por estación

Finalidad. Explorar el bote y la fuerza necesaria para detener la pelota con la raqueta.

Espacio y material. Carril o media pista delimitados; raquetas, pelotas de baja presión y marcas de suelo, aro o zona marcada.

Organización y desarrollo

Cada persona deja botar una pelota, la acompaña con la raqueta y la detiene dentro de un aro o zona ancha. Cinco intentos y cambio de mano de recogida; la raqueta permanece en la mano dominante. Se cuentan contactos controlados, no la velocidad.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Persona con raqueta en zona individual	Pelota al aro o zona de parada	Pareja observa al lado; docente ve el bote

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Deja botar, acompaña la pelota y deténla dentro de la zona.»

Criterio de éxito orientativo. Detiene la pelota en la zona en tres de cinco intentos, regulando el bote.

Papel del docente. Registrar si se reduce el tiempo de espera y si ambas personas de cada pareja realizan un número parecido de envíos. Si aparece la dificultad común, pedir un golpe más corto y colocar una zona objetivo más próxima; observar si aumentan los contactos útiles.

Error frecuente. Golpes demasiado fuertes que alejan la pelota y provocan recogidas largas.

Variante facilitadora. Acercar el aro y permitir atrapar la pelota tras el bote.

Progresión. Conseguir dos botes controlados antes de detenerla.

Adaptación inclusiva. Ofrecer pelotas de distinta velocidad y distancias acordadas con cada pareja; permitir una sujeción de raqueta cómoda sin imponer una empuñadura única.

Seguridad. Parar todos los golpes antes de recoger pelotas dispersas; no invadir el carril de otra pareja.

Microenseñanza relacionada. TEN-M01; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

TEN-T02 Envío a puerta ancha

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Tenis · Familiarización y control	Inicial	6 min	2–4 por estación

Finalidad. Regular dirección y fuerza de un primer envío hacia una puerta amplia.

Espacio y material. Carril o media pista delimitados; raquetas, pelotas de baja presión y marcas de suelo, conos.

Organización y desarrollo

En parejas, una persona deja caer la pelota y la impulsa con un golpe corto hacia una puerta de conos a pocos metros; la otra recoge detrás de la puerta y devuelve por el lateral. Tras cinco envíos intercambian roles. La zona de recogida queda fuera del carril de golpeo.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Emisor ante puerta de conos	Pelota cruza la puerta hacia receptor	Receptor recoge detrás y vuelve por lateral

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Mira el bote, coloca la raqueta delante y empuja suave hacia el espacio libre.»

Criterio de éxito orientativo. Orienta al menos tres de cinco envíos hacia la puerta amplia.

Papel del docente. Registrar si se reduce el tiempo de espera y si ambas personas de cada pareja realizan un número parecido de envíos. Si aparece la dificultad común, pedir un golpe más corto y colocar una zona objetivo más próxima; observar si aumentan los contactos útiles.

Error frecuente. Golpes demasiado fuertes que alejan la pelota y provocan recogidas largas.

Variante facilitadora. Ampliar la puerta y sustituir el golpe por una pelota apoyada en la raqueta.

Progresión. Reducir la puerta o pedir que el envío bote antes de cruzarla.

Adaptación inclusiva. Ofrecer pelotas de distinta velocidad y distancias acordadas con cada pareja; permitir una sujeción de raqueta cómoda sin imponer una empuñadura única.

Seguridad. Parar todos los golpes antes de recoger pelotas dispersas; no invadir el carril de otra pareja.

Microenseñanza relacionada. TEN-M01; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

TEN-T03 Intercambio con bote libre

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Tenis · Familiarización y control	Inicial	6 min	2–4 por estación

Finalidad. Iniciar intercambios cooperativos con ayudas de bote y distancia.

Espacio y material. Carril o media pista delimitados; raquetas, pelotas de baja presión y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

Las parejas se colocan frente a frente a distancia corta. Se permite un bote adicional y un contacto de control antes de enviar. El reto es conseguir tres envíos seguidos, reiniciando sin eliminar a nadie; cada pareja anota su mejor secuencia.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Pareja frente a frente a corta distancia	Pelota de ida y vuelta con bote acordado	Otras parejas en carriles separados

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Mira el bote, coloca la raqueta delante y empuja suave hacia el espacio libre.»

Criterio de éxito orientativo. La pareja logra una secuencia de tres envíos cooperativos con las ayudas pactadas.

Papel del docente. Registrar si se reduce el tiempo de espera y si ambas personas de cada pareja realizan un número parecido de envíos. Si aparece la dificultad común, pedir un golpe más corto y colocar una zona objetivo más próxima; observar si aumentan los contactos útiles.

Error frecuente. Golpes demasiado fuertes que alejan la pelota y provocan recogidas largas.

Variante facilitadora. Lanzar con la mano el primer envío y acortar la distancia.

Progresión. Limitar a un bote y un golpe por turno cuando exista continuidad.

Adaptación inclusiva. Ofrecer pelotas de distinta velocidad y distancias acordadas con cada pareja; permitir una sujeción de raqueta cómoda sin imponer una empuñadura única.

Seguridad. Parar todos los golpes antes de recoger pelotas dispersas; no invadir el carril de otra pareja.

Microenseñanza relacionada. TEN-M01; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

TEN-T04 Preparación ante bote predecible

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Tenis · Golpes de fondo	Inicial	4 min	2–4 por estación

Finalidad. Preparar la raqueta antes de un bote predecible al lado de derecha.

Espacio y material. Carril o media pista delimitados; raquetas, pelotas de baja presión y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

El compañero lanza con la mano una pelota suave hacia la derecha. El golpeador señala el bote, prepara la raqueta antes de que llegue y deja botar sin golpear en el primer intento; después realiza el golpe hacia un espacio libre. Alternan en series de cinco.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Lanzador frente a golpeador	Pelota suave al lado de derecha	Lanzador fuera del arco de raqueta

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Prepara la raqueta antes de que la pelota bote a tu derecha.»

Criterio de éxito orientativo. Inicia la preparación antes del bote en tres de cinco envíos previsibles.

Papel del docente. Mirar a una pareja cada vez: momento de preparación, distancia de contacto y recuperación; contar oportunidades reales de golpeo. Si aparece la dificultad común, detener una pareja, señalar una marca lateral de colocación y ensayar un lanzamiento más lento; comprobar el siguiente intento.

Error frecuente. Esperar inmóvil al bote y golpear con la pelota demasiado cerca del cuerpo.

Variante facilitadora. Reducir la distancia del lanzamiento y dejar que la pelota bote dos veces.

Progresión. Variar ligeramente la profundidad del lanzamiento, manteniendo su ritmo lento.

Adaptación inclusiva. Ajustar el lanzamiento y permitir dos botes o un blanco mayor; acordar la altura de llegada más cómoda para quien golpea.

Seguridad. Mantener a lanzadores y recogedores fuera de la trayectoria de la raqueta y detener el carril antes de entrar a por pelotas.

Microenseñanza relacionada. TEN-M02; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

TEN-T05 Derecha hacia zona amplia

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Tenis · Golpes de fondo	Inicial	6 min	2–4 por estación

Finalidad. Dirigir una derecha cómoda a zona amplia y recuperar posición.

Espacio y material. Carril o media pista delimitados; raquetas, pelotas de baja presión y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

Ante un lanzamiento facilitado, el golpeador envía de derecha hacia una zona de varios metros y vuelve a su marca de espera. El compañero recoge al terminar la serie; un observador de la pareja comprueba preparación y dirección, sin puntuar el estilo.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Golpeador ante zona amplia	Derecha hacia el campo opuesto	Receptor recoge fuera del carril

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Prepara antes del bote, deja espacio para la pelota y envía hacia la zona grande.»

Criterio de éxito orientativo. Envía tres de cinco derechas a zona amplia y vuelve a la marca de espera.

Papel del docente. Mirar a una pareja cada vez: momento de preparación, distancia de contacto y recuperación; contar oportunidades reales de golpeo. Si aparece la dificultad común, detener una pareja, señalar una marca lateral de colocación y ensayar un lanzamiento más lento; comprobar el siguiente intento.

Error frecuente. Esperar inmóvil al bote y golpear con la pelota demasiado cerca del cuerpo.

Variante facilitadora. Ampliar la zona y usar pelota más lenta.

Progresión. Acortar la zona objetivo sin aumentar la velocidad del lanzamiento.

Adaptación inclusiva. Ajustar el lanzamiento y permitir dos botes o un blanco mayor; acordar la altura de llegada más cómoda para quien golpea.

Seguridad. Mantener a lanzadores y recogedores fuera de la trayectoria de la raqueta y detener el carril antes de entrar a por pelotas.

Microenseñanza relacionada. TEN-M02; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

TEN-T06 Peloteo cooperativo de derecha

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Tenis · Golpes de fondo	Inicial	6 min	2–4 por estación

Finalidad. Sostener un peloteo de derecha ajustando distancia y ritmo.

Espacio y material. Carril o media pista delimitados; raquetas, pelotas de baja presión y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

Dos participantes intercambian de derecha en media pista. Pueden detener y reiniciar con lanzamiento manual cuando el intercambio se rompe. Buscan tres envíos consecutivos y anotan qué distancia les permite lograrlo.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Pareja a ambos lados de red o línea	Peloteo de derecha en media pista	Docente observa preparación desde lateral

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Prepara antes del bote, deja espacio para la pelota y envía hacia la zona grande.»

Criterio de éxito orientativo. Sostiene tres envíos de derecha con una distancia adaptada.

Papel del docente. Mirar a una pareja cada vez: momento de preparación, distancia de contacto y recuperación; contar oportunidades reales de golpeo. Si aparece la dificultad común, detener una pareja, señalar una marca lateral de colocación y ensayar un lanzamiento más lento; comprobar el siguiente intento.

Error frecuente. Esperar inmóvil al bote y golpear con la pelota demasiado cerca del cuerpo.

Variante facilitadora. Permitir un segundo bote y acercar a la pareja.

Progresión. Mantener el peloteo con un bote y recuperar la marca de espera tras cada envío.

Adaptación inclusiva. Ajustar el lanzamiento y permitir dos botes o un blanco mayor; acordar la altura de llegada más cómoda para quien golpea.

Seguridad. Mantener a lanzadores y recogedores fuera de la trayectoria de la raqueta y detener el carril antes de entrar a por pelotas.

Microenseñanza relacionada. TEN-M02; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

TEN-T07 Reconoce y gira

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Tenis · Golpes de fondo	Inicial	4 min	2–4 por estación

Finalidad. Reconocer el lado del revés y encontrar una posición de golpeo.

Espacio y material. Carril o media pista delimitados; raquetas, pelotas de baja presión y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

El compañero anuncia un envío lento al lado del revés. El receptor gira, señala dónde botará la pelota y la detiene con la mano o raqueta tras el bote; la prioridad es encontrar distancia, no golpear rápido.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Lanzador y receptor a distancia corta	Pelota anunciada al lado del revés	Espera detrás de la marca inicial

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Reconoce el lado, gira y busca espacio antes del bote.»

Criterio de éxito orientativo. Reconoce el lado y encuentra espacio antes del bote en tres intentos.

Papel del docente. Anotar si el problema principal es reconocer el lado, llegar a tiempo o encontrar espacio de contacto; intervenir sobre una causa cada vez. Si aparece la dificultad común, marcar una posición inicial más alejada del bote y ensayar sin pelota el giro y el espacio; reanudar con envío lento.

Error frecuente. Cruzar el brazo sin girar y contactar demasiado cerca del tronco.

Variante facilitadora. Anunciar antes el lado y permitir dos botes.

Progresión. Alternar derecha y revés con señal visual previa.

Adaptación inclusiva. Aceptar revés a una o dos manos y adaptar la distancia o el número de botes sin retirar el problema de orientar el envío.

Seguridad. Dejar separación suficiente entre carriles para el giro de raqueta y evitar que la pareja recoja durante la serie.

Microenseñanza relacionada. TEN-M03; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

TEN-T08 Revés a zona de continuidad

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Tenis · Golpes de fondo	Inicial	6 min	2–4 por estación

Finalidad. Enviar una pelota de revés hacia una zona de continuidad.

Espacio y material. Carril o media pista delimitados; raquetas, pelotas de baja presión y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

Desde una marca de inicio, el lanzador envía a la zona del revés. Quien golpea usa una o dos manos según su control, envía hacia un blanco amplio y vuelve a la marca. La pareja observa ubicación y dirección en series cortas.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Golpeador ante blanco central	Revés hacia zona amplia	Lanzador espera fuera del arco de raqueta

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Gira al reconocer el lado, busca espacio para la pelota y envía a la zona grande.»

Criterio de éxito orientativo. Devuelve varias pelotas de revés a la zona grande sin contacto pegado al cuerpo.

Papel del docente. Anotar si el problema principal es reconocer el lado, llegar a tiempo o encontrar espacio de contacto; intervenir sobre una causa cada vez. Si aparece la dificultad común, marcar una posición inicial más alejada del bote y ensayar sin pelota el giro y el espacio; reanudar con envío lento.

Error frecuente. Cruzar el brazo sin girar y contactar demasiado cerca del tronco.

Variante facilitadora. Acercar el lanzamiento y bajar la velocidad.

Progresión. Desplazar el lanzamiento un paso hacia fuera para exigir ajuste de pies.

Adaptación inclusiva. Aceptar revés a una o dos manos y adaptar la distancia o el número de botes sin retirar el problema de orientar el envío.

Seguridad. Dejar separación suficiente entre carriles para el giro de raqueta y evitar que la pareja recoja durante la serie.

Microenseñanza relacionada. TEN-M03; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

TEN-T09 Alternancia de lados cooperativa

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Tenis · Golpes de fondo	Inicial	6 min	2–4 por estación

Finalidad. Alternar respuestas de derecha y revés ante envíos anunciados.

Espacio y material. Carril o media pista delimitados; raquetas, pelotas de baja presión y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

Una pareja intercambia con lanzamientos alternos y conocidos a derecha y revés. El objetivo es responder a ambos lados con dirección segura; al principio se admite reinicio manual de la pelota sin perder el turno.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Pareja frente a frente	Envíos alternos a ambos lados	Sin cruces con carriles vecinos

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Gira al reconocer el lado, busca espacio para la pelota y envía a la zona grande.»

Criterio de éxito orientativo. Responde a ambos lados con al menos tres pelotas jugables en la serie.

Papel del docente. Anotar si el problema principal es reconocer el lado, llegar a tiempo o encontrar espacio de contacto; intervenir sobre una causa cada vez. Si aparece la dificultad común, marcar una posición inicial más alejada del bote y ensayar sin pelota el giro y el espacio; reanudar con envío lento.

Error frecuente. Cruzar el brazo sin girar y contactar demasiado cerca del tronco.

Variante facilitadora. Trabajar solo el revés durante una serie y permitir dos botes.

Progresión. Eliminar el anuncio previo del lado manteniendo la velocidad baja.

Adaptación inclusiva. Aceptar revés a una o dos manos y adaptar la distancia o el número de botes sin retirar el problema de orientar el envío.

Seguridad. Dejar separación suficiente entre carriles para el giro de raqueta y evitar que la pareja recoja durante la serie.

Microenseñanza relacionada. TEN-M03; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

TEN-T10 Lanzamiento que puedo alcanzar

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Tenis · Servicio	Inicial	4 min	2–4 por estación

Finalidad. Encontrar una altura de lanzamiento de servicio que permita un contacto cómodo.

Espacio y material. Carril o media pista delimitados; Pelotas y marcas de inicio; raquetas o palas solo en la fase con golpe..

Organización y desarrollo

Sin golpear, cada persona lanza la pelota con la mano no dominante y la recoge en una zona cómoda delante del cuerpo. Ensaya una rutina sencilla de colocación, mirada y lanzamiento durante cinco intentos.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Persona en marca de servicio	Pelota sube y se recoge sin golpe	Pareja observa desde lateral

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Lanza la pelota a una altura que puedas recoger delante de ti.»

Criterio de éxito orientativo. Repite un lanzamiento que puede alcanzar cómodamente en tres de cinco intentos.

Papel del docente. Separar el resultado de la pelota de la calidad del lanzamiento: contar servicios que permiten jugar y detectar en qué fase se pierde el control. Si aparece la dificultad común, pedir un lanzamiento más bajo y adelantado desde menor distancia; verificar la regularidad antes de retroceder.

Error frecuente. Lanzar demasiado alto o detrás del cuerpo y acelerar el golpe para compensar.

Variante facilitadora. Permitir bote y recoger la pelota a menor altura.

Progresión. Repetir el lanzamiento con una marca de contacto más consistente.

Adaptación inclusiva. Variar distancia a la red, altura de lanzamiento y tamaño del cuadro de aprendizaje; mantener claro el destino diagonal del servicio.

Seguridad. Servir en una sola dirección por estación; nadie entra a recoger hasta recibir la señal común.

Microenseñanza relacionada. TEN-M04; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

TEN-T11 Servicio a cuadro amplio

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Tenis · Servicio	Inicial	6 min	2–4 por estación

Finalidad. Orientar un servicio controlado hacia un cuadro diagonal amplio.

Espacio y material. Carril o media pista delimitados; raquetas, pelotas de baja presión y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

Desde una distancia adaptada, cada servidor golpea hacia un cuadro diagonal ampliado. La pareja observa si la pelota salió de un lanzamiento manejable y botó en la zona. Se sirven cuatro pelotas y se cambia el turno.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Servidor en marca adaptada	Trayectoria diagonal al cuadro amplio	Receptor detrás del cuadro

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Lanza a una altura que puedas controlar, golpea hacia el cuadro diagonal y prepárate para el resto.»

Criterio de éxito orientativo. Inicia varios servicios hacia el cuadro diagonal desde una distancia viable.

Papel del docente. Separar el resultado de la pelota de la calidad del lanzamiento: contar servicios que permiten jugar y detectar en qué fase se pierde el control. Si aparece la dificultad común, pedir un lanzamiento más bajo y adelantado desde menor distancia; verificar la regularidad antes de retroceder.

Error frecuente. Lanzar demasiado alto o detrás del cuerpo y acelerar el golpe para compensar.

Variante facilitadora. Empezar cerca de la línea de servicio y usar una pelota lenta.

Progresión. Retroceder gradualmente sin reducir de inmediato el blanco.

Adaptación inclusiva. Variar distancia a la red, altura de lanzamiento y tamaño del cuadro de aprendizaje; mantener claro el destino diagonal del servicio.

Seguridad. Servir en una sola dirección por estación; nadie entra a recoger hasta recibir la señal común.

Microenseñanza relacionada. TEN-M04; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

TEN-T12 Saque y primera respuesta

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Tenis · Servicio	Inicial	6 min	2–4 por estación

Finalidad. Enlazar servicio y primera devolución para iniciar el punto.

Espacio y material. Carril o media pista delimitados; raquetas, pelotas de baja presión y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

Una pareja inicia puntos cooperativos: servicio controlado al cuadro diagonal, resto suave hacia zona amplia y detención tras la primera devolución. Se intercambian roles cada tres puntos; se prioriza poner la pelota en juego.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Servidor y restador en diagonal	Servicio, resto y parada inicial	Espera fuera de la diagonal activa

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Lanza a una altura que puedas controlar, golpea hacia el cuadro diagonal y prepárate para el resto.»

Criterio de éxito orientativo. Consigue secuencias de servicio y primera respuesta que permiten comenzar el punto.

Papel del docente. Separar el resultado de la pelota de la calidad del lanzamiento: contar servicios que permiten jugar y detectar en qué fase se pierde el control. Si aparece la dificultad común, pedir un lanzamiento más bajo y adelantado desde menor distancia; verificar la regularidad antes de retroceder.

Error frecuente. Lanzar demasiado alto o detrás del cuerpo y acelerar el golpe para compensar.

Variante facilitadora. Permitir al receptor recoger y lanzar la devolución en la primera serie.

Progresión. Continuar con un tercer golpe antes de detener el punto.

Adaptación inclusiva. Variar distancia a la red, altura de lanzamiento y tamaño del cuadro de aprendizaje; mantener claro el destino diagonal del servicio.

Seguridad. Servir en una sola dirección por estación; nadie entra a recoger hasta recibir la señal común.

Microenseñanza relacionada. TEN-M04; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

TEN-T13 Lee el lado y el bote

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Tenis · Resto	En desarrollo	4 min	2–4 por estación

Finalidad. Leer dirección y bote de un servicio suave antes de golpear.

Espacio y material. Carril o media pista delimitados; raquetas, pelotas de baja presión y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

El servidor envía una pelota lenta y anuncia el inicio. El restador señala el lado de llegada, ajusta los pies y detiene la pelota tras el bote. Tras cuatro intentos cambia el rol; el foco es la lectura temprana.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Servidor ante receptor	Pelota suave al cuadro diagonal	Observador lateral sin cruzar

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Mira el servicio y señala dónde botará antes de responder.»

Criterio de éxito orientativo. Señala el lado y el bote antes de recibir tres servicios suaves.

Papel del docente. Registrar dos aspectos por separado: si el servidor ofrece un estímulo practicable y si el restador reacciona y devuelve a una zona útil. Si aparece la dificultad común, mover su marca inicial a una posición más cómoda y ralentizar el servicio; ensayar la lectura del bote antes de volver al golpe.

Error frecuente. El restador permanece rígido y golpea tarde al cuerpo.

Variante facilitadora. Anunciar el lado antes del envío.

Progresión. Alternar los dos lados sin anuncio, manteniendo el servicio lento.

Adaptación inclusiva. Acordar velocidad y lado inicial del servicio; ampliar la zona válida y permitir un segundo bote durante el aprendizaje si es necesario.

Seguridad. No cruzar por detrás del servidor ni entrar en la diagonal activa; detener el juego antes de recoger pelotas.

Microenseñanza relacionada. TEN-M05; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

TEN-T14 Resto seguro a zona amplia

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Tenis · Resto	En desarrollo	6 min	2–4 por estación

Finalidad. Devolver el servicio hacia un espacio amplio con margen.

Espacio y material. Carril o media pista delimitados; raquetas, pelotas de baja presión y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

Ante servicios de baja velocidad, el restador devuelve hacia un objetivo grande en el campo contrario. La pareja anota devoluciones jugables y una observación de colocación. Cuatro servicios por turno y rotación.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Restador detrás de marca cómoda	Servicio suave y resto a zona grande	Rotación cada cuatro envíos

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Espera preparado, lee el bote y devuelve alto y seguro hacia una zona grande.»

Criterio de éxito orientativo. Devuelve varios servicios adaptados a una zona amplia y jugable.

Papel del docente. Registrar dos aspectos por separado: si el servidor ofrece un estímulo practicable y si el restador reacciona y devuelve a una zona útil. Si aparece la dificultad común, mover su marca inicial a una posición más cómoda y ralentizar el servicio; ensayar la lectura del bote antes de volver al golpe.

Error frecuente. El restador permanece rígido y golpea tarde al cuerpo.

Variante facilitadora. Servir desde más cerca y ampliar la zona de devolución.

Progresión. Variar moderadamente la profundidad del servicio.

Adaptación inclusiva. Acordar velocidad y lado inicial del servicio; ampliar la zona válida y permitir un segundo bote durante el aprendizaje si es necesario.

Seguridad. No cruzar por detrás del servidor ni entrar en la diagonal activa; detener el juego antes de recoger pelotas.

Microenseñanza relacionada. TEN-M05; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

TEN-T15 Servicio, resto y continuidad

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Tenis · Resto	En desarrollo	6 min	2–4 por estación

Finalidad. Mantener el punto tras el resto mediante envíos cooperativos.

Espacio y material. Carril o media pista delimitados; raquetas, pelotas de baja presión y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

Dos participantes juegan el inicio de un punto: servicio, devolución y dos envíos cooperativos adicionales si es posible. El punto se reinicia cuando deja de ser jugable, sin penalización por fallo.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Dos jugadores en diagonal	Servicio, resto y dos envíos	Observadores fuera del intercambio

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Espera preparado, lee el bote y devuelve alto y seguro hacia una zona grande.»

Criterio de éxito orientativo. Tras el resto, la pareja añade al menos dos envíos de continuidad.

Papel del docente. Registrar dos aspectos por separado: si el servidor ofrece un estímulo practicable y si el restador reacciona y devuelve a una zona útil. Si aparece la dificultad común, mover su marca inicial a una posición más cómoda y ralentizar el servicio; ensayar la lectura del bote antes de volver al golpe.

Error frecuente. El restador permanece rígido y golpea tarde al cuerpo.

Variante facilitadora. Reiniciar el servicio con lanzamiento manual si resulta irregular.

Progresión. Permitir una oposición limitada después del resto.

Adaptación inclusiva. Acordar velocidad y lado inicial del servicio; ampliar la zona válida y permitir un segundo bote durante el aprendizaje si es necesario.

Seguridad. No cruzar por detrás del servidor ni entrar en la diagonal activa; detener el juego antes de recoger pelotas.

Microenseñanza relacionada. TEN-M05; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

TEN-T16 Encuentra la distancia útil

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Tenis · Cooperación	En desarrollo	4 min	2–4 por estación

Finalidad. Elegir una distancia de pareja que permita varios contactos.

Espacio y material. Carril o media pista delimitados; raquetas, pelotas de baja presión y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

Cada pareja prueba dos distancias señaladas y cuenta los envíos consecutivos logrados en tres intentos. Puede comenzar con lanzamiento manual. Escoge la distancia que permite practicar, justificando la elección.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Pareja frente a frente	Dos distancias de intercambio señaladas	Cada pareja permanece en su carril

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Prueba las dos distancias y escoge aquella que permita más envíos.»

Criterio de éxito orientativo. Identifica una distancia con la que logra más de un envío consecutivo.

Papel del docente. Contar envíos de ambos integrantes y distinguir un error de golpe de una tarea demasiado rápida o alejada. Si aparece la dificultad común, reducir distancia y pedir trayectorias altas y cómodas; colocar marcas de recuperación y comprobar dos series posteriores.

Error frecuente. La pareja aumenta la fuerza y ambos se quedan mirando el golpe sin recuperar posición.

Variante facilitadora. Acercar las marcas y admitir dos botes.

Progresión. Separar las marcas conservando el reto cooperativo.

Adaptación inclusiva. Permitir condiciones distintas de bote o distancia entre parejas y definir un reto cooperativo común sin comparar marcas entre personas.

Seguridad. Mantener carriles independientes y parar el intercambio cuando una pelota invade otra zona.

Microenseñanza relacionada. TEN-M06; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

TEN-T17 Peloteo con zona de seguridad

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Tenis · Cooperación	En desarrollo	6 min	2–4 por estación

Finalidad. Conservar el peloteo mediante trayectorias cómodas para el compañero.

Espacio y material. Carril o media pista delimitados; raquetas, pelotas de baja presión y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

La pareja intercambia hacia una zona central y profunda amplia, a ritmo cómodo. Se reinicia tras cada error y se busca superar la mejor serie. Cada persona da una consigna útil para ayudar a la otra.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Pareja frente a frente	Peloteo hacia zona central amplia	Docente recorre carriles

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Envía una pelota que tu compañero pueda devolver y vuelve a una posición de espera.»

Criterio de éxito orientativo. Sostiene una serie cooperativa de al menos cuatro envíos cómodos.

Papel del docente. Contar envíos de ambos integrantes y distinguir un error de golpe de una tarea demasiado rápida o alejada. Si aparece la dificultad común, reducir distancia y pedir trayectorias altas y cómodas; colocar marcas de recuperación y comprobar dos series posteriores.

Error frecuente. La pareja aumenta la fuerza y ambos se quedan mirando el golpe sin recuperar posición.

Variante facilitadora. Ampliar la zona y usar pelota más lenta.

Progresión. Reducir ligeramente la zona sin exigir golpes fuertes.

Adaptación inclusiva. Permitir condiciones distintas de bote o distancia entre parejas y definir un reto cooperativo común sin comparar marcas entre personas.

Seguridad. Mantener carriles independientes y parar el intercambio cuando una pelota invade otra zona.

Microenseñanza relacionada. TEN-M06; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

TEN-T18 Recupera después de enviar

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Tenis · Cooperación	En desarrollo	6 min	2–4 por estación

Finalidad. Recuperar una posición de espera tras cada golpe del intercambio.

Espacio y material. Carril o media pista delimitados; raquetas, pelotas de baja presión y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

Después de cada golpe, quien golpea vuelve a una marca central antes de la siguiente pelota. La pareja mantiene el intercambio, registra cuatro envíos y observa si la recuperación ayuda a llegar preparado.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Dos marcas laterales y centro	Envío y vuelta a marca central	Lanzador pausa hasta recuperación

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Envía una pelota que tu compañero pueda devolver y vuelve a una posición de espera.»

Criterio de éxito orientativo. Vuelve a una marca útil y responde a una segunda pelota sin dejar de mirar el juego.

Papel del docente. Contar envíos de ambos integrantes y distinguir un error de golpe de una tarea demasiado rápida o alejada. Si aparece la dificultad común, reducir distancia y pedir trayectorias altas y cómodas; colocar marcas de recuperación y comprobar dos series posteriores.

Error frecuente. La pareja aumenta la fuerza y ambos se quedan mirando el golpe sin recuperar posición.

Variante facilitadora. Usar lanzamiento predecible entre golpeos.

Progresión. Variar suavemente la dirección de los envíos.

Adaptación inclusiva. Permitir condiciones distintas de bote o distancia entre parejas y definir un reto cooperativo común sin comparar marcas entre personas.

Seguridad. Mantener carriles independientes y parar el intercambio cuando una pelota invade otra zona.

Microenseñanza relacionada. TEN-M06; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

TEN-T19 Dos zonas sin oposición

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Tenis · Dirección y profundidad	En desarrollo	4 min	2–4 por estación

Finalidad. Elegir y señalar una de dos zonas antes de orientar el golpe.

Espacio y material. Carril o media pista delimitados; raquetas, pelotas de baja presión y marcas de suelo, zonas objetivo amplias.

Organización y desarrollo

El compañero facilita una pelota suave. Antes del bote, el golpeador señala una de dos zonas amplias y dirige la pelota hacia ella. Cinco intentos por rol; se cuenta la decisión y la orientación, no solo el acierto.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Golpeador ante dos blancos	Lanzamiento suave; elección de zona	Receptor espera detrás del objetivo

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Mira la zona antes de golpear; envía con margen y recupera tu lugar.»

Criterio de éxito orientativo. Señala una zona antes del golpe y orienta varios envíos hacia ella.

Papel del docente. Observar si hubo alternativa real y si el participante eligió antes de golpear; no valorar solo las pelotas que entraron. Si aparece la dificultad común, agrandar los blancos y preguntar qué opción mantenía el punto; repetir desde una pelota cómoda.

Error frecuente. Buscar una línea estrecha y fallar aun cuando la zona amplia estaba disponible.

Variante facilitadora. Acercar el envío y ampliar ambas zonas.

Progresión. Cambiar la zona objetivo después de cada intento.

Adaptación inclusiva. Regular distancia y tamaño de zona por pareja; una decisión acertada puede considerarse evidencia aun si la ejecución todavía es irregular.

Seguridad. Situar los objetivos lejos de carriles vecinos y evitar persecuciones de pelotas fuera de la zona asignada.

Microenseñanza relacionada. TEN-M07; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

TEN-T20 Profundidad con margen

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Tenis · Dirección y profundidad	En desarrollo	6 min	2–4 por estación

Finalidad. Dar profundidad con margen de red hacia una franja amplia.

Espacio y material. Carril o media pista delimitados; raquetas, pelotas de baja presión y marcas de suelo, zonas objetivo amplias.

Organización y desarrollo

En parejas, se marca una franja profunda amplia. El golpeador recibe pelotas cómodas e intenta hacer botar el envío en esa franja con altura suficiente; el compañero describe si la trayectoria permitió llegar sin riesgo.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Golpeador y franja profunda	Envío con margen a franja amplia	Recogida al detener la serie

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Mira la zona antes de golpear; envía con margen y recupera tu lugar.»

Criterio de éxito orientativo. Envía varias pelotas a una franja profunda amplia con margen de red.

Papel del docente. Observar si hubo alternativa real y si el participante eligió antes de golpear; no valorar solo las pelotas que entraron. Si aparece la dificultad común, agrandar los blancos y preguntar qué opción mantenía el punto; repetir desde una pelota cómoda.

Error frecuente. Buscar una línea estrecha y fallar aun cuando la zona amplia estaba disponible.

Variante facilitadora. Acercar la franja y permitir más altura.

Progresión. Alejar gradualmente la franja manteniendo un blanco grande.

Adaptación inclusiva. Regular distancia y tamaño de zona por pareja; una decisión acertada puede considerarse evidencia aun si la ejecución todavía es irregular.

Seguridad. Situar los objetivos lejos de carriles vecinos y evitar persecuciones de pelotas fuera de la zona asignada.

Microenseñanza relacionada. TEN-M07; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

TEN-T21 Elige según el espacio

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Tenis · Dirección y profundidad	En desarrollo	6 min	2–4 por estación

Finalidad. Elegir entre espacio libre y continuidad según la posición rival.

Espacio y material. Carril o media pista delimitados; raquetas, pelotas de baja presión y marcas de suelo, zonas objetivo amplias.

Organización y desarrollo

En intercambio reducido, el receptor ocupa de forma visible una mitad del campo antes del golpe. El otro elige enviar hacia el lado libre o hacia una zona central segura si llega en mala posición. Se detiene el punto para comentar una decisión y se reinicia.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Rival ocupa mitad visible	Envío al espacio libre o centro	Docente observa la elección

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Mira la zona antes de golpear; envía con margen y recupera tu lugar.»

Criterio de éxito orientativo. Elige entre espacio libre y continuidad central según la posición visible del rival.

Papel del docente. Observar si hubo alternativa real y si el participante eligió antes de golpear; no valorar solo las pelotas que entraron. Si aparece la dificultad común, agrandar los blancos y preguntar qué opción mantenía el punto; repetir desde una pelota cómoda.

Error frecuente. Buscar una línea estrecha y fallar aun cuando la zona amplia estaba disponible.

Variante facilitadora. Anunciar la posición del receptor y ofrecer lanzamiento lento.

Progresión. Retirar el anuncio y mantener oposición moderada.

Adaptación inclusiva. Regular distancia y tamaño de zona por pareja; una decisión acertada puede considerarse evidencia aun si la ejecución todavía es irregular.

Seguridad. Situar los objetivos lejos de carriles vecinos y evitar persecuciones de pelotas fuera de la zona asignada.

Microenseñanza relacionada. TEN-M07; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

TEN-T22 Intercepta sin prisa

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Tenis · Juego de red	En desarrollo	4 min	2–4 por estación

Finalidad. Interceptar una pelota suave antes del bote con gesto controlado.

Espacio y material. Carril o media pista delimitados; raquetas, pelotas de baja presión y marcas de suelo, zonas objetivo amplias.

Organización y desarrollo

El compañero lanza suavemente con la mano desde una marca. El voleador anticipa la trayectoria, avanza un paso y detiene la pelota sobre la raqueta o la envía suavemente a un receptor preparado. Cuatro intentos por turno.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Voleador cerca de red	Lanzamiento suave sin bote	Lanzador a distancia segura

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Raqueta delante, paso corto y contacto suave antes del bote.»

Criterio de éxito orientativo. Se coloca y realiza varios contactos controlados antes del bote.

Papel del docente. Comprobar que el contacto se produce por delante y que la organización deja una distancia segura al compañero y a otros carriles. Si aparece la dificultad común, demostrar un gesto corto sin pelota, retrasar un paso la marca y ofrecer un lanzamiento más lento.

Error frecuente. Swing amplio al llegar una pelota cercana al cuerpo y acercamiento excesivo a la red.

Variante facilitadora. Acortar el lanzamiento y permitir detener la pelota.

Progresión. Variar ligeramente el lado de llegada sin aumentar velocidad.

Adaptación inclusiva. Ajustar altura de envío y distancia a la red; permitir detener la pelota antes de pedir un envío continuo.

Seguridad. Prohibir carreras hacia pelotas del carril vecino y evitar lanzamientos cuando alguien esté recogiendo cerca de la red.

Microenseñanza relacionada. TEN-M08; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

TEN-T23 Volea a espacio grande

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Tenis · Juego de red	En desarrollo	6 min	2–4 por estación

Finalidad. Orientar la volea hacia una zona grande y recuperar posición.

Espacio y material. Carril o media pista delimitados; raquetas, pelotas de baja presión y marcas de suelo, zonas objetivo amplias.

Organización y desarrollo

Desde una posición próxima a la red, el participante recibe pelotas cómodas y dirige una volea compacta a una zona amplia en el campo contrario. Tras cada envío vuelve a la marca; la pareja observa control y seguridad.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Voleador en marca de red	Volea hacia zona amplia	Observador fuera del arco de raqueta

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Raqueta delante, paso corto hacia la pelota y toque controlado al espacio amplio.»

Criterio de éxito orientativo. Orienta varias voleas a un espacio grande y recupera su marca.

Papel del docente. Comprobar que el contacto se produce por delante y que la organización deja una distancia segura al compañero y a otros carriles. Si aparece la dificultad común, demostrar un gesto corto sin pelota, retrasar un paso la marca y ofrecer un lanzamiento más lento.

Error frecuente. Swing amplio al llegar una pelota cercana al cuerpo y acercamiento excesivo a la red.

Variante facilitadora. Ampliar el blanco y enviar la pelota con la mano.

Progresión. Alternar volea de derecha y de revés con aviso previo.

Adaptación inclusiva. Ajustar altura de envío y distancia a la red; permitir detener la pelota antes de pedir un envío continuo.

Seguridad. Prohibir carreras hacia pelotas del carril vecino y evitar lanzamientos cuando alguien esté recogiendo cerca de la red.

Microenseñanza relacionada. TEN-M08; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

TEN-T24 Subida y volea controlada

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Tenis · Juego de red	En desarrollo	6 min	2–4 por estación

Finalidad. Relacionar avance a la red con una primera volea controlada.

Espacio y material. Carril o media pista delimitados; raquetas, pelotas de baja presión y marcas de suelo, zonas objetivo amplias.

Organización y desarrollo

La pareja inicia con un envío de fondo facilitado; quien golpea avanza hasta una marca próxima a la red y recibe una pelota suave para volear. Se termina el punto tras la volea y se intercambian roles.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Inicio en fondo y marca de red	Envío, avance y volea	Sin cruce con otra estación

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Raqueta delante, paso corto hacia la pelota y toque controlado al espacio amplio.»

Criterio de éxito orientativo. Llega a una marca de red y volea una pelota suave sin invadir otra zona.

Papel del docente. Comprobar que el contacto se produce por delante y que la organización deja una distancia segura al compañero y a otros carriles. Si aparece la dificultad común, demostrar un gesto corto sin pelota, retrasar un paso la marca y ofrecer un lanzamiento más lento.

Error frecuente. Swing amplio al llegar una pelota cercana al cuerpo y acercamiento excesivo a la red.

Variante facilitadora. Empezar directamente en la marca de volea.

Progresión. Añadir una respuesta rival suave para trabajar recuperación.

Adaptación inclusiva. Ajustar altura de envío y distancia a la red; permitir detener la pelota antes de pedir un envío continuo.

Seguridad. Prohibir carreras hacia pelotas del carril vecino y evitar lanzamientos cuando alguien esté recogiendo cerca de la red.

Microenseñanza relacionada. TEN-M08; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

TEN-T25 Llega y se coloca

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Tenis · Desplazamiento y recuperación	En desarrollo	4 min	2–4 por estación

Finalidad. Ajustar la colocación a dos envíos laterales antes de golpear.

Espacio y material. Carril o media pista delimitados; raquetas, pelotas de baja presión y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

El lanzador envía una pelota lenta alternativamente a dos marcas cercanas. El receptor se desplaza, la deja botar y la detiene tras ajustar los pies; vuelve al centro antes de la siguiente. Se prioriza orientación y control.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Receptor entre dos marcas	Pelotas suaves alternas laterales	Lanzador con pausa entre envíos

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Lee el lado, llega con espacio y vuelve al centro.»

Criterio de éxito orientativo. Ajusta su posición a ambos lados y vuelve a la marca antes del siguiente envío.

Papel del docente. Registrar si el regreso se inicia después del golpe y si la nueva posición permite responder; evitar premiar correr por correr. Si aparece la dificultad común, marcar una zona de recuperación alcanzable y pausar el segundo lanzamiento hasta que la persona mire de nuevo al frente.

Error frecuente. Quedarse junto a la banda tras golpear o correr de vuelta sin mirar la pelota.

Variante facilitadora. Acercar las marcas y anunciar el lado.

Progresión. Retirar el anuncio manteniendo la pausa entre envíos.

Adaptación inclusiva. Reducir desplazamiento lateral, permitir más tiempo entre pelotas y elegir una zona de recuperación funcional a cada participante.

Seguridad. Delimitar amplitud lateral y detenerse si una pelota sale a otra pista; no perseguirla durante la tarea.

Microenseñanza relacionada. TEN-M09; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

TEN-T26 Golpea y recupera

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Tenis · Desplazamiento y recuperación	En desarrollo	6 min	2–4 por estación

Finalidad. Golpear una pelota lateral y volver a una posición útil.

Espacio y material. Carril o media pista delimitados; raquetas, pelotas de baja presión y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

El receptor golpea una pelota lateral hacia una zona central amplia y vuelve a una marca de recuperación. Un observador indica si llegó preparado a la segunda pelota. Series de cuatro envíos y cambio de rol.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Receptor y marca central	Envío lateral y retorno al centro	Observador lateral registra regreso

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Lee la salida, ajusta tus pasos, golpea con margen y vuelve a prepararte.»

Criterio de éxito orientativo. Golpea una pelota lateral y se prepara a tiempo para la siguiente.

Papel del docente. Registrar si el regreso se inicia después del golpe y si la nueva posición permite responder; evitar premiar correr por correr. Si aparece la dificultad común, marcar una zona de recuperación alcanzable y pausar el segundo lanzamiento hasta que la persona mire de nuevo al frente.

Error frecuente. Quedarse junto a la banda tras golpear o correr de vuelta sin mirar la pelota.

Variante facilitadora. Reducir amplitud lateral y permitir dos botes.

Progresión. Variar el lado con señal tardía pero pelota lenta.

Adaptación inclusiva. Reducir desplazamiento lateral, permitir más tiempo entre pelotas y elegir una zona de recuperación funcional a cada participante.

Seguridad. Delimitar amplitud lateral y detenerse si una pelota sale a otra pista; no perseguirla durante la tarea.

Microenseñanza relacionada. TEN-M09; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

TEN-T27 Dos golpes con decisión de posición

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Tenis · Desplazamiento y recuperación	En desarrollo	6 min	2–4 por estación

Finalidad. Recolocarse entre dos golpes de dirección variable.

Espacio y material. Carril o media pista delimitados; raquetas, pelotas de baja presión y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

Después del primer envío lateral, el compañero elige una segunda pelota al centro o al lado contrario. El receptor se recoloca y trata de mantener ambas pelotas jugables; explica dónde esperó y por qué.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Receptor entre centro y lados	Dos envíos sucesivos a espacios definidos	Lanzador pausa según control

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Lee la salida, ajusta tus pasos, golpea con margen y vuelve a prepararte.»

Criterio de éxito orientativo. Responde a dos envíos y justifica una posición de recuperación útil.

Papel del docente. Registrar si el regreso se inicia después del golpe y si la nueva posición permite responder; evitar premiar correr por correr. Si aparece la dificultad común, marcar una zona de recuperación alcanzable y pausar el segundo lanzamiento hasta que la persona mire de nuevo al frente.

Error frecuente. Quedarse junto a la banda tras golpear o correr de vuelta sin mirar la pelota.

Variante facilitadora. Anunciar las dos direcciones antes de comenzar.

Progresión. Retirar el anuncio de la segunda dirección.

Adaptación inclusiva. Reducir desplazamiento lateral, permitir más tiempo entre pelotas y elegir una zona de recuperación funcional a cada participante.

Seguridad. Delimitar amplitud lateral y detenerse si una pelota sale a otra pista; no perseguirla durante la tarea.

Microenseñanza relacionada. TEN-M09; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

TEN-T28 Reconoce opción segura

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Tenis · Juego modificado	De aplicación	4 min	2–4 por estación

Finalidad. Reconocer cuándo conviene asegurar la continuidad del punto.

Espacio y material. Carril o media pista delimitados; raquetas, pelotas de baja presión y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

En parejas, se inicia un intercambio cooperativo y cada jugador anuncia después de un golpe si eligió continuidad central o dirección. No se interrumpe durante el punto; tras tres intentos se comenta una decisión.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Pareja en media pista	Peloteo central y elección comentada	Observador fuera del campo

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Si llegas con dificultad, juega seguro; si tienes tiempo y ves espacio, elige dónde enviar.»

Criterio de éxito orientativo. Identifica una elección de continuidad tras una pelota difícil.

Papel del docente. Distinguir decisión y resultado: una buena elección puede fallar en la ejecución y un punto ganado puede surgir sin lectura intencional. Si aparece la dificultad común, detener una secuencia, mostrar dos fotogramas o posiciones y preguntar qué envío era viable; reanudar con regla de dos golpes de continuidad.

Error frecuente. Intentar ganar todos los puntos con golpes fuertes desde posiciones de desequilibrio.

Variante facilitadora. Iniciar siempre con lanzamiento manual y zona central grande.

Progresión. Pedir que identifiquen el espacio disponible sin anunciarlo antes.

Adaptación inclusiva. Acordar reglas de bote, tamaño de zona y modo de inicio por pareja, manteniendo para todos la elección entre asegurar y orientar.

Seguridad. Establecer límites claros de persecución, rotación y recogida; ninguna persona observadora permanece dentro del espacio de juego.

Microenseñanza relacionada. TEN-M10; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

TEN-T29 Juego con dos zonas

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Tenis · Juego modificado	De aplicación	6 min	2–4 por estación

Finalidad. Buscar un espacio libre después de una fase cooperativa.

Espacio y material. Carril o media pista delimitados; raquetas, pelotas de baja presión y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

En media pista, el receptor comienza en una posición visible. Tras dos envíos cooperativos, se permite dirigir al espacio libre. El punto termina si la pelota sale o tras una secuencia acordada; se cambia de pareja después de varios puntos.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Rival en una mitad visible	Dos envíos y opción a espacio libre	Rotación después de varios puntos

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Si llegas con dificultad, juega seguro; si tienes tiempo y ves espacio, elige dónde enviar.»

Criterio de éxito orientativo. Reconoce un espacio libre tras la fase cooperativa y dirige un envío viable.

Papel del docente. Distinguir decisión y resultado: una buena elección puede fallar en la ejecución y un punto ganado puede surgir sin lectura intencional. Si aparece la dificultad común, detener una secuencia, mostrar dos fotogramas o posiciones y preguntar qué envío era viable; reanudar con regla de dos golpes de continuidad.

Error frecuente. Intentar ganar todos los puntos con golpes fuertes desde posiciones de desequilibrio.

Variante facilitadora. Mantener la posición rival señalada y aumentar el tamaño del campo válido.

Progresión. Permitir al rival recuperar posición antes del golpe dirigido.

Adaptación inclusiva. Acordar reglas de bote, tamaño de zona y modo de inicio por pareja, manteniendo para todos la elección entre asegurar y orientar.

Seguridad. Establecer límites claros de persecución, rotación y recogida; ninguna persona observadora permanece dentro del espacio de juego.

Microenseñanza relacionada. TEN-M10; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

TEN-T30 Punto reducido con observador

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Tenis · Juego modificado	De aplicación	6 min	2–4 por estación

Finalidad. Observar decisiones y recuperación durante un punto reducido.

Espacio y material. Carril o media pista delimitados; raquetas, pelotas de baja presión y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

Se juega un punto iniciado con servicio adaptado o lanzamiento. La persona observadora registra una elección de continuidad, una búsqueda de espacio y si hubo recuperación. Rota cada dos minutos para que todos jueguen y observen.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Dos jugadores en media pista	Punto con inicio adaptado	Observador lateral; rotación corta

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Si llegas con dificultad, juega seguro; si tienes tiempo y ves espacio, elige dónde enviar.»

Criterio de éxito orientativo. El observador localiza una decisión y una recuperación durante el punto reducido.

Papel del docente. Distinguir decisión y resultado: una buena elección puede fallar en la ejecución y un punto ganado puede surgir sin lectura intencional. Si aparece la dificultad común, detener una secuencia, mostrar dos fotogramas o posiciones y preguntar qué envío era viable; reanudar con regla de dos golpes de continuidad.

Error frecuente. Intentar ganar todos los puntos con golpes fuertes desde posiciones de desequilibrio.

Variante facilitadora. Permitir un segundo bote y limitar la oposición al tercer envío.

Progresión. Reducir ayudas conservando una zona de juego segura.

Adaptación inclusiva. Acordar reglas de bote, tamaño de zona y modo de inicio por pareja, manteniendo para todos la elección entre asegurar y orientar.

Seguridad. Establecer límites claros de persecución, rotación y recogida; ninguna persona observadora permanece dentro del espacio de juego.

Microenseñanza relacionada. TEN-M10; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

PAD-T01 Bote controlado con pala

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Pádel · Familiarización y control	Inicial	4 min	4–8 con rotación

Finalidad. Explorar el bote y la fuerza necesaria para detener la pelota con la pala.

Espacio y material. Pista de pádel y zona segura de espera; palas, pelotas lentas y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

Cada persona deja caer la pelota, la acompaña con la pala y trata de detenerla en una zona ancha. Tras cinco intentos observa cómo cambia la altura del bote al regular la fuerza; la pareja alterna práctica y una observación breve.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Zona individual de control	Bote y parada con pala	Pareja a un lado; recogida por señal

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Mira el bote, prepara la pala delante y envía suave hacia el espacio marcado.»

Criterio de éxito orientativo. Regula el bote y detiene la pelota en zona amplia en varios intentos.

Papel del docente. Comprobar distribución de contactos y si la señal de parada interrumpe de verdad todos los golpeos. Si aparece la dificultad común, reducir distancia y pedir una trayectoria suave a una zona más próxima; detener y redefinir la zona de recogida.

Error frecuente. Los participantes golpean demasiado fuerte y salen a perseguir pelotas cerca de la pared o del carril vecino.

Variante facilitadora. Permitir detener la pelota con la mano después de un bote.

Progresión. Mantener dos contactos suaves antes de detenerla.

Adaptación inclusiva. Permitir velocidades de pelota, distancias y alturas de bote distintas, manteniendo el control y la orientación como reto común.

Seguridad. Reconocer previamente paredes, puertas y red; nadie corre hacia una pelota que invade otra zona.

Microenseñanza relacionada. PAD-M01; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

PAD-T02 Envío a puerta amplia

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Pádel · Familiarización y control	Inicial	6 min	4–8 con rotación

Finalidad. Orientar un envío suave hacia una puerta amplia.

Espacio y material. Pista de pádel y zona segura de espera; palas, pelotas lentas y marcas de suelo, conos.

Organización y desarrollo

Una persona deja botar la pelota y la empuja hacia una puerta ancha de conos; su pareja recoge desde un lateral seguro. Cinco envíos y cambio de rol. El objetivo es ajustar dirección, no acelerar.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Emisor ante puerta de conos	Pelota suave hacia objetivo	Receptor recoge lateralmente

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Mira el bote, prepara la pala delante y envía suave hacia el espacio marcado.»

Criterio de éxito orientativo. Orienta al menos tres de cinco envíos suaves hacia la puerta marcada.

Papel del docente. Comprobar distribución de contactos y si la señal de parada interrumpe de verdad todos los golpeos. Si aparece la dificultad común, reducir distancia y pedir una trayectoria suave a una zona más próxima; detener y redefinir la zona de recogida.

Error frecuente. Los participantes golpean demasiado fuerte y salen a perseguir pelotas cerca de la pared o del carril vecino.

Variante facilitadora. Acercar la puerta y ampliar su anchura.

Progresión. Alejarla ligeramente conservando una trayectoria controlada.

Adaptación inclusiva. Permitir velocidades de pelota, distancias y alturas de bote distintas, manteniendo el control y la orientación como reto común.

Seguridad. Reconocer previamente paredes, puertas y red; nadie corre hacia una pelota que invade otra zona.

Microenseñanza relacionada. PAD-M01; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

PAD-T03 Tres envíos cooperativos

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Pádel · Familiarización y control	Inicial	6 min	4–8 con rotación

Finalidad. Crear los primeros intercambios con bote y distancia adaptados.

Espacio y material. Pista de pádel y zona segura de espera; palas, pelotas lentas y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

Las parejas se sitúan a corta distancia y procuran mantener tres envíos suaves con bote. Pueden reiniciar con lanzamiento manual; se anota el mayor número de envíos controlados, sin comparación entre parejas.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Dos jugadores frente a frente	Intercambio con bote acordado	Parejas en zonas separadas

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Mira el bote, prepara la pala delante y envía suave hacia el espacio marcado.»

Criterio de éxito orientativo. La pareja mantiene tres envíos con bote y una distancia adecuada.

Papel del docente. Comprobar distribución de contactos y si la señal de parada interrumpe de verdad todos los golpeos. Si aparece la dificultad común, reducir distancia y pedir una trayectoria suave a una zona más próxima; detener y redefinir la zona de recogida.

Error frecuente. Los participantes golpean demasiado fuerte y salen a perseguir pelotas cerca de la pared o del carril vecino.

Variante facilitadora. Permitir dos botes y reducir la distancia.

Progresión. Jugar con un bote y recuperar una marca de espera.

Adaptación inclusiva. Permitir velocidades de pelota, distancias y alturas de bote distintas, manteniendo el control y la orientación como reto común.

Seguridad. Reconocer previamente paredes, puertas y red; nadie corre hacia una pelota que invade otra zona.

Microenseñanza relacionada. PAD-M01; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

PAD-T04 Preparación ante bote cómodo

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Pádel · Golpes de fondo	Inicial	4 min	4–8 con rotación

Finalidad. Preparar la pala antes de un bote cómodo al lado de derecha.

Espacio y material. Pista de pádel y zona segura de espera; palas, pelotas lentas y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

La pareja lanza una pelota lenta al lado de la derecha. El receptor anuncia el bote y prepara la pala antes de golpear; en la primera serie puede dejar pasar la pelota para comprobar la colocación.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Lanzador frente al fondo	Pelota lenta a derecha	Espera fuera del arco de pala

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Prepara antes del bote, haz espacio para la pelota y envía hacia la zona amplia.»

Criterio de éxito orientativo. Prepara la pala antes del bote en varios lanzamientos de derecha.

Papel del docente. Separar el momento de preparación de la precisión del golpe y registrar tiempo efectivo de práctica por persona. Si aparece la dificultad común, señalar una marca de colocación y ralentizar el lanzamiento; comprobar el siguiente intento antes de añadir otra clave.

Error frecuente. La pelota llega al cuerpo porque se espera de frente y se prepara la pala demasiado tarde.

Variante facilitadora. Lanzar desde cerca y permitir dos botes.

Progresión. Variar ligeramente la profundidad del envío.

Adaptación inclusiva. Acordar distancia y velocidad del envío; admitir dos botes cuando permita practicar el mismo problema de colocación.

Seguridad. No golpear contra cristal cercano a una persona observadora; detener la serie antes de recoger pelotas del fondo.

Microenseñanza relacionada. PAD-M02; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

PAD-T05 Derecha hacia zona de continuidad

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Pádel · Golpes de fondo	Inicial	6 min	4–8 con rotación

Finalidad. Dirigir una derecha a zona central y recuperar posición.

Espacio y material. Pista de pádel y zona segura de espera; palas, pelotas lentas y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

El lanzador envía cinco pelotas cómodas. El golpeador orienta la derecha hacia una zona central amplia y vuelve a una marca de espera. Un observador registra preparación y dirección; después rotan.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Golpeador en fondo	Derecha al centro del campo rival	Observador lateral

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Prepara antes del bote, haz espacio para la pelota y envía hacia la zona amplia.»

Criterio de éxito orientativo. Envía varias derechas a zona central y recupera posición de espera.

Papel del docente. Separar el momento de preparación de la precisión del golpe y registrar tiempo efectivo de práctica por persona. Si aparece la dificultad común, señalar una marca de colocación y ralentizar el lanzamiento; comprobar el siguiente intento antes de añadir otra clave.

Error frecuente. La pelota llega al cuerpo porque se espera de frente y se prepara la pala demasiado tarde.

Variante facilitadora. Ampliar el objetivo y reducir velocidad.

Progresión. Acotar progresivamente el blanco sin aumentar la potencia.

Adaptación inclusiva. Acordar distancia y velocidad del envío; admitir dos botes cuando permita practicar el mismo problema de colocación.

Seguridad. No golpear contra cristal cercano a una persona observadora; detener la serie antes de recoger pelotas del fondo.

Microenseñanza relacionada. PAD-M02; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

PAD-T06 Peloteo cooperativo de derecha

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Pádel · Golpes de fondo	Inicial	6 min	4–8 con rotación

Finalidad. Mantener un peloteo cooperativo de derecha desde el fondo.

Espacio y material. Pista de pádel y zona segura de espera; palas, pelotas lentas y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

Dos jugadores intercambian desde distancia adaptada, buscando al menos tres devoluciones de derecha. Reinician con lanzamiento manual si falla la continuidad y ajustan la distancia tras cada serie.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Dos jugadores a distancia adaptada	Peloteo de derecha	Rotación frecuente de parejas

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Prepara antes del bote, haz espacio para la pelota y envía hacia la zona amplia.»

Criterio de éxito orientativo. Mantiene una serie de tres devoluciones cooperativas de derecha.

Papel del docente. Separar el momento de preparación de la precisión del golpe y registrar tiempo efectivo de práctica por persona. Si aparece la dificultad común, señalar una marca de colocación y ralentizar el lanzamiento; comprobar el siguiente intento antes de añadir otra clave.

Error frecuente. La pelota llega al cuerpo porque se espera de frente y se prepara la pala demasiado tarde.

Variante facilitadora. Permitir un segundo bote o un lanzamiento facilitado.

Progresión. Introducir una leve variación lateral del envío.

Adaptación inclusiva. Acordar distancia y velocidad del envío; admitir dos botes cuando permita practicar el mismo problema de colocación.

Seguridad. No golpear contra cristal cercano a una persona observadora; detener la serie antes de recoger pelotas del fondo.

Microenseñanza relacionada. PAD-M02; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

PAD-T07 Reconoce el lado del revés

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Pádel · Golpes de fondo	Inicial	4 min	4–8 con rotación

Finalidad. Reconocer el lado del revés y colocarse antes del golpe.

Espacio y material. Pista de pádel y zona segura de espera; palas, pelotas lentas y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

Ante un lanzamiento anunciado, el receptor gira, señala dónde botará la pelota y la detiene después del bote. La atención está en la colocación, antes de añadir velocidad al golpe.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Lanzador frente al fondo	Envío anunciado al revés	Observador fuera de lateral de pala

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Reconoce el lado del revés y colócate antes de que bote.»

Criterio de éxito orientativo. Reconoce el lado del revés y encuentra espacio de contacto.

Papel del docente. Identificar si la dificultad está en reconocer el lado, colocarse o dirigir el golpe; registrar una causa antes de intervenir. Si aparece la dificultad común, separar la marca de espera del bote y ensayar un giro sin pelota; retomar con lanzamiento predecible.

Error frecuente. Golpear pegado al cuerpo con un brazo rígido y sin giro.

Variante facilitadora. Avisar con antelación y permitir dos botes.

Progresión. Alternar envíos a derecha y revés con señal visual.

Adaptación inclusiva. Aceptar soluciones de una o dos manos y regular el bote y el blanco según necesidad, conservando la orientación del envío.

Seguridad. Dar espacio al giro de pala y mantener a quien observa fuera del lateral de golpeo.

Microenseñanza relacionada. PAD-M03; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

PAD-T08 Revés a zona amplia

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Pádel · Golpes de fondo	Inicial	6 min	4–8 con rotación

Finalidad. Devolver un revés a zona amplia desde un envío predecible.

Espacio y material. Pista de pádel y zona segura de espera; palas, pelotas lentas y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

El compañero facilita cinco pelotas al revés. Quien golpea elige una ejecución cómoda de una o dos manos, envía a un blanco central amplio y vuelve a una marca de espera. Se observa el espacio de contacto.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Golpeador ante zona central	Revés hacia objetivo amplio	Recogida tras señal

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Reconoce el lado, gira y sepárate lo suficiente para enviar al centro.»

Criterio de éxito orientativo. Envía varias pelotas de revés a una zona amplia y segura.

Papel del docente. Identificar si la dificultad está en reconocer el lado, colocarse o dirigir el golpe; registrar una causa antes de intervenir. Si aparece la dificultad común, separar la marca de espera del bote y ensayar un giro sin pelota; retomar con lanzamiento predecible.

Error frecuente. Golpear pegado al cuerpo con un brazo rígido y sin giro.

Variante facilitadora. Acercar el envío y usar pelota más lenta.

Progresión. Desplazar el bote un paso hacia fuera.

Adaptación inclusiva. Aceptar soluciones de una o dos manos y regular el bote y el blanco según necesidad, conservando la orientación del envío.

Seguridad. Dar espacio al giro de pala y mantener a quien observa fuera del lateral de golpeo.

Microenseñanza relacionada. PAD-M03; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

PAD-T09 Alternancia cooperativa de lados

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Pádel · Golpes de fondo	Inicial	6 min	4–8 con rotación

Finalidad. Alternar derecha y revés conservando una pelota jugable.

Espacio y material. Pista de pádel y zona segura de espera; palas, pelotas lentas y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

Dos jugadores alternan envíos anunciados a derecha y revés. Buscan tres devoluciones jugables; pueden reiniciar manualmente sin convertir el error en eliminación.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Dos jugadores frente a frente	Envíos anunciados a ambos lados	Rotación tras serie

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Reconoce el lado, gira y sepárate lo suficiente para enviar al centro.»

Criterio de éxito orientativo. Responde a derecha y revés en una serie con continuidad adaptada.

Papel del docente. Identificar si la dificultad está en reconocer el lado, colocarse o dirigir el golpe; registrar una causa antes de intervenir. Si aparece la dificultad común, separar la marca de espera del bote y ensayar un giro sin pelota; retomar con lanzamiento predecible.

Error frecuente. Golpear pegado al cuerpo con un brazo rígido y sin giro.

Variante facilitadora. Trabajar solo el revés durante una serie.

Progresión. Retirar el anuncio conservando ritmo moderado.

Adaptación inclusiva. Aceptar soluciones de una o dos manos y regular el bote y el blanco según necesidad, conservando la orientación del envío.

Seguridad. Dar espacio al giro de pala y mantener a quien observa fuera del lateral de golpeo.

Microenseñanza relacionada. PAD-M03; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

PAD-T10 Bote previo y contacto cómodo

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Pádel · Servicio	Inicial	4 min	4–8 con rotación

Finalidad. Coordinar un bote previo cómodo con un golpe suave de inicio.

Espacio y material. Pista de pádel y zona segura de espera; Pelotas y marcas de inicio; raquetas o palas solo en la fase con golpe..

Organización y desarrollo

Sin red al principio, cada persona deja botar la pelota a una distancia cómoda y ensaya un golpe suave hacia delante. La pareja observa si el bote permite contactar con control; cinco repeticiones.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Persona en marca de servicio	Bote previo y golpe suave	Pareja observa fuera de diagonal

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Deja botar cerca de ti y busca un contacto cómodo.»

Criterio de éxito orientativo. El bote previo permite un contacto cómodo en varios intentos.

Papel del docente. Distinguir el control del bote, el destino diagonal y la preparación posterior; comprobar que el servicio permite al receptor practicar. Si aparece la dificultad común, acercar y estabilizar el bote, servir desde menor distancia y observar cuatro intentos nuevos.

Error frecuente. Bote demasiado alejado del cuerpo y golpe apresurado que envía la pelota a la pared o fuera del cuadro.

Variante facilitadora. Acercar el objetivo y estabilizar el bote.

Progresión. Orientar el golpe a una zona diagonal más definida.

Adaptación inclusiva. Modificar marca de servicio y tamaño del blanco para aprendizaje, indicando cuándo se vuelve progresivamente a las condiciones regladas.

Seguridad. Servir una diagonal por vez; nadie recoge pelotas ni cruza la pista mientras el servidor está preparado.

Microenseñanza relacionada. PAD-M04; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

PAD-T11 Servicio a cuadro diagonal amplio

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Pádel · Servicio	Inicial	6 min	4–8 con rotación

Finalidad. Dirigir un servicio controlado al cuadro diagonal.

Espacio y material. Pista de pádel y zona segura de espera; palas, pelotas lentas y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

Desde una marca adaptada, el servidor hace botar la pelota y la dirige al cuadro opuesto diagonal. El receptor espera fuera de la trayectoria hasta comenzar su turno. Cuatro servicios y cambio de rol.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Servidor en marca adaptada	Servicio al cuadro diagonal	Receptor detrás de cuadro

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Deja botar, golpea con control hacia la diagonal y prepárate para la devolución.»

Criterio de éxito orientativo. Inicia varios servicios controlados hacia el cuadro diagonal.

Papel del docente. Distinguir el control del bote, el destino diagonal y la preparación posterior; comprobar que el servicio permite al receptor practicar. Si aparece la dificultad común, acercar y estabilizar el bote, servir desde menor distancia y observar cuatro intentos nuevos.

Error frecuente. Bote demasiado alejado del cuerpo y golpe apresurado que envía la pelota a la pared o fuera del cuadro.

Variante facilitadora. Acercar la marca y ampliar el blanco de aprendizaje.

Progresión. Retroceder gradualmente manteniendo control.

Adaptación inclusiva. Modificar marca de servicio y tamaño del blanco para aprendizaje, indicando cuándo se vuelve progresivamente a las condiciones regladas.

Seguridad. Servir una diagonal por vez; nadie recoge pelotas ni cruza la pista mientras el servidor está preparado.

Microenseñanza relacionada. PAD-M04; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

PAD-T12 Servicio y resto suave

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Pádel · Servicio	Inicial	6 min	4–8 con rotación

Finalidad. Enlazar servicio y resto sin perder la continuidad inicial.

Espacio y material. Pista de pádel y zona segura de espera; palas, pelotas lentas y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

La pareja juega únicamente servicio y primera devolución. El restador busca una pelota central y segura, y ambos se preparan para continuar. Se detiene el punto tras el resto en las primeras series.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Servidor y restador en diagonal	Servicio, resto y parada	Otras parejas fuera de trayectoria

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Deja botar, golpea con control hacia la diagonal y prepárate para la devolución.»

Criterio de éxito orientativo. Servicio y resto resultan jugables antes de ampliar el punto.

Papel del docente. Distinguir el control del bote, el destino diagonal y la preparación posterior; comprobar que el servicio permite al receptor practicar. Si aparece la dificultad común, acercar y estabilizar el bote, servir desde menor distancia y observar cuatro intentos nuevos.

Error frecuente. Bote demasiado alejado del cuerpo y golpe apresurado que envía la pelota a la pared o fuera del cuadro.

Variante facilitadora. Permitir que el receptor atrape y lance la devolución inicial.

Progresión. Añadir dos golpes cooperativos posteriores.

Adaptación inclusiva. Modificar marca de servicio y tamaño del blanco para aprendizaje, indicando cuándo se vuelve progresivamente a las condiciones regladas.

Seguridad. Servir una diagonal por vez; nadie recoge pelotas ni cruza la pista mientras el servidor está preparado.

Microenseñanza relacionada. PAD-M04; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

PAD-T13 Lee la llegada del servicio

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Pádel · Resto	En desarrollo	4 min	4–8 con rotación

Finalidad. Leer dirección y bote de un servicio lento.

Espacio y material. Pista de pádel y zona segura de espera; palas, pelotas lentas y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

Ante servicios suaves, el receptor señala el lado y el lugar de bote y detiene la pelota antes de golpear. El servidor conserva una velocidad que permita esa lectura.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Servidor en diagonal activa	Pelota suave al restador	Observador fuera de pista

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Mira la salida del servicio y señala dónde botará.»

Criterio de éxito orientativo. Reconoce dirección y bote de varios servicios suaves.

Papel del docente. Registrar por separado si el servicio ofrece una oportunidad real y si el restador lee y dirige la devolución. Si aparece la dificultad común, mover la marca de espera, estabilizar el servicio y pedir un resto alto y central; comprobar si hay continuidad.

Error frecuente. El restador permanece inmóvil o busca velocidad aun cuando llega tarde al bote.

Variante facilitadora. Anunciar el lado y la trayectoria antes del envío.

Progresión. Alternar dos destinos previsibles sin anuncio.

Adaptación inclusiva. Ajustar velocidad de servicio, lado anunciado o número de botes mientras se mantiene la tarea de lectura y devolución.

Seguridad. Evitar desplazamientos hacia cristal o valla sin espacio para frenar; observadores fuera de la diagonal activa.

Microenseñanza relacionada. PAD-M05; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

PAD-T14 Resto hacia zona segura

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Pádel · Resto	En desarrollo	6 min	4–8 con rotación

Finalidad. Devolver el servicio hacia una zona central segura.

Espacio y material. Pista de pádel y zona segura de espera; palas, pelotas lentas y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

El restador devuelve una serie de servicios lentos a una zona grande del campo rival. La pareja anota si hubo preparación antes del bote y si el envío fue jugable; cambia roles tras cuatro intentos.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Restador en marca cómoda	Servicio y devolución central	Rotación tras cuatro servicios

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Espera preparado, lee el bote y devuelve una pelota con margen hacia el centro.»

Criterio de éxito orientativo. Devuelve varios servicios a una zona grande sin buscar potencia.

Papel del docente. Registrar por separado si el servicio ofrece una oportunidad real y si el restador lee y dirige la devolución. Si aparece la dificultad común, mover la marca de espera, estabilizar el servicio y pedir un resto alto y central; comprobar si hay continuidad.

Error frecuente. El restador permanece inmóvil o busca velocidad aun cuando llega tarde al bote.

Variante facilitadora. Servir desde una marca más cercana y ampliar el destino.

Progresión. Variar moderadamente el lado del servicio.

Adaptación inclusiva. Ajustar velocidad de servicio, lado anunciado o número de botes mientras se mantiene la tarea de lectura y devolución.

Seguridad. Evitar desplazamientos hacia cristal o valla sin espacio para frenar; observadores fuera de la diagonal activa.

Microenseñanza relacionada. PAD-M05; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

PAD-T15 Inicio cooperativo del punto

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Pádel · Resto	En desarrollo	6 min	4–8 con rotación

Finalidad. Mantener el intercambio tras servicio y resto.

Espacio y material. Pista de pádel y zona segura de espera; palas, pelotas lentas y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

Tras servicio y resto, las dos parejas procuran añadir dos envíos cooperativos. Se detiene y reinicia sin puntuar; una persona observadora describe una colocación útil del restador.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Dos parejas en lados opuestos	Servicio, resto y continuidad	Observadores fuera de pista

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Espera preparado, lee el bote y devuelve una pelota con margen hacia el centro.»

Criterio de éxito orientativo. Después del resto se producen dos envíos cooperativos adicionales.

Papel del docente. Registrar por separado si el servicio ofrece una oportunidad real y si el restador lee y dirige la devolución. Si aparece la dificultad común, mover la marca de espera, estabilizar el servicio y pedir un resto alto y central; comprobar si hay continuidad.

Error frecuente. El restador permanece inmóvil o busca velocidad aun cuando llega tarde al bote.

Variante facilitadora. Reiniciar con lanzamiento manual si el servicio es irregular.

Progresión. Permitir una oposición limitada después del tercer envío.

Adaptación inclusiva. Ajustar velocidad de servicio, lado anunciado o número de botes mientras se mantiene la tarea de lectura y devolución.

Seguridad. Evitar desplazamientos hacia cristal o valla sin espacio para frenar; observadores fuera de la diagonal activa.

Microenseñanza relacionada. PAD-M05; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

PAD-T16 Altura y profundidad con ayuda

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Pádel · Trayectorias altas	En desarrollo	4 min	4–8 con rotación

Finalidad. Explorar altura y profundidad de un globo desde pelota cómoda.

Espacio y material. Pista de pádel y zona segura de espera; palas, pelotas lentas y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

Un lanzador ofrece una pelota cómoda al fondo. El golpeador envía una trayectoria alta hacia una zona profunda amplia; los rivales en la red permanecen quietos y observan el bote. Cuatro intentos por rol.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Pareja de fondo y pareja de red	Globo alto hacia zona profunda	Rivales de red observan bote

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Da altura a la pelota y busca que bote lejos de la red.»

Criterio de éxito orientativo. Envía varios globos altos a una zona profunda amplia desde pelota cómoda.

Papel del docente. Registrar posición rival, tiempo disponible, elección y trayectoria por separado; un globo fallado puede provenir de una decisión pertinente. Si aparece la dificultad común, volver a un envío cómodo, preguntar por posición rival y margen de tiempo, y ensayar altura antes de oposición.

Error frecuente. Intentar un globo bajo con el cuerpo desequilibrado y la pelota rápida, dejando una devolución fácil a la red.

Variante facilitadora. Permitir lanzamiento manual o una zona profunda más cercana.

Progresión. Aumentar la distancia sin reducir de golpe el tamaño del blanco.

Adaptación inclusiva. Ampliar zona objetivo, ralentizar el lanzamiento y permitir una ayuda inicial de colocación sin eliminar la lectura de la posición rival.

Seguridad. Nadie corre hacia atrás mirando solo la pelota ni persigue globos contra la pared; detener y reorganizar ante riesgo.

Microenseñanza relacionada. PAD-M06; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

PAD-T17 Elige según la red

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Pádel · Trayectorias altas	En desarrollo	6 min	4–8 con rotación

Finalidad. Elegir globo o continuidad según la posición de la pareja rival.

Espacio y material. Pista de pádel y zona segura de espera; palas, pelotas lentas y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

La posición rival alterna entre cerca y lejos de la red de manera visible. El jugador de fondo elige globo si tiene tiempo y la pareja rival ocupa la red; si no, envía una pelota de continuidad. Tras cada intento explica su elección.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Rivales cambian posición visible	Globo o envío de continuidad	Docente observa decisión desde lateral

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Si los rivales están en la red y tienes tiempo, busca altura y profundidad.»

Criterio de éxito orientativo. Elige globo cuando los rivales están en la red y tiene tiempo; mantiene continuidad si no.

Papel del docente. Registrar posición rival, tiempo disponible, elección y trayectoria por separado; un globo fallado puede provenir de una decisión pertinente. Si aparece la dificultad común, volver a un envío cómodo, preguntar por posición rival y margen de tiempo, y ensayar altura antes de oposición.

Error frecuente. Intentar un globo bajo con el cuerpo desequilibrado y la pelota rápida, dejando una devolución fácil a la red.

Variante facilitadora. Anunciar la posición rival antes del lanzamiento.

Progresión. Cambiar de posición tras la señal de inicio, manteniendo envío lento.

Adaptación inclusiva. Ampliar zona objetivo, ralentizar el lanzamiento y permitir una ayuda inicial de colocación sin eliminar la lectura de la posición rival.

Seguridad. Nadie corre hacia atrás mirando solo la pelota ni persigue globos contra la pared; detener y reorganizar ante riesgo.

Microenseñanza relacionada. PAD-M06; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

PAD-T18 Punto reducido con opción de globo

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Pádel · Trayectorias altas	En desarrollo	6 min	4–8 con rotación

Finalidad. Aplicar la opción de globo en un punto reducido con seguridad.

Espacio y material. Pista de pádel y zona segura de espera; palas, pelotas lentas y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

Se inicia un punto cooperativo con pareja de fondo y pareja de red. La pareja de fondo puede optar por globo o continuidad; se registra la elección y se detiene si el retroceso compromete la seguridad. Rotan cada dos minutos.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Dos parejas con posiciones definidas	Punto reducido con opción de globo	Rotación cada dos minutos

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Si los rivales están en la red y tienes tiempo, busca altura y profundidad.»

Criterio de éxito orientativo. En el punto reducido justifica una elección de globo o continuidad.

Papel del docente. Registrar posición rival, tiempo disponible, elección y trayectoria por separado; un globo fallado puede provenir de una decisión pertinente. Si aparece la dificultad común, volver a un envío cómodo, preguntar por posición rival y margen de tiempo, y ensayar altura antes de oposición.

Error frecuente. Intentar un globo bajo con el cuerpo desequilibrado y la pelota rápida, dejando una devolución fácil a la red.

Variante facilitadora. Detener el punto justo después del globo y valorar la decisión.

Progresión. Permitir la respuesta rival cuando todos controlan el desplazamiento.

Adaptación inclusiva. Ampliar zona objetivo, ralentizar el lanzamiento y permitir una ayuda inicial de colocación sin eliminar la lectura de la posición rival.

Seguridad. Nadie corre hacia atrás mirando solo la pelota ni persigue globos contra la pared; detener y reorganizar ante riesgo.

Microenseñanza relacionada. PAD-M06; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

PAD-T19 Intercepta pelota suave

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Pádel · Juego de red	En desarrollo	4 min	4–8 con rotación

Finalidad. Interceptar con volea suave una pelota antes del bote.

Espacio y material. Pista de pádel y zona segura de espera; palas, pelotas lentas y marcas de suelo, zonas objetivo amplias.

Organización y desarrollo

Un compañero lanza con la mano a altura cómoda. El voleador recibe delante del cuerpo y empuja la pelota hacia una zona amplia. Se detiene la acción tras el golpe y se cambia tras cuatro intentos.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Lanzador al fondo	Pelota suave al voleador de red	Observadores fuera del arco de pala

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Pala delante, paso corto, toque controlado y vuelve a tu espacio.»

Criterio de éxito orientativo. Contacta delante del cuerpo en varias voleas con gesto compacto.

Papel del docente. Comprobar preparación de pala y reparto de espacio; observar si ambas personas reciben oportunidades y se comunican. Si aparece la dificultad común, mostrar un toque corto y establecer una señal verbal; reanudar con envíos lentos a zonas claras.

Error frecuente. Gesto demasiado amplio y dos jugadores que van a la misma pelota central.

Variante facilitadora. Acortar distancia y permitir detener la pelota sobre la pala.

Progresión. Variar lado de llegada con aviso previo.

Adaptación inclusiva. Adaptar altura y velocidad del envío; distribuir zonas de responsabilidad acordes con las posibilidades de movimiento.

Seguridad. No invadir el espacio de la pareja ni golpear cuando otra persona cruza junto a la red; detener inmediatamente ante choque posible.

Microenseñanza relacionada. PAD-M07; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

PAD-T20 Volea y recupera su zona

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Pádel · Juego de red	En desarrollo	6 min	4–8 con rotación

Finalidad. Volear y volver a una zona de responsabilidad compartida.

Espacio y material. Pista de pádel y zona segura de espera; palas, pelotas lentas y marcas de suelo, zonas objetivo amplias.

Organización y desarrollo

La pareja de red recibe envíos alternos de fondo. Golpea quien corresponde a la zona anunciada y ambos vuelven a sus marcas. Un observador registra control y separación entre compañeros.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Pareja activa en red	Envíos alternos a sus zonas	Observador comprueba separación

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Pala delante, paso corto, toque controlado y vuelve a tu espacio.»

Criterio de éxito orientativo. Ambas personas recuperan su zona después de volear.

Papel del docente. Comprobar preparación de pala y reparto de espacio; observar si ambas personas reciben oportunidades y se comunican. Si aparece la dificultad común, mostrar un toque corto y establecer una señal verbal; reanudar con envíos lentos a zonas claras.

Error frecuente. Gesto demasiado amplio y dos jugadores que van a la misma pelota central.

Variante facilitadora. Anunciar la persona que volea con tiempo.

Progresión. Introducir alguna pelota central y acordar una señal verbal.

Adaptación inclusiva. Adaptar altura y velocidad del envío; distribuir zonas de responsabilidad acordes con las posibilidades de movimiento.

Seguridad. No invadir el espacio de la pareja ni golpear cuando otra persona cruza junto a la red; detener inmediatamente ante choque posible.

Microenseñanza relacionada. PAD-M07; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

PAD-T21 Red cooperativa con pareja

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Pádel · Juego de red	En desarrollo	6 min	4–8 con rotación

Finalidad. Coordinar voleas de pareja y comunicación ante pelota central.

Espacio y material. Pista de pádel y zona segura de espera; palas, pelotas lentas y marcas de suelo, zonas objetivo amplias.

Organización y desarrollo

Dos personas en la red intercambian voleas suaves con lanzadores de fondo. Cada pareja intenta tres respuestas jugables y verbaliza quién asumió la pelota central. Turnos de dos minutos.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Pareja de red ante lanzadores	Voleas suaves y pelota central	Turnos de dos minutos

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Pala delante, paso corto, toque controlado y vuelve a tu espacio.»

Criterio de éxito orientativo. La pareja comunica quién asume una pelota central y sostiene tres respuestas.

Papel del docente. Comprobar preparación de pala y reparto de espacio; observar si ambas personas reciben oportunidades y se comunican. Si aparece la dificultad común, mostrar un toque corto y establecer una señal verbal; reanudar con envíos lentos a zonas claras.

Error frecuente. Gesto demasiado amplio y dos jugadores que van a la misma pelota central.

Variante facilitadora. Lanzamientos manuales lentos y regulares.

Progresión. Retirar la asignación previa de algunas pelotas centrales.

Adaptación inclusiva. Adaptar altura y velocidad del envío; distribuir zonas de responsabilidad acordes con las posibilidades de movimiento.

Seguridad. No invadir el espacio de la pareja ni golpear cuando otra persona cruza junto a la red; detener inmediatamente ante choque posible.

Microenseñanza relacionada. PAD-M07; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

PAD-T22 Ubicación ante pelota alta

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Pádel · Remate de iniciación	En desarrollo	4 min	4–8 con rotación

Finalidad. Leer la trayectoria de una pelota alta y colocarse sin riesgo.

Espacio y material. Pista de pádel y zona segura de espera; palas, pelotas lentas y marcas de suelo, zonas objetivo amplias.

Organización y desarrollo

El compañero lanza una pelota alta y lenta. El receptor se desplaza, señala dónde caería y la deja botar o la atrapa sin rematar. Practica llegar con espacio y sin retroceder de espaldas.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Lanzador ante receptor	Pelota alta lenta y lectura	Nadie debajo del arco de pala

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Mira la trayectoria y colócate sin retroceder de espaldas.»

Criterio de éxito orientativo. Identifica dónde caerá una pelota alta y llega con espacio sin retroceder de espaldas.

Papel del docente. Observar decisión de golpear y control de dirección antes de valorar potencia; localizar intentos de remate desde mala posición. Si aparece la dificultad común, detener la serie, reducir profundidad y ensayar primero colocación sin golpe; reanudar con una zona objetivo amplia.

Error frecuente. Correr hacia atrás mirando arriba y golpear fuerte aun sin estar debajo de la pelota.

Variante facilitadora. Lanzar desde cerca y anunciar la trayectoria.

Progresión. Variar ligeramente profundidad manteniendo tiempo de reacción.

Adaptación inclusiva. Variar altura y trayectoria del lanzamiento; permitir una devolución alternativa cuando el remate no es alcanzable.

Seguridad. No retroceder de espaldas hacia cristal o compañero; excluir remates que obliguen a perseguir pelotas fuera de la zona segura.

Microenseñanza relacionada. PAD-M08; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

PAD-T23 Remate a zona amplia

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Pádel · Remate de iniciación	En desarrollo	6 min	4–8 con rotación

Finalidad. Realizar un primer remate orientado a una zona amplia.

Espacio y material. Pista de pádel y zona segura de espera; palas, pelotas lentas y marcas de suelo, zonas objetivo amplias.

Organización y desarrollo

Desde una marca segura, el lanzador envía alto y predecible. El golpeador realiza un gesto compacto hacia una zona grande del campo contrario; la pareja registra colocación y control. Cuatro intentos por turno.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Lanzador y rematador	Pelota alta a zona de remate	Una zona de golpeo activa

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Mira la trayectoria, colócate con tiempo y golpea hacia la zona grande con control.»

Criterio de éxito orientativo. Remata varias pelotas cómodas hacia un objetivo amplio con control.

Papel del docente. Observar decisión de golpear y control de dirección antes de valorar potencia; localizar intentos de remate desde mala posición. Si aparece la dificultad común, detener la serie, reducir profundidad y ensayar primero colocación sin golpe; reanudar con una zona objetivo amplia.

Error frecuente. Correr hacia atrás mirando arriba y golpear fuerte aun sin estar debajo de la pelota.

Variante facilitadora. Permitir golpe suave por encima de la cabeza desde posición fija.

Progresión. Introducir un pequeño desplazamiento previo al contacto.

Adaptación inclusiva. Variar altura y trayectoria del lanzamiento; permitir una devolución alternativa cuando el remate no es alcanzable.

Seguridad. No retroceder de espaldas hacia cristal o compañero; excluir remates que obliguen a perseguir pelotas fuera de la zona segura.

Microenseñanza relacionada. PAD-M08; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

PAD-T24 Elige rematar o mantener

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Pádel · Remate de iniciación	En desarrollo	6 min	4–8 con rotación

Finalidad. Elegir remate solo ante una pelota alcanzable y favorable.

Espacio y material. Pista de pádel y zona segura de espera; palas, pelotas lentas y marcas de suelo, zonas objetivo amplias.

Organización y desarrollo

El lanzador ofrece algunas pelotas altas cómodas y otras más profundas. El receptor elige rematar solo cuando dispone de posición y tiempo; si no, utiliza una devolución segura o deja botar según la consigna. Se explica la decisión.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Lanzador con dos alturas	Remate o devolución segura	Observadores fuera de trayectoria

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Mira la trayectoria, colócate con tiempo y golpea hacia la zona grande con control.»

Criterio de éxito orientativo. Remata solo las pelotas alcanzables y explica cuándo opta por una solución segura.

Papel del docente. Observar decisión de golpear y control de dirección antes de valorar potencia; localizar intentos de remate desde mala posición. Si aparece la dificultad común, detener la serie, reducir profundidad y ensayar primero colocación sin golpe; reanudar con una zona objetivo amplia.

Error frecuente. Correr hacia atrás mirando arriba y golpear fuerte aun sin estar debajo de la pelota.

Variante facilitadora. Anunciar antes el tipo de envío.

Progresión. Retirar el anuncio sin aumentar la velocidad.

Adaptación inclusiva. Variar altura y trayectoria del lanzamiento; permitir una devolución alternativa cuando el remate no es alcanzable.

Seguridad. No retroceder de espaldas hacia cristal o compañero; excluir remates que obliguen a perseguir pelotas fuera de la zona segura.

Microenseñanza relacionada. PAD-M08; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

PAD-T25 Lee bote y pared

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Pádel · Salida de pared	Inicial	4 min	4–8 con rotación

Finalidad. Reconocer la secuencia bote y pared de fondo antes de golpear.

Espacio y material. Pista de pádel y zona segura de espera; palas, pelotas lentas y marcas de suelo, pared de fondo en buen estado.

Organización y desarrollo

El lanzador envía suave al fondo. El receptor señala primero el bote y después el punto de rebote en pared, deja pasar y atrapa la pelota al salir. No se golpea hasta comprender la trayectoria.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Receptor en fondo ante cristal	Bote, pared y salida sin golpe	Lanzador desde marca estable

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Deja pasar la pelota, mira el rebote y atrápala al salir.»

Criterio de éxito orientativo. Identifica el bote y el rebote en pared sin precipitar el golpe.

Papel del docente. Comprobar si se distingue una pelota que conviene dejar pasar de otra que puede golpearse antes; observar distancia al cristal. Si aparece la dificultad común, marcar una posición de espera con más espacio y repetir lectura sin pala antes de volver al golpe.

Error frecuente. Acercarse demasiado al cristal y golpear con la pelota pegada al cuerpo tras el rebote.

Variante facilitadora. Anunciar la trayectoria y usar envío lento.

Progresión. Variar ligeramente la profundidad sin cambiar dirección.

Adaptación inclusiva. Variar velocidad, profundidad y pausa; permitir primero atrapar tras la pared y después golpear desde la posición más cómoda.

Seguridad. No apoyar ni golpear la pala contra el cristal; evitar carreras de espaldas y detener envíos cuando alguien esté junto a la pared.

Microenseñanza relacionada. PAD-M09; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

PAD-T26 Sepárate y devuelve

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Pádel · Salida de pared	Inicial	6 min	4–8 con rotación

Finalidad. Mantener espacio respecto al cristal y devolver tras el rebote.

Espacio y material. Pista de pádel y zona segura de espera; palas, pelotas lentas y marcas de suelo, pared de fondo en buen estado.

Organización y desarrollo

Ante la misma trayectoria predecible, el receptor se coloca con distancia al cristal y devuelve después del rebote hacia una zona central amplia. Cuatro intentos por rol y una observación de la posición.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Receptor con espacio al cristal	Bote, pared y golpe a zona amplia	Espera fuera de zona de salida

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Deja pasar, mira el rebote de pared, sepárate y envía con margen.»

Criterio de éxito orientativo. Conserva espacio respecto al cristal y devuelve varias pelotas jugables.

Papel del docente. Comprobar si se distingue una pelota que conviene dejar pasar de otra que puede golpearse antes; observar distancia al cristal. Si aparece la dificultad común, marcar una posición de espera con más espacio y repetir lectura sin pala antes de volver al golpe.

Error frecuente. Acercarse demasiado al cristal y golpear con la pelota pegada al cuerpo tras el rebote.

Variante facilitadora. Permitir un segundo bote si preserva la lectura.

Progresión. Cambiar moderadamente la altura del rebote.

Adaptación inclusiva. Variar velocidad, profundidad y pausa; permitir primero atrapar tras la pared y después golpear desde la posición más cómoda.

Seguridad. No apoyar ni golpear la pala contra el cristal; evitar carreras de espaldas y detener envíos cuando alguien esté junto a la pared.

Microenseñanza relacionada. PAD-M09; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

PAD-T27 Salida de pared con continuidad

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Pádel · Salida de pared	Inicial	6 min	4–8 con rotación

Finalidad. Integrar la salida de pared en un intercambio cooperativo.

Espacio y material. Pista de pádel y zona segura de espera; palas, pelotas lentas y marcas de suelo, pared de fondo en buen estado.

Organización y desarrollo

Dos jugadores practican un intercambio iniciado con envío lento hacia la pared de fondo. Tras la salida, intentan añadir dos golpes cooperativos. Se detiene si la colocación genera choque o precipitación.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Dos jugadores en pista	Pared, salida y continuidad	Observadores fuera de trayectoria

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Deja pasar, mira el rebote de pared, sepárate y envía con margen.»

Criterio de éxito orientativo. Después de la salida de pared se añaden dos golpes cooperativos.

Papel del docente. Comprobar si se distingue una pelota que conviene dejar pasar de otra que puede golpearse antes; observar distancia al cristal. Si aparece la dificultad común, marcar una posición de espera con más espacio y repetir lectura sin pala antes de volver al golpe.

Error frecuente. Acercarse demasiado al cristal y golpear con la pelota pegada al cuerpo tras el rebote.

Variante facilitadora. Detener el punto después de la salida y reiniciar.

Progresión. Alternar algunos envíos que no requieren pared para que exista lectura.

Adaptación inclusiva. Variar velocidad, profundidad y pausa; permitir primero atrapar tras la pared y después golpear desde la posición más cómoda.

Seguridad. No apoyar ni golpear la pala contra el cristal; evitar carreras de espaldas y detener envíos cuando alguien esté junto a la pared.

Microenseñanza relacionada. PAD-M09; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

PAD-T28 Acuerdo para pelota central

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Pádel · Juego en pareja	De aplicación	4 min	4–8 con rotación

Finalidad. Acordar una llamada temprana para la pelota central.

Espacio y material. Pista de pádel y zona segura de espera; palas, pelotas lentas y marcas de suelo, aro o zona marcada.

Organización y desarrollo

Una pareja recibe envíos lentos a los laterales y al centro. Antes de empezar acuerda una señal breve para la pelota central. Tras cada serie comenta si la llamada fue temprana y si ambos conservaron espacio.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Pareja activa lado a lado	Envíos a laterales y centro	Observador registra llamada

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Hablad antes del golpe, cubrid espacios distintos y elegid una pelota que podáis sostener.»

Criterio de éxito orientativo. La pareja resuelve varias pelotas centrales con señal temprana.

Papel del docente. Observar a ambas personas de la pareja, no solo a quien golpea; distinguir una llamada útil de hablar después del error. Si aparece la dificultad común, detener el punto, acordar una señal y dos zonas de responsabilidad; reanudar con envío central lento.

Error frecuente. Dos jugadores atacan la misma pelota central y dejan libre gran parte de la pista.

Variante facilitadora. Anunciar quién tomará las primeras pelotas centrales.

Progresión. Retirar el acuerdo fijo y decidir con una señal durante el juego.

Adaptación inclusiva. Repartir zonas según movilidad y acuerdos de la pareja, preservando oportunidades reales de intervención para ambas personas.

Seguridad. Ante una pelota dudosa, priorizar evitar choque; ninguna pareja observadora entra durante un punto.

Microenseñanza relacionada. PAD-M10; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

PAD-T29 Dos jugadores una posición compartida

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Pádel · Juego en pareja	De aplicación	6 min	4–8 con rotación

Finalidad. Moverse en pareja manteniendo cobertura complementaria.

Espacio y material. Pista de pádel y zona segura de espera; palas, pelotas lentas y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

La pareja responde a envíos alternos al fondo y cerca de red, desplazándose sin dejar a un compañero aislado. Se congelan algunas jugadas para señalar qué espacio cubre cada uno.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Pareja activa fondo y red	Dos envíos y posición compartida	Pausa breve para señalar cobertura

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Hablad antes del golpe, cubrid espacios distintos y elegid una pelota que podáis sostener.»

Criterio de éxito orientativo. Ambos jugadores ocupan espacios complementarios después del envío.

Papel del docente. Observar a ambas personas de la pareja, no solo a quien golpea; distinguir una llamada útil de hablar después del error. Si aparece la dificultad común, detener el punto, acordar una señal y dos zonas de responsabilidad; reanudar con envío central lento.

Error frecuente. Dos jugadores atacan la misma pelota central y dejan libre gran parte de la pista.

Variante facilitadora. Pausar el envío tras el primer golpe para recolocarse.

Progresión. Reducir la pausa y permitir intercambio corto.

Adaptación inclusiva. Repartir zonas según movilidad y acuerdos de la pareja, preservando oportunidades reales de intervención para ambas personas.

Seguridad. Ante una pelota dudosa, priorizar evitar choque; ninguna pareja observadora entra durante un punto.

Microenseñanza relacionada. PAD-M10; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

PAD-T30 Punto reducido con observación

Modalidad y categoría	Nivel	Tiempo	Participantes
Pádel · Juego en pareja	De aplicación	6 min	4–8 con rotación

Finalidad. Aplicar comunicación, recuperación y elección en un punto reducido.

Espacio y material. Pista de pádel y zona segura de espera; palas, pelotas lentas y marcas de suelo.

Organización y desarrollo

Dos parejas juegan puntos con inicio facilitado. Una persona observadora registra una llamada útil, una recuperación conjunta y una decisión de continuidad o espacio libre. Se rota cada dos minutos y se comenta un episodio verificable.

Inicio	Trayectoria o acción	Espera y observación
Dos parejas en oposición reducida	Punto con inicio facilitado	Observadores fuera de pista; rotación

Leyenda del esquema. Inicio: posición de los participantes al comenzar. Trayectoria: recorrido o decisión principal. Espera: lugar fuera del golpeo. Las posiciones no representan una pista a escala.

Consigna breve. «Hablad antes del golpe, cubrid espacios distintos y elegid una pelota que podáis sostener.»

Criterio de éxito orientativo. El observador registra una llamada, una recuperación y una elección justificadas.

Papel del docente. Observar a ambas personas de la pareja, no solo a quien golpea; distinguir una llamada útil de hablar después del error. Si aparece la dificultad común, detener el punto, acordar una señal y dos zonas de responsabilidad; reanudar con envío central lento.

Error frecuente. Dos jugadores atacan la misma pelota central y dejan libre gran parte de la pista.

Variante facilitadora. Limitar la oposición y permitir un segundo bote acordado.

Progresión. Retirar una ayuda y mantener el foco de comunicación.

Adaptación inclusiva. Repartir zonas según movilidad y acuerdos de la pareja, preservando oportunidades reales de intervención para ambas personas.

Seguridad. Ante una pelota dudosa, priorizar evitar choque; ninguna pareja observadora entra durante un punto.

Microenseñanza relacionada. PAD-M10; puede reutilizarse en otra ficha si conserva una función didáctica explícita.

CAPÍTULO 7

Progresiones e itinerarios de enseñanza

¿Qué encontrará el lector en este capítulo?

Este capítulo ayuda a elegir y encadenar las microenseñanzas y tareas de los capítulos 4 a 6. Presenta rutas de iniciación al tenis y al pádel, itinerarios breves y amplios, y criterios para modificar una secuencia según el nivel de partida, el número de participantes, las pistas disponibles y la competencia docente que se quiera practicar. Los códigos remiten a las fichas completas; las rutas son modelos adaptables, no programaciones obligatorias.

La pregunta central no es cuántas fichas se han completado, sino qué puede hacer el grupo al terminar una experiencia y qué nueva exigencia puede asumir sin perder participación, continuidad ni seguridad. Una tarea de control, una de cooperación y una de juego pueden alternarse en distintos momentos; avanzar no equivale a añadir reglas o velocidad en cada sesión.

7.1. Criterios para construir una progresión

La progresión parte de una conducta observable. Si el objetivo es mantener un intercambio, el criterio inicial puede ser conseguir varios envíos cómodos con un compañero, no ejecutar un golpe con apariencia técnica perfecta. Si se busca elegir dirección, primero debe existir tiempo para ver dos espacios posibles y enviar la pelota hacia alguno de ellos. El diseño de la siguiente propuesta depende de la respuesta observada en estas condiciones, no solo del número de la ficha.

Las cuatro decisiones siguientes se revisan antes de seleccionar un itinerario: experiencia previa real con la modalidad; control del bote y del envío; posibilidad de organizar contactos suficientes en el espacio disponible; y demanda docente prioritaria. En un grupo heterogéneo, no es imprescindible que todos realicen la misma variante: pueden compartir un problema de juego con distancias, botes o pelotas ajustados.

Principio	Pregunta de planificación	Señal para ajustar
Control antes de incertidumbre	¿Pueden iniciar y repetir una respuesta útil?	La pelota se pierde antes de practicar el objetivo: facilitar el envío o el bote.
Continuidad antes de oposición intensa	¿Hay intercambios suficientes para observar decisiones?	Los puntos terminan en el primer golpe: volver a cooperación o limitar la oposición.
Decisión con alternativas reales	¿Se ven dos opciones y hay tiempo para elegir?	El alumnado repite la respuesta prescrita aunque cambie la posición rival.
Participación y seguridad	¿Quién golpea, espera, observa y se desplaza?	Las esperas son largas o los recorridos se cruzan: reorganizar antes de progresar.

La progresión puede avanzar por una variable y retroceder por otra. Una tarea de dirección añade elección, pero puede conservar una pelota lenta y un blanco grande. Una volea introduce contacto sin bote, pero puede realizarse con lanzamiento manual estable. El ajuste es didácticamente útil cuando mantiene reconocible el problema principal y permite comprobar si mejora la respuesta.

7.2. Puntos de partida y comprobación inicial

Una primera observación breve evita elegir una ficha por la edad o por la supuesta experiencia del grupo. En parejas se pueden proponer tres situaciones: controlar un bote y enviar a zona amplia, mantener un intercambio facilitado y responder a un cambio sencillo de dirección. Se anotan respuestas concretas —por ejemplo, si necesitan dos botes o qué distancia permite continuidad—, sin convertir esta exploración en una prueba clasificatoria.

Respuesta inicial observada	Decisión de partida	Ayuda que conviene preparar
Se interrumpe incluso el control individual	TEN-M01 o PAD-M01.	Pelota más lenta, espacio propio y objetivo amplio.

Respuesta inicial observada	Decisión de partida	Ayuda que conviene preparar
Hay envíos aislados, pero casi ningún intercambio	Golpes básicos de fondo y tareas cooperativas de control.	Lanzamiento predecible, distancia menor o bote adicional.
Existen intercambios cortos y desplazamientos seguros	Continuidad, resto o elección de dirección según modalidad.	Zonas visibles y oposición limitada.
El grupo lee posiciones y sostiene juego reducido	Elegir un problema táctico específico.	Regla modificada que permita observar la decisión buscada.

La comprobación debe incluir también el espacio. El mismo alumnado puede sostener un peloteo con una pelota lenta y fallar repetidamente con una pelota rápida o una distancia excesiva. Por ello, el registro inicial anotará las condiciones de cada respuesta. La microenseñanza elegida se adapta al contexto real antes de asignar roles, material y señal de parada.

7.3. Progresión de contenidos en tenis

La ruta de tenis comienza con el control de la relación raqueta-pelota (TEN-M01), continúa con derecha (TEN-M02) y revés (TEN-M03), y abre dos necesidades complementarias: iniciar y responder al punto mediante servicio y resto (TEN-M04 y TEN-M05) y construir intercambios desde el fondo (TEN-M06). Cuando existe continuidad, se introducen dirección y profundidad (TEN-M07), desplazamiento y recuperación (TEN-M09), y situaciones de juego reducido (TEN-M10). La volea (TEN-M08) se incorpora cuando el grupo puede organizarse con seguridad cerca de la red; no necesita esperar a que todas las tareas de dirección se dominen.

Tramo	Microenseñanzas	Problema que prepara el siguiente paso	Tareas útiles
Primer control	TEN-M01	Regular bote, fuerza y orientación antes del intercambio.	TEN-T01 a TEN-T03.
Golpes básicos	TEN-M02 y TEN-M03	Prepararse y responder por ambos lados ante pelota cómoda.	TEN-T04 a TEN-T09.
Inicio del punto	TEN-M04 y TEN-M05	Servir y restar de manera que el punto pueda continuar.	TEN-T10 a TEN-T15.
Continuidad y espacio	TEN-M06 y TEN-M07	Sostener el intercambio y elegir una zona con margen.	TEN-T16 a TEN-T21.
Red y recuperación	TEN-M08 y TEN-M09	Volear con control y llegar preparado al siguiente envío.	TEN-T22 a TEN-T27.
Integración	TEN-M10	Alternar continuidad y dirección según la situación.	TEN-T28 a TEN-T30.

El cuadro expresa relaciones, no un orden rígido entre todas las fichas. TEN-M04 puede aparecer pronto si se necesita enseñar a iniciar el punto; TEN-M08 puede trabajarse con una pelota lanzada a mano aunque el grupo todavía no sostenga peloteos largos. En cambio, una tarea que exige elegir una zona libre perderá su finalidad si el envío es tan difícil que toda la atención se dedica a llegar a la pelota.

Condiciones de paso en tenis

De TEN-M01 a TEN-M02 o TEN-M03: los participantes controlan un bote y consiguen envíos hacia una zona amplia desde una distancia adaptada.

Hacia TEN-M06: las respuestas de ambos lados permiten algunos intercambios cooperativos; si no, se vuelve a las tareas TEN-T06 y TEN-T09 con ayudas.

Hacia TEN-M07 y TEN-M10: el grupo puede mantener un inicio de punto suficiente para elegir una dirección; se reduce la oposición cuando deja de observarse esa elección.

Hacia TEN-M08 y TEN-M09: hay espacio y señales claras de seguridad, y se puede observar tanto el golpe como la recuperación sin invadir otras zonas.

7.4. Progresión de contenidos en pádel

En pádel, la familiarización con pala, pelota y pista (PAD-M01) precede a los golpes de fondo de derecha y revés (PAD-M02 y PAD-M03). Servicio y resto (PAD-M04 y PAD-M05) permiten iniciar puntos jugables. La lectura de la posición rival prepara el globo (PAD-M06), mientras la volea (PAD-M07) introduce el juego de red y crea un contexto para el remate de iniciación (PAD-M08). La salida de pared de fondo (PAD-M09) requiere conocer la secuencia bote-pared y mantener espacio respecto al cristal. PAD-M10 integra comunicación y decisiones en pareja.

Tramo	Microenseñanzas	Necesidad que resuelve	Tareas útiles
Primer control	PAD-M01	Conocer pala, bote, límites y señales de seguridad.	PAD-T01 a PAD-T03.
Fondo e inicio	PAD-M02 a PAD-M05	Devolver por ambos lados e iniciar puntos con servicio y resto.	PAD-T04 a PAD-T15.
Trayectoria y red	PAD-M06 y PAD-M07	Elegir un globo ante rivales en la red y volear con la pareja.	PAD-T16 a PAD-T21.
Altura y pared	PAD-M08 y PAD-M09	Decidir cuándo rematar y responder después del rebote de pared.	PAD-T22 a PAD-T27.
Juego en pareja	PAD-M10	Comunicar, cubrir espacios y elegir una respuesta viable.	PAD-T28 a PAD-T30.

PAD-M09 tiene nivel inicial respecto al aprendizaje de la pared, pero presupone un control elemental del bote y de un golpe de fondo. No es necesario impartirla después del remate: puede introducirse antes si las trayectorias son lentas y existe una zona segura para leer el rebote. Del mismo modo, el globo no exige haber trabajado antes una volea, aunque comparar las posiciones de fondo y de red ayude a comprender cuándo es útil.

Condiciones de paso en pádel

De PAD-M01 a PAD-M02 y PAD-M03: el grupo controla envíos suaves y reconoce por dónde puede desplazarse sin invadir la trayectoria ajena.

De PAD-M04 y PAD-M05 a juego con oposición: servicio y resto crean un inicio razonablemente jugable; si no, se mantiene un lanzamiento facilitado.

Hacia PAD-M06: se identifica la posición rival y se dispone de tiempo para intentar altura y profundidad. No se pide el globo ante cualquier pelota.

Hacia PAD-M08: se domina una colocación segura en red y se distingue una pelota alta favorable de otra que conviene resolver de forma distinta.

Hacia PAD-M09 y PAD-M10: la lectura del rebote y el reparto del espacio no deben generar carreras de espaldas ni choques entre compañeros.

7.5. Itinerarios según el tiempo disponible

Cada ficha completa está diseñada para aproximadamente veinte minutos. Un itinerario de varias fichas no equivale a impartirlas una detrás de otra sin pausa: entre aplicaciones se puede repetir una tarea, cambiar las condiciones, recoger una evidencia o dedicar tiempo a otras actividades de la sesión. Los itinerarios siguientes indican un orden de consulta y práctica, no un calendario cerrado.

Extensión	Tenis	Pádel	Finalidad de la selección
Breve: 3 microenseñanzas	TEN-M01 → TEN-M02 → TEN-M06	PAD-M01 → PAD-M02 → PAD-M03	Pasar del control a envíos cooperativos o a la respuesta por ambos lados.
Intermedia: 6 microenseñanzas	TEN-M01 → M02 → M03 → M04 → M05 → M06	PAD-M01 → M02 → M03 → M04 → M05 → M10*	Añadir el inicio del punto y comprobar una aplicación adaptada.
Amplia: 10 microenseñanzas	TEN-M01 a TEN-M10, con el orden de M08/M09 ajustable.	PAD-M01 a PAD-M10, con M09 reubicable tras golpes de fondo.	Recorrer problemas de control, inicio, red, pared, cooperación y decisión.

*En la ruta intermedia de pádel, PAD-M10 solo resulta viable si el grupo ya puede organizar posiciones complementarias en pareja. Si no se cumple esta condición, PAD-M06 o PAD-M07 ofrece una aplicación más acotada y PAD-M10 se reserva para más adelante. En tenis, una ruta breve centrada en el inicio del punto puede cambiar TEN-M06 por TEN-M04; la selección depende del objetivo y de las oportunidades de práctica disponibles.

La duración efectiva también depende del número de pistas. Tres microenseñanzas con grupos reducidos y varios espacios pueden proporcionar más contactos que seis propuestas impartidas con esperas largas. Al estimar tiempo, conviene sumar las transiciones, la recogida, la explicación y los turnos de observación; si una propuesta no cabe, se reduce el número de tareas antes de eliminar la comprobación final.

7.6. Itinerarios centrados en un problema de juego

Un mismo repertorio admite recorridos temáticos que no comienzan siempre por TEN-M01 o PAD-M01. Para utilizarlos hay que verificar los prerrequisitos de cada ficha. Una ruta de continuidad en tenis puede enlazar TEN-T05, TEN-T06, TEN-T16, TEN-T17 y TEN-T18: primero se orienta la derecha, luego se sostiene la cooperación, después se ajusta la distancia y se añade la recuperación. Si el grupo ya domina el revés, TEN-T09 puede insertarse antes de trabajar dirección.

Una ruta de inicio del punto en pádel puede relacionar PAD-T10, PAD-T11, PAD-T12, PAD-T13, PAD-T14 y PAD-T15. El reto no es contabilizar servicios válidos de forma aislada, sino que el resto y los golpes siguientes tengan oportunidad de aparecer. Cuando el servidor ofrece pelotas muy irregulares, se facilita temporalmente el inicio para observar el aprendizaje del restador.

Problema prioritario	Selección de fichas	Decisión docente que se practica
Continuidad en tenis	TEN-M02 → TEN-M03 → TEN-M06.	Reducir una barrera de la tarea y comprobar si aumentan los intercambios.
Dirección en tenis	TEN-M06 → TEN-M07 → TEN-M10.	Introducir una alternativa espacial real manteniendo un inicio jugable.
Inicio del punto en pádel	PAD-M04 → PAD-M05 → PAD-M10, si hay base suficiente.	Separar la calidad del servicio de la lectura y respuesta del restador.
Posición de red en pádel	PAD-M06 → PAD-M07 → PAD-M10.	Relacionar posición rival, globo, cobertura y comunicación.
Pared de fondo	PAD-M02 o M03 → PAD-M09.	Hacer visible la secuencia bote-pared antes de exigir respuesta.

Estos recorridos no sustituyen una exploración inicial del grupo. Si se propone TEN-M10 a personas que todavía no pueden devolver una pelota lenta, la tarea modificada ha de retroceder hasta crear intercambios. Si se propone PAD-M09 sin lectura del rebote, PAD-T25 puede convertirse en el núcleo de la sesión. El itinerario debe seguir siendo útil cuando aparece una necesidad de volver atrás.

7.7. Itinerarios según la competencia docente

Las fichas no solo ordenan aprendizajes deportivos. Su cabecera identifica una o dos competencias docentes prioritarias que pueden guiar la elección de una experiencia Teach-Racket. Cuando varios equipos trabajan un mismo golpe, asignar focos docentes distintos permite comparar decisiones de organización, comunicación, observación o adaptación sin imponer intervenciones idénticas.

Competencia prioritaria	Tenis	Pádel	Evidencia posible
Organización y tiempo	TEN-M01, M04, M06, M08.	PAD-M01, M04, M07.	Turnos de práctica, tiempos de espera y transiciones.
Comunicación y demostración	TEN-M02, M04, M08.	PAD-M02, M04, M07, M08.	Consigna inicial, ángulo de demostración y comienzo autónomo.
Observación y feedback	TEN-M02, M03, M05, M09.	PAD-M02, M03, M05, M09.	Conducta observada, indicación ofrecida y nuevo intento.
Adaptación e inclusión	TEN-M01, M03, M06, M10.	PAD-M01, M03, M09, M10.	Barreras detectadas y efecto de variar una condición.

Competencia prioritaria	Tenis	Pádel	Evidencia posible
Evaluación y reflexión	TEN-M05, M07, M10.	PAD-M05, M10.	Relación entre objetivo, respuesta observada y mejora propuesta.

La matriz reúne las prioridades explícitas de las fichas, con solapamientos cuando una microenseñanza señala dos competencias. La actuación docente completa sigue incluyendo seguridad, planificación y evaluación en todas ellas. Para la grabación conviene escoger un indicador reducido: por ejemplo, si un cambio de turno deja a todos practicando en menos de medio minuto, o si el feedback de una pareja produce un intento posterior observable. El indicador se ajusta a la ficha y al grupo real.

7.8. Dos itinerarios comentados

Caso A. Tenis con doce participantes y tres espacios

Un grupo heterogéneo dispone de tres zonas delimitadas y pelotas de baja presión. La observación inicial muestra que la mayoría puede enviar una pelota tras el bote, pero apenas se sostienen intercambios. El equipo propone seis microenseñanzas distribuidas en varias sesiones, no seis bloques consecutivos de una misma clase. Las parejas practican en paralelo y ajustan distancias por zona; un observador rota durante períodos breves y vuelve a golpear.

Paso	Ficha y tareas de referencia	Evidencia que permite seguir
1	TEN-M01: TEN-T02 y TEN-T03.	Envíos suaves y primeros intercambios con ayuda.
2	TEN-M02: TEN-T04 a TEN-T06.	Preparación antes del bote y derecha a zona amplia.
3	TEN-M03: TEN-T07 a TEN-T09.	Respuesta por el lado del revés sin perder espacio.
4	TEN-M06: TEN-T16 a TEN-T18.	Varias devoluciones y recuperación funcional.
5	TEN-M07: TEN-T19 a TEN-T21.	Elección de zona con pelota todavía jugable.
6	TEN-M10: TEN-T28 a TEN-T30.	Decisión entre continuidad y espacio libre en punto reducido.

Si después del paso 3 los intercambios siguen terminando en el primer golpe, se repiten TEN-T06 y TEN-T09 con menor distancia y un bote adicional, antes de introducir TEN-M07. Servicio y resto no figuran en este ejemplo porque el problema elegido es la continuidad; deberán abordarse en otro tramo si el objetivo es disputar puntos iniciados con servicio. La ruta deja una evidencia observable tras cada paso y permite justificar la decisión de repetir o avanzar.

Caso B. Pádel con una pista y ocho participantes

Cuatro participantes pueden ocupar la pista en una situación de dobles mientras otros cuatro observan o esperan su turno. Se fija una rotación corta y un foco de observación específico para que la espera tenga una función. Una sola pista impide duplicar sin más las tareas que incluyen trayectorias altas, remate o rebote de pared. Antes de iniciar cada bloque se revisan el recorrido de la pelota, la zona de espera y la señal de parada.

Paso	Ficha y tareas de referencia	Qué se observa
1	PAD-M01: PAD-T01 a PAD-T03.	Control inicial, límites y distribución de contactos.
2	PAD-M02 y PAD-M03: PAD-T04 a PAD-T09.	Respuestas jugables desde ambos lados.
3	PAD-M04 y PAD-M05: PAD-T10 a PAD-T15.	Servicio y resto que permiten continuar.
4	PAD-M06: PAD-T16 a PAD-T18.	Posición rival, elección y trayectoria del globo.
5	PAD-M07: PAD-T19 a PAD-T21.	Separación y comunicación de la pareja de red.
6	PAD-M10: PAD-T28 a PAD-T30.	Reparto del espacio y elección en punto reducido.

El remate y la salida de pared no se comprimen dentro de este recorrido: requieren condiciones específicas de lectura y seguridad y pueden incorporarse más tarde como PAD-M08 y PAD-M09. Si participan doce personas con una sola pista y no existe otro espacio seguro, la rotación reduce mucho el tiempo de golpeo individual. Conviene dividir el grupo en bloques o disponer de más tiempo y sesiones, en lugar de crear estaciones de golpeo junto al cristal sin espacio suficiente. Las observaciones breves pueden preparar el siguiente turno, pero no equivalen a practicar el golpe.

7.9. Cambios de itinerario durante la práctica

Un itinerario se revisa cuando la evidencia contradice la progresión prevista. La decisión se toma sobre una dificultad concreta, no sobre una impresión general de que el grupo «no tiene nivel». Conviene anotar qué tarea se aplicó, bajo qué condiciones, qué respuesta apareció y qué cambio produjo la siguiente respuesta. Esto permite comparar versiones sin atribuir un resultado a todas las modificaciones a la vez.

Situación	Ajuste inmediato	Decisión posterior
Casi no hay contactos por turno.	Reducir espera y duplicar estación solo si es segura.	Revisar número de participantes por pista y duración del itinerario.
El golpe aparece, pero no hay continuidad.	Lanzamiento más predecible, pelota lenta o menor distancia.	Conservar cooperación antes de introducir oposición.
Se acierta un blanco sin elegir.	Variar una posición rival o ofrecer dos zonas con sentido.	Comprobar que la elección se vincula a la situación.
El globo o remate induce retrocesos peligrosos.	Detener, recuperar posición estable y trayectoria facilitada.	Revisar espacio, roles y pertinencia de la ficha para el grupo.
Una persona monopoliza las pelotas.	Asignar zonas y rotaciones breves, observar ambos participantes.	Revisar si la organización favorece una participación comparable.

No es necesario terminar una ficha a toda costa. Cuando falla una condición básica de seguridad o se agota el tiempo de práctica, el equipo puede cerrar con una tarea anterior y comprobar lo aprendido en ella. El registro distinguirá la secuencia diseñada de la aplicada; esa diferencia es material de análisis para el ciclo Teach-Racket, que se desarrollará en el capítulo 8.

7.10. Matriz de selección rápida

La matriz final reúne decisiones que suelen tomarse al preparar una microenseñanza. Se utiliza después de conocer el grupo y antes de cerrar la planificación. Una misma necesidad puede admitir varias fichas; la elección más útil será la que permita observar el aprendizaje y la actuación docente en las condiciones disponibles.

Si se necesita...	Consultar primero	Comprobar antes de aplicar
Muchos contactos iniciales con material.	TEN-M01 / PAD-M01.	Zonas delimitadas, pelotas y turnos cortos.
Golpes de fondo por ambos lados.	TEN-M02–M03 / PAD-M02–M03.	Bote legible, distancia y blanco amplio.
Iniciar y devolver un punto.	TEN-M04–M05 / PAD-M04–M05.	Regularidad del envío inicial y espacio de respuesta.
Sostener peloteos.	TEN-M06 / PAD-T03, PAD-T06, PAD-T09 o PAD-T15.	Tiempo de práctica, ritmo y cooperación.
Elegir dirección o globo.	TEN-M07 / PAD-M06.	Alternativas visibles y tiempo para decidir.
Juego próximo a la red.	TEN-M08 / PAD-M07.	Separación entre personas y trayectorias seguras.
Responder a pelota alta o pared.	PAD-M08 / PAD-M09.	Colocación, distancia al cristal y criterio de no golpear.
Integrar decisiones en juego.	TEN-M10 / PAD-M10.	Inicio jugable y participación equilibrada.

La matriz remite a la primera consulta, no reemplaza los prerrequisitos que figuran en cada ficha. Cuando la necesidad es docente —por ejemplo, practicar feedback o adaptación—, se consulta también la tabla de competencias del apartado 7.7. Antes de impartir, el equipo selecciona una evidencia de aprendizaje y una de actuación docente; después podrá decidir con fundamento si repite, adapta o continúa el recorrido.

Ideas clave

La secuencia numérica de las fichas ayuda a localizar propuestas; la progresión real depende de respuestas observables bajo condiciones concretas.

Avanzar puede significar introducir una decisión mientras se conserva una pelota lenta, una zona grande o un inicio facilitado.

Los itinerarios se ajustan al tiempo, al espacio, a la seguridad y a la participación efectiva, además del contenido deportivo.

La elección de una ficha puede responder tanto a un problema de juego como a una competencia docente prioritaria.

Repetir una tarea con un ajuste justificado es una decisión de enseñanza, no un fracaso del itinerario.

Recomendaciones para el profesorado

Pida a los equipos que indiquen qué respuesta observada les permite pasar de una ficha a la siguiente.

Compare dos itinerarios alternativos para el mismo grupo y haga explícitas las condiciones que favorecen cada uno.

Solicite un registro breve de los cambios de distancia, bote, zona o rotación y de su efecto en la participación.

Antes de introducir oposición, globo, remate o pared, revise con el grupo los recorridos y la señal de parada.

CAPÍTULO 8

Uso del banco dentro del ciclo Teach-Racket

¿Qué encontrará el lector en este capítulo?

Este capítulo muestra cómo utilizar las fichas de microenseñanza y de tarea antes, durante y después de una intervención Teach-Racket. Conecta su selección y adaptación con el ciclo DEOAM —diseñar, enseñar, observar, analizar y mejorar— y ofrece dos ejemplos de rediseño, uno de tenis y otro de pádel. El centro de atención es el uso pedagógico del banco: las rúbricas, la Reflexión 3 × 3, el Plan de Mejora y el portafolio conservan las funciones explicadas en los otros volúmenes de la colección.

Una ficha publicada describe una propuesta de referencia. El equipo que la utiliza responde por la versión que decide aplicar a un grupo real. Esa responsabilidad incluye justificar los cambios, comprobar si la intervención permite practicar el objetivo y utilizar lo observado para planificar una segunda actuación. El ciclo no se completa por haber rellenado un formulario: se completa cuando una decisión de mejora se prueba de nuevo en la enseñanza.

8.1. Del banco de propuestas a una intervención propia

El punto de partida es el problema de aprendizaje y el contexto, no la primera ficha del índice. Antes de escoger una microenseñanza conviene conocer qué puede hacer ya el grupo, cuántas personas participarán, cuántas pistas hay, qué material funciona, qué tiempo efectivo se dispone y qué barreras de acceso o seguridad deben preverse. El capítulo 7 ofrece rutas orientativas; la cabecera de cada ficha precisa sus prerrequisitos y las tareas breves del capítulo 6 permiten reemplazar o ampliar una fase.

La selección puede comenzar por un contenido asignado —por ejemplo, revés de tenis— o por una respuesta observada —por ejemplo, intercambios que terminan después del primer envío—. En el primer caso, el equipo comprueba si TEN-M03 es viable y ajusta sus tareas. En el segundo, puede consultar TEN-M06 y elegir TEN-T16 para encontrar una distancia de cooperación antes de introducir una oposición. En ambos casos debe poder explicar qué aprendizaje persigue y por qué esa tarea ofrece oportunidades para practicarlo.

Pregunta antes de elegir	Decisión que debe quedar escrita	Ejemplo de respuesta
¿Quiénes participarán?	Número, experiencia y apoyos necesarios.	Doce estudiantes con control desigual del bote.
¿Qué aprenderán?	Un objetivo principal observable.	Mantener varios envíos cooperativos.
¿Qué condiciones son reales?	Pistas, tiempo, pelotas, zonas de espera.	Una pista de pádel y turnos breves.
¿Qué practicará el equipo docente?	Una o dos competencias prioritarias.	Organizar la rotación y comprobar contactos.
¿Qué evidencia se buscará?	Una respuesta del grupo y una actuación docente.	Continuidad tras cambiar distancia y reparto de turnos.

Si la ficha elegida exige más control previo del que el grupo muestra, el equipo tiene dos opciones justificables: seleccionar una propuesta anterior o conservar el problema principal con una variante más accesible. La adaptación no consiste en eliminar cualquier dificultad. Consiste en situar el reto donde pueda practicarse, observarse y modificarse.

8.2. Diseñar una versión aplicable

En la fase de diseño se distingue la ficha fuente de la versión preparada. El código oficial permanece —por ejemplo, PAD-M06—, mientras un registro breve explica qué se ha modificado y por qué. La versión aplicada define objetivo, tareas, tiempos, responsables, espacio, material, señal de parada, adaptaciones y evidencias. No es necesario reescribir cada frase del banco; sí dejar claras las decisiones que cambian su funcionamiento.

Elemento de la ficha	Comprobación del equipo	Posible adaptación
Objetivo	¿Cabe en veinte minutos y puede observarse?	Acotar el globo a reconocer posición rival y buscar trayectoria alta.
Tarea y nivel	¿Cuántos intentos útiles tendrá cada persona?	Reducir distancia o velocidad; mantener un blanco grande.
Espacio y material	¿Se pueden cumplir las rotaciones sin cruces?	Una zona activa y turnos cortos si hay una sola pista.
Consigna	¿Permite comenzar sin explicación adicional?	Una clave de acción, una regla de turno y una señal de parada.
Observación	¿Se ve la conducta buscada desde el lugar elegido?	Situar la cámara y al observador fuera de la trayectoria.
Cierre	¿Habrá una comparación con la respuesta inicial?	Repetir un intento equivalente y recoger una explicación breve.

Un error frecuente es cambiar a la vez pelota, distancia, regla, agrupamiento y objetivo. Si la tarea mejora, ya no se sabe qué condición ayudó; si empeora, tampoco se identifica cuál produjo el problema. En la planificación se preparan una variante facilitadora y una progresión, y durante la intervención se modifica primero la variable más relacionada con la dificultad observada. Las demás quedan disponibles para una necesidad posterior.

Roles y ensayo previo

El equipo acuerda quién presenta el objetivo, quién demuestra, quién controla el tiempo, quién observa a los participantes, quién atiende una estación o adaptación y quién gestiona la grabación. Estas funciones pueden alternarse, pero los cambios deben estar previstos para que nadie deje de observar o de cuidar la seguridad mientras explica. Si solo participa una persona como docente, simplifica la organización y el registro para que la carga sea viable.

Antes de ocupar la pista se realiza un ensayo breve de consignas, rotaciones y ubicación de materiales. El ensayo puede detectar que una explicación supera el tiempo disponible, que una fila impide contactos suficientes o que el lugar de la cámara no permite ver el foco elegido. También se comprueban las condiciones de uso de las grabaciones conforme a las pautas de la asignatura: finalidad docente, acceso autorizado y respeto a la privacidad. La cámara no justifica ocupar una zona de riesgo.

8.3. Enseñar y ajustar sin perder el objetivo

La fase de enseñanza comienza con un problema comprensible y una organización visible. Una consigna inicial breve explica qué se intenta, cómo se inicia el turno y cuál es la señal de parada. Después se demuestra únicamente lo necesario para empezar con seguridad. Si la primera serie muestra una dificultad común, el docente decide si conviene aclarar una clave o modificar la tarea; no necesita detener a todo el grupo para repetir la explicación completa.

El papel de quien enseña cambia durante la microenseñanza. Al principio organiza; en la práctica observa conductas concretas; tras un error repetido propone un ajuste que pueda probarse; en la aplicación comprueba si la respuesta se transfiere a una situación algo menos predecible. En todo momento conserva una visión suficiente de las zonas activas. Una intervención verbal acertada pierde valor si interrumpe continuamente la práctica o deja sin supervisión un espacio de golpeo.

Lo que ocurre	Pregunta antes de intervenir	Respuesta proporcionada
La pelota se pierde en el primer envío.	¿La velocidad o la distancia superan el control actual?	Facilitar el inicio y volver a observar la continuidad.
Una persona casi no golpea.	¿La organización concentra las pelotas en su pareja?	Cambiar zona, turno o regla de reparto; contar nuevos contactos.
El grupo acierta, pero no decide.	¿Existe una alternativa real y visible?	Variar la posición rival o abrir dos opciones razonables.
Aparece riesgo junto a red o pared.	¿Pueden detenerse y reorganizar el recorrido?	Parar, retirar el estímulo de riesgo y reiniciar con espacio seguro.

Una adaptación improvisada también debe registrarse. No se trata de escribir durante cada golpe: basta una anotación al finalizar la fase, con dificultad observada, cambio introducido y respuesta posterior. Ese registro permitirá distinguir una mejora producida por la intervención docente de una mera impresión retrospectiva. Si la adaptación modifica el objetivo, el equipo lo hará explícito en el cierre.

8.4. Observar lo que sucede

La observación se planifica antes de la sesión. Cada ficha propone focos de vídeo y evidencias de aprendizaje, pero el equipo escoge un número reducido que resulte visible con su organización. Conviene mirar tanto al grupo participante como a quien enseña: por ejemplo, cuántos intentos útiles aparecen tras cambiar una distancia y cómo comunicó el docente ese cambio. Una imagen sin el momento anterior o posterior puede mostrar el golpe, pero no explicar la decisión que lo precedió.

Una persona observadora puede registrar secuencias breves: hora o fase, conducta visible, condición de la tarea e intervención docente. Durante la revisión del vídeo se localizan esos momentos antes de emitir un juicio. «La pareja completó cuatro envíos después de acercarse» describe algo verificable; «la explicación fue excelente» es una valoración que necesita criterios y ejemplos. Tampoco debe confundirse un resultado aislado con dominio estable de la habilidad.

Fuente	Qué puede aportar	Límite que conviene recordar
Diseño previo	Objetivo, tiempos, roles y cambios previstos.	No muestra cómo respondió realmente el grupo.
Vídeo	Secuencia de consignas, turnos, intentos y ajustes visibles.	Puede dejar fuera una pareja o una conversación no registrada.
Observación entre iguales	Notas sobre participación y respuestas concretas.	Necesita foco común para evitar impresiones dispersas.
Voz del participante	Explicación de una decisión o barrera percibida.	No sustituye observar la conducta en la tarea.
Feedback docente	Contraste con los criterios de la asignatura.	Debe conectarse con episodios y cambios posibles.

Los instrumentos generales del volumen I —entre ellos la rúbrica y el Sistema Integrado de Evaluación Teach-Racket— aportan un marco común. Los focos de cada ficha no crean una segunda escala. Ayudan a seleccionar episodios pertinentes para ese contenido. El tratamiento sistemático de las evidencias, la comparación de valoraciones y la construcción del portafolio se desarrollarán con más detalle en el volumen III.

8.5. Analizar para elegir una prioridad

Después de enseñar, el equipo compara tres cosas: lo que había previsto, lo que efectivamente ocurrió y la respuesta del grupo bajo esas condiciones. El análisis comienza por describir un episodio y continúa con una interpretación prudente. Si casi nadie devolvió una pelota, podría deberse a distancia excesiva, envío irregular, consigna confusa o escasas oportunidades de práctica. El vídeo y los registros ayudan a contrastar estas posibilidades, pero no convierten una observación breve en una prueba definitiva.

La Reflexión 3 × 3 y el feedback docente pueden ayudar a ordenar el análisis, según las instrucciones del volumen I. Para esta fase basta con que el equipo salga con una prioridad manejable: una decisión que afectó de manera apreciable al objetivo y que pueda modificarse en la segunda aplicación. Corregir simultáneamente todos los detalles de la enseñanza diluye la posibilidad de comprobar qué ayudó.

Paso de análisis	Pregunta útil	Producto breve
Describir	¿Qué se ve y en qué fase ocurre?	Episodio localizable y conducta concreta.
Relacionar	¿Qué condición de la tarea o decisión docente precede a la respuesta?	Hipótesis de trabajo, sin afirmar causalidad.
Priorizar	¿Qué cambio es viable y relevante para el objetivo?	Una mejora prioritaria y un responsable.
Comprobar	¿Qué se observará al repetir la intervención?	Indicador comparable en la segunda versión.

Cuando los observadores discrepan, se revisa el episodio antes de sumar opiniones. Puede ocurrir que uno se centre en el resultado del golpe y otro en si la persona eligió una opción razonable. Ambas observaciones aportan información si se explicita su criterio. El análisis no busca declarar quién tuvo razón, sino formular una interpretación suficientemente clara para tomar la siguiente decisión.

8.6. Mejorar mediante una segunda versión

La fase de mejora convierte la prioridad en una acción comprobable. Una formulación útil indica qué se cambia, quién lo hará y qué respuesta se espera observar. «Dar mejor feedback» es demasiado general; «tras identificar dos pelotas de revés que llegan al cuerpo, reducir el lanzamiento, pedir un ajuste lateral y observar los dos intentos siguientes» permite ensayar y valorar una decisión. El Plan de Mejora del volumen I ofrece un soporte para documentarla.

La segunda versión no tiene que repetir íntegramente la primera. Debe conservar suficientes condiciones comunes para interpretar el cambio: mismo objetivo principal, un momento comparable y registro de las diferencias relevantes. Si cambia a la vez el grupo, la pista y el material, el equipo anotará esas condiciones y será prudente al atribuir cualquier mejora al ajuste diseñado.

Antes de la segunda aplicación	Ejemplo de formulación
Mantener	Objetivo de mantener intercambios y una tarea comparable con pelota lenta.
Cambiar	Acercar las parejas una marca y comenzar con lanzamiento facilitado.
Responsable	Una persona prepara marcas; otra observa el número de envíos por pareja.
Comprobar	Comparar oportunidades de golpeo y continuidad en la misma fase de ambas versiones.
Decisión posterior	Conservar el cambio, retirarlo gradualmente o probar otra explicación.

El criterio de éxito no consiste en que la segunda actuación parezca más fluida a simple vista. Puede que aumenten los intercambios, pero participe menos una persona; puede que una nueva regla mejore la decisión, pero alargue las esperas. Por eso se contrastan el aprendizaje buscado, la participación y la seguridad. La segunda intervención cierra una comparación y abre, si procede, otro ciclo de mejora.

8.7. Ejemplo de rediseño en tenis

El siguiente ejemplo es ilustrativo. Un equipo selecciona TEN-M06, continuidad del peloteo desde el fondo, para doce estudiantes en tres zonas. El objetivo es sostener varios envíos cooperativos. En la primera versión, las parejas empiezan demasiado separadas para su control actual y la consigna de «mantener cuatro golpes» no evita que la mayoría de secuencias termine enseguida. El docente repite la corrección «golpead suave», pero no cambia las condiciones de práctica.

Momento	Decisión y evidencia que se buscará
Diseño inicial	TEN-T16 para comparar distancias; TEN-T17 para peloteo hacia zona amplia; observación de envíos por pareja.
Primera aplicación	Se anota dónde está cada pareja, quién golpea y cuándo termina el intercambio; el vídeo muestra las consignas y turnos.
Análisis	La prioridad no es añadir más técnica, sino crear una distancia de cooperación que permita practicar.
Segunda versión	Cada pareja comienza desde una marca más próxima, con lanzamiento inicial facilitado; el docente comprueba dos series antes de alejarlas.
Comparación	Se revisan continuidad, contactos de ambas personas y tiempo empleado en recoger pelotas bajo ambas condiciones.

Si la segunda versión aumenta los envíos, el equipo puede retirar progresivamente una ayuda y observar si se conserva la continuidad. Si solo mejora una pareja, revisará diferencias en distancia, velocidad y reparto de turnos antes de generalizar. El ejemplo muestra por qué una variación de la tarea puede tener más valor que repetir la misma indicación verbal.

8.8. Ejemplo de rediseño en pádel

En un segundo ejemplo ilustrativo, el equipo utiliza PAD-M06, globo, con ocho participantes y una pista. La primera versión ofrece siempre una pareja rival junto a la red. El alumnado intenta globos altos, pero la decisión se vuelve automática: no hay una situación en la que convenga elegir otro envío. La observación detecta también esperas demasiado largas entre turnos de golpeo.

Momento	Decisión y evidencia que se buscará
Diseño inicial	PAD-T16 para altura y profundidad; PAD-T17 para elegir según posición rival; rotación anunciada.
Primera aplicación	El vídeo permite comprobar que la posición rival casi no cambia y que la consigna anticipa siempre el globo.
Análisis	La prioridad es crear una elección real y distribuir mejor los turnos, conservando un lanzamiento cómodo.
Segunda versión	La pareja rival alterna una posición visible de red y otra más retrasada; turnos de dos minutos con un observador de decisión.
Comparación	Se registra cuándo se elige globo o continuidad, la posición rival previa, la trayectoria y los contactos por participante.

Un globo fallado después de elegirlo en el momento adecuado no equivale a una mala decisión. A la inversa, un globo que entra cuando los rivales están atrás puede ser técnicamente válido sin responder al problema planteado. La revisión separa lectura de la situación y ejecución. Si el número de participantes aumenta hasta doce sin disponer de otra pista segura, el equipo amplía el tiempo o divide el grupo; no presupone que cuatro jugadores activos durante veinte minutos ofrezcan suficientes ensayos a todos.

8.9. Registro mínimo para utilizar el banco

Un registro breve y consistente basta para conectar una ficha con la versión aplicada. Debe poder consultarse sin reconstruir toda la grabación: código de origen, objetivo, condiciones reales, cambios previstos, cambios durante la práctica, episodio observado y modificación para la segunda versión. La plantilla completa y los instrumentos formales se encuentran en los anexos y en los volúmenes correspondientes; esta síntesis facilita su uso durante la preparación.

Campo	Anotación que permite recuperar la decisión
Ficha de origen	Código y título: por ejemplo, TEN-M06 y TEN-T17.
Contexto real	Participantes, experiencia, pista, pelotas y tiempo efectivo.
Cambio previsto	Qué se modifica respecto a la ficha y por qué.
Cambio durante la práctica	En qué fase se hizo y qué dificultad lo motivó.
Evidencia	Conducta observable, condición y momento del vídeo o registro.
Segunda versión	Una mejora, su responsable y el indicador para compararla.

Conservar el código de origen evita confundir la propuesta publicada con la intervención de un equipo. Si este crea una tarea nueva, la documenta con la plantilla del anexo y la relaciona con la ficha que inspiró su diseño, sin atribuirle un código oficial del banco. Esta trazabilidad es especialmente útil cuando varios equipos comparan soluciones diferentes a un mismo problema.

8.10. Lista de comprobación del ciclo

Fase	Pregunta que debe poder responder el equipo
Diseñar	¿Por qué esta ficha, este objetivo, estas tareas y estas adaptaciones para este grupo?
Enseñar	¿Quién organiza, observa, ajusta y controla la seguridad en cada momento?
Observar	¿Qué respuesta del grupo y qué actuación docente quedaron registradas?
Analizar	¿Qué episodio sustenta la prioridad elegida y qué otra explicación es posible?
Mejorar	¿Qué cambio se probará y cómo se compararán dos momentos equivalentes?

La lista no obliga a producir un documento extenso después de cada tarea. Sirve para comprobar que el recurso didáctico se utiliza como parte de un ciclo completo. Si falta una respuesta, el equipo vuelve al momento pertinente: define mejor el objetivo, observa de nuevo el vídeo o formula una mejora más concreta. El volumen III desarrollará la interpretación integrada de las evidencias y su presentación en el portafolio.

8.11. Preparación entre equipos antes de entrar en pista

Una revisión cruzada breve permite detectar problemas que el equipo autor de una ficha adaptada puede pasar por alto. Un segundo equipo recibe el objetivo, la secuencia de veinte minutos y el esquema de distribución, sin necesidad de estudiar todo el capítulo. Su función es reconstruir qué hará cada participante y qué observará quien enseña. Si necesita preguntar dónde se inicia el turno, quién recoge o cómo se detiene la actividad, el diseño todavía tiene una ambigüedad operativa.

Momento	Tarea del equipo autor	Aportación del equipo revisor
Antes de enseñar	Presentar objetivo, variante elegida, roles, tiempos y evidencia.	Señalar una duda de organización y una barrera para participar.
Tras la primera actuación	Seleccionar un episodio de vídeo relacionado con el objetivo.	Describir lo visible antes de proponer una explicación.
Antes de repetir	Formular una mejora y un indicador comparable.	Comprobar si el cambio puede probarse con el tiempo y espacio reales.

La revisión no pretende convertir todas las propuestas en una misma sesión. Dos equipos pueden elegir variantes distintas si justifican cómo se mantiene el aprendizaje buscado. La aportación más útil es una pregunta precisa que permita revisar la decisión: «¿cómo sabréis si ambas personas de la pareja han practicado?» o «¿qué hará el observador mientras las cuatro plazas de la pista están ocupadas?». Después de la segunda actuación, el equipo autor podrá explicar qué sugerencia incorporó y qué ocurrió al probarla.

Ideas clave

El banco ofrece propuestas de referencia; cada equipo debe justificar la versión que aplica a su grupo.

La observación comienza en el diseño, al decidir qué conducta se podrá ver y en qué condiciones.

El análisis separa descripción, interpretación y valoración para elegir una mejora viable.

Una segunda intervención comprueba una decisión concreta sin perder de vista participación y seguridad.

Conservar códigos y registrar cambios permite relacionar la ficha original, la actuación y el rediseño.

Recomendaciones para el profesorado

Pida una justificación breve de las adaptaciones antes de impartir cada microenseñanza.

Asigne un foco de observación docente y otro de aprendizaje para revisar un episodio de vídeo manejable.

Solicite que el Plan de Mejora incluya una acción y una evidencia comparables en la segunda actuación.

Utilice los ejemplos TEN-M06 y PAD-M06 para distinguir una mejora del golpe de una mejora de la decisión o de la organización.

CAPÍTULO 9

Orientaciones finales para utilizar el banco

¿Qué encontrará el lector en este capítulo?

El capítulo final reúne los criterios que conviene conservar al utilizar las veinte microenseñanzas y las sesenta tareas de este volumen. Recuerda cómo elegir, adaptar y combinar propuestas sin perder la relación entre objetivo, práctica y evidencia; delimita el alcance del material; y señala qué información puede ayudar a mejorar futuras ediciones. Su finalidad es facilitar un uso autónomo y crítico del banco en la formación docente y en otros contextos de iniciación.

El valor de Teach-Racket no depende de completar todas las fichas ni de reproducirlas literalmente. Una selección pequeña, bien justificada y revisada después de enseñarla puede aportar más que recorrer el banco con poca práctica efectiva. Las propuestas ofrecen decisiones visibles para estudiar y modificar. Corresponde al equipo docente comprobar en la pista si esas decisiones ayudan al grupo real que tiene delante.

9.1. Una ficha es una propuesta de referencia

Cada microenseñanza se ha redactado para una situación concreta: un objetivo principal, un nivel orientativo, un número de participantes, material disponible y una intervención de unos veinte minutos. Las fichas breves desarrollan tareas que pueden utilizarse en esa secuencia o trasladarse a otra. Esas condiciones no son propiedades fijas del contenido de tenis o pádel. Cuando cambian edad, experiencia, instalaciones o tiempo, hay que revisar el diseño.

La primera responsabilidad de quien utiliza una ficha es reconocer qué parte constituye su núcleo. En TEN-M06, por ejemplo, el núcleo es crear y observar continuidad de peloteo; la distancia entre parejas puede variar. En PAD-M06, la lectura de la posición rival y la posibilidad de elegir un globo justifican la tarea; si siempre se obliga a golpear alto, desaparece la decisión que la ficha quiere enseñar. Identificar ese núcleo permite adaptar condiciones sin vaciar de sentido el aprendizaje.

Conservar	Ajustar según el contexto	Explicar si se cambia
Problema de aprendizaje y evidencia relacionada.	Pelota, bote, distancia y tamaño de zonas.	Objetivo principal o situación de decisión.
Oportunidades de práctica de cada persona.	Número de estaciones y duración de turnos.	Organización que modifica quién puede participar.
Señal de parada y control de recorridos.	Ubicación de marcas, observadores y cámara.	Regla o trayectoria que altere la seguridad.
Código de la propuesta publicada.	Consignas y lenguaje adecuados al grupo.	Tarea nueva o secuencia diferente de la ficha de origen.

Registrar la adaptación no significa defender cada pequeña decisión con un texto largo. Una nota que indique condición original, cambio, motivo y respuesta posterior suele bastar para recuperar el razonamiento. El código de origen permite localizar la propuesta consultada; la versión aplicada debe poder distinguirse de ella.

9.2. La calidad depende de lo que ocurre durante la práctica

Una planificación ordenada no garantiza por sí sola que una tarea funcione. El espacio puede quedar pequeño, el envío del compañero resultar demasiado irregular o las transiciones consumir más tiempo del previsto. Por eso las fichas incluyen variantes, contingencias y focos de observación. El docente no espera al final para descubrir que una actividad apenas produjo contactos: mira cómo se distribuyen los turnos y ajusta la dificultad o la organización cuando es necesario.

La respuesta observada debe relacionarse con el objetivo. Un golpe que entra en la pista puede no mostrar la decisión buscada; una elección pertinente puede terminar en error de ejecución. Al interpretar una microenseñanza de dirección, globo o juego en pareja conviene distinguir lectura de la situación, acción realizada y resultado de la pelota. En tareas iniciales, una trayectoria segura y repetible puede ser una evidencia más útil que un acierto aislado a un blanco estrecho.

Pregunta de revisión	Indicio útil	Respuesta posible
¿Practican todos?	Turnos y contactos de cada persona; tiempo de espera.	Acortar rotación o reorganizar la estación.
¿Se practica el objetivo?	Conducta prevista en varios intentos comparables.	Facilitar una condición o sustituir una tarea.
¿Existe decisión real?	Alternativas visibles y elección según la situación.	Variar posición rival o dejar abierta una opción.
¿Se mantiene la seguridad?	Recorridos, paredes, red, pelotas sueltas y señal de parada.	Detener y rediseñar antes de continuar.
¿Ayudó el ajuste docente?	Respuesta antes y después del cambio introducido.	Conservar, retirar gradualmente o probar otra variable.

No todas las respuestas de una intervención breve permiten afirmar que se ha adquirido una habilidad. Sí pueden indicar que una condición de práctica ofrece más oportunidades, que una consigna se comprende mejor o que un problema táctico empieza a reconocerse. Esa lectura prudente ayuda a elegir la siguiente experiencia y evita convertir un criterio orientativo en una calificación permanente del participante.

9.3. Seguridad, accesibilidad y participación

La seguridad no es una nota al pie de la ficha. En tenis se controlan la separación entre carriles, los desplazamientos hacia pistas próximas y las pelotas sueltas. En pádel se añaden paredes, vallas, puertas, trayectorias altas y la coordinación de dos personas que comparten espacio. La tarea se detiene cuando sus recorridos dejan de ser seguros; el objetivo técnico nunca justifica continuar una actividad con riesgo de choque.

La accesibilidad se decide con las personas que participan y se comprueba en la práctica. Variar velocidad de pelota, distancia, número de botes, tamaño de objetivo, tiempo de respuesta, rol o modo de desplazamiento puede mantener un problema de aprendizaje común con apoyos distintos. No se supone que una ayuda sea útil por haberla incluido en el papel: se observa si facilita participación y aprendizaje sin aislar a la persona o reducir su oportunidad de tomar decisiones.

En grupos numerosos, observar también forma parte de aprender a enseñar, pero no sustituye indefinidamente el tiempo de golpeo. Si doce personas comparten una única pista de pádel, la rotación puede dejar pocos ensayos a cada una en veinte minutos. Conviene ampliar el tiempo, dividir el grupo o utilizar otro espacio solo si permite una tarea segura y pertinente. La ficha no debe prometer una participación que las condiciones de instalación no pueden ofrecer.

9.4. Dos usos complementarios del banco

Para el alumnado universitario, el banco funciona como un conjunto de modelos de razonamiento didáctico. Permite comparar cómo cambia una secuencia cuando el objetivo pasa de controlar el bote a decidir una dirección, o cómo se distribuyen roles y observación al trabajar en parejas. El uso formativo no consiste en memorizar el texto de una ficha. Consiste en explicar por qué se eligió, anticipar qué sucederá, impartir una versión adaptada y revisar las diferencias entre plan y práctica.

Para el profesorado, el banco facilita distribuir contenidos, calibrar la complejidad de las propuestas, identificar problemas de organización antes de entrar en pista y acompañar la reflexión de los equipos. Puede pedir a dos grupos que utilicen una misma tarea con objetivos distintos, o que diseñen alternativas para una limitación real de espacio. En ambos casos, la comparación debe centrarse en las decisiones y evidencias, no en la fidelidad literal a una ficha modelo.

Uso	Pregunta que orienta el trabajo	Producto razonable
Preparación individual	¿Qué exige realmente esta tarea y qué tendría que cambiar para mi grupo?	Versión adaptada y una evidencia observable.
Diseño en equipo	¿Cómo se reparten explicación, práctica, observación y seguridad?	Guion de veinte minutos con roles y contingencia.
Revisión entre iguales	¿Puede otra persona reconstruir la actividad sin pedir aclaraciones?	Una duda de viabilidad y una sugerencia justificada.
Análisis posterior	¿Qué muestra un episodio concreto sobre el objetivo y la actuación docente?	Una prioridad para la segunda versión.

La evaluación general de la asignatura y los instrumentos Teach-Racket del volumen I conservan su función. Las evidencias sugeridas por cada ficha ayudan a observar un contenido concreto; no constituyen un baremo alternativo. El volumen III ampliará el tratamiento de las grabaciones, el contraste de perspectivas y la elaboración del portafolio.

9.5. Transferir las propuestas a otros contextos

Una ficha diseñada para compañeros universitarios que actúan como participantes puede inspirar una clase de Primaria, Secundaria o una escuela deportiva, pero necesita un nuevo diseño de aplicación. Cambian la edad, la familiaridad con la raqueta o la pala, el lenguaje, la duración de la práctica, las normas del centro y la supervisión. La transferencia comienza por reconocer el problema de aprendizaje que se quiere conservar y por comprobar que la tarea es apropiada en el contexto receptor.

Con escolares, por ejemplo, pueden requerirse explicaciones aún más breves, espacios de menor tamaño, materiales de menor velocidad y turnos frecuentes. En un club con participantes de niveles desiguales, una misma actividad puede ofrecer dos variantes simultáneas si se mantienen separaciones seguras. Con personas adultas principiantes, la confianza ante el rebote de pared o la proximidad a la red puede necesitar una fase de exploración adicional. Ningún grupo se define únicamente por su edad o etiqueta de nivel: la respuesta observada orienta la elección.

Antes de trasladar una ficha	Comprobación
Grupo	Experiencia, intereses, necesidades de apoyo y número real de participantes.
Entorno	Superficie, pistas, paredes, accesos, normas y tiempo efectivo.
Objetivo	Aprendizaje observable y pertinente para ese programa.
Tarea	Inicio de cada intento, turnos, materiales, ayudas y posibles riesgos.
Evidencia	Qué se podrá observar sin interrumpir de manera excesiva la práctica.

Al transferir, conviene evitar una equivalencia automática entre el formato de veinte minutos y una sesión completa. Una microenseñanza puede convertirse en un bloque de una clase más larga, repetirse con ajustes o combinarse con tareas de otras fichas. En todos los casos debe explicarse la función de cada actividad dentro de la nueva secuencia.

9.6. Límites del volumen y mejora del banco

Las sesenta tareas y veinte microenseñanzas representan una selección de iniciación, no un catálogo exhaustivo de la enseñanza del tenis y del pádel. Algunas habilidades se abordan de forma deliberadamente sencilla para que quepan en una intervención breve y sean observables por docentes en formación. Otras situaciones de juego exigirán más tiempo, progresiones adicionales y conocimientos específicos. La bandeja de pádel, por ejemplo, no forma parte del itinerario básico de este volumen; el globo y el remate de iniciación responden a la selección adoptada.

Las propuestas son modelos didácticos, no resultados de una evaluación de eficacia. Su utilidad en un contexto concreto se comprueba al aplicarlas y revisarlas. Si una ficha genera esperas, un criterio no resulta observable o una variante altera el objetivo, esa información sirve para corregir la propuesta. Mantener un registro de dificultades recurrentes ayudará a depurar instrucciones, tiempos, esquemas y alternativas para futuras ediciones del banco.

Información que conviene recoger	Qué puede mejorar en una futura edición
Dudas repetidas sobre consignas o turnos.	Redacción y representación de la organización.
Variantes que aumentan o reducen la participación.	Rangos de distancia, bote y tamaño de zona recomendados.
Riesgos o cruces no previstos.	Advertencias de seguridad y distribución espacial.
Evidencias difíciles de ver en vídeo.	Foco de observación y lugar de grabación sugerido.
Tareas nuevas justificadas por equipos.	Ampliación revisada del banco sin duplicar códigos existentes.

La mejora editorial debe distinguir una adaptación puntual de un cambio generalizable. Que una variante funcione con un grupo no demuestra que sea superior en todas las condiciones; que una actividad falle una vez no la invalida para siempre. Se documenta el contexto, se buscan patrones entre aplicaciones y se revisan primero los problemas que afectan a claridad, participación o seguridad.

9.7. Del volumen II al siguiente ciclo de aprendizaje

El volumen I estableció el marco de microenseñanza, video-feedback y evaluación formativa. Este segundo volumen ha convertido ese marco en ejemplos concretos de tenis y pádel: veinte microenseñanzas, sesenta tareas y rutas para seleccionarlas. La intervención puede comenzar con cualquiera de ellas si se cumplen los prerrequisitos y se adapta al contexto. Su valor formativo aparece cuando el equipo justifica decisiones y vuelve a examinar lo ocurrido.

El volumen III continuará el recorrido desde las evidencias generadas en la práctica. Abordará cómo seleccionar episodios, contrastar autoevaluación, coevaluación y feedback docente, formular mejoras y documentar la evolución en un portafolio. Las fichas de este libro ya contienen focos para dar ese paso, pero no pretenden resolver por sí solas toda la interpretación posterior. La conexión entre volúmenes conserva una idea sencilla: diseñar, enseñar, observar, analizar y mejorar son partes de una misma experiencia profesional.

9.8. Guía rápida para la siguiente microenseñanza

Al terminar este volumen, el equipo puede preparar su próxima intervención con una secuencia breve. Primero identifica un problema que el grupo pueda practicar. Después elige una ficha completa y las tareas breves necesarias, comprueba sus prerrequisitos y adapta las condiciones reales. Antes de enseñar fija una evidencia de aprendizaje y una actuación docente que quiera observar. Tras la práctica localiza un episodio, explica qué cambió durante la intervención y prueba una mejora en una segunda versión.

Antes	Durante	Después
Objetivo observable y ficha pertinente.	Consigna breve y práctica simultánea.	Episodio verificable y comparación con el plan.
Adaptaciones, roles y seguridad acordados.	Observación de participación y dificultad.	Una prioridad y una acción de mejora.
Evidencia del grupo y foco docente definidos.	Ajuste registrado cuando sea necesario.	Segunda versión con indicador comparable.

Esta guía cabe en una página de planificación, pero exige tomar decisiones reales. Si el equipo puede responder quién practica, qué aprende, qué hará quien enseña, qué se observará y cómo se revisará la siguiente versión, la ficha ha cumplido su función. El banco seguirá abierto a nuevas adaptaciones y tareas siempre que conserven esa relación entre intención, práctica y evidencia.

Ideas clave

Los códigos permiten consultar y adaptar propuestas sin confundir la ficha publicada con la versión aplicada.

La participación efectiva, la accesibilidad y la seguridad condicionan la utilidad de cualquier progresión.

Una evidencia de una microenseñanza breve orienta el siguiente diseño, pero no establece un dominio definitivo.

Las fichas pueden transferirse si se rediseñan para el grupo, las instalaciones y el tiempo reales.

El banco mejora cuando las adaptaciones y dificultades se documentan y se contrastan entre aplicaciones.

Recomendaciones para el profesorado

Seleccione pocas fichas acordes con el objetivo de la asignatura y reserve tiempo para su revisión.

Exija que cada equipo identifique una condición que conserva, una que adapta y una evidencia que comprobará.

Revise la participación y los recorridos seguros antes de valorar la complejidad técnica de la tarea.

Recoja observaciones recurrentes sobre las fichas para mejorar la claridad y viabilidad del banco.

Referencias

Abad Robles, M. T., Benito Peinado, P. J., Giménez Fuentes-Guerra, F. J., & Robles Rodríguez, J. (2013). Fundamentos pedagógicos de la enseñanza comprensiva del deporte: Una revisión de la literatura. *Cultura, Ciencia y Deporte, 8*(23), 137–146. https://ccd.ucam.edu/index.php/revista/article/view/300

Casey, A., & Kirk, D. (2021). *Models-based practice in physical education*. Routledge. https://www.routledge.com/Models-based-Practice-in-Physical-Education/Casey-Kirk/p/book/9780367680381

Hattie, J., & Timperley, H. (2007). The power of feedback. *Review of Educational Research, 77*(1), 81–112. https://doi.org/10.3102/003465430298487

International Padel Federation. (2026). *Rules of padel*. https://www.padelfip.com/wp-content/uploads/2025/12/FIP_Rules-of-Padel.pdf

International Tennis Federation. (s. f.). *Tennis Play and Stay*. https://www.itftennis.com/en/growing-the-game/itf-tennis-play-and-stay/

International Tennis Federation. (2026). *Rules of tennis*. https://www.itftennis.com/media/7221/2026-rules-of-tennis-english.pdf

Mosston, M., & Ashworth, S. (2008). *Teaching physical education* (1st online ed.). Spectrum Institute for Teaching and Learning. https://spectrumofteachingstyles.org/assets/files/book/Teaching_Physical_Edu_1st_Online.pdf

Panadero, E. (2017). A review of self-regulated learning: Six models and four directions for research. *Frontiers in Psychology, 8*, Article 422. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00422

Schön, D. A. (1983). *The reflective practitioner: How professionals think in action*. Basic Books.

Shulman, L. S. (1987). Knowledge and teaching: Foundations of the new reform. *Harvard Educational Review, 57*(1), 1–22. https://doi.org/10.17763/haer.57.1.j463w79r56455411

UNESCO. (2015). *Quality physical education (QPE): Guidelines for policy-makers*. https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000231101

ANEXO I

Plantilla para diseñar una microenseñanza

Ficha de trabajo para preparar una intervención de aproximadamente veinte minutos. El código de referencia identifica la propuesta consultada; la versión adaptada pertenece al equipo que la aplica.

Identificación	**Datos que debe completar el equipo**
Modalidad y código de referencia	Tenis / pádel: _____ Ficha: _____ Fecha y versión: _____
Equipo y participantes	Docentes: _____ Grupo: _____ Participantes reales: _____
Contexto	Experiencia previa: _____ Espacio y tiempo efectivo: _____
Material	Imprescindible: _____ Alternativa disponible: _____
Objetivo del participante	Al terminar podrá… _____
Reto docente	La actuación que ensayaremos y observaremos será… _____
Evidencia prevista	Conducta observable y situación en que aparecerá: _____

Fase y tiempo	**Tarea y consigna inicial**	**Organización y foco docente**
Inicio / ____ min	_____	_____
Control / ____ min	_____	_____
Desarrollo / ____ min	_____	_____
Aplicación / ____ min	_____	_____
Cierre / ____ min	_____	_____

Compruebe que la suma de fases y transiciones cabe en el tiempo disponible. Para cada tarea anote el código TEN-T o PAD-T si procede y describa cualquier modificación sustantiva.

Previsión	**Decisión acordada**
Seguridad y señal de parada	_____
Variante facilitadora / progresión	_____
Si aparecen esperas o no se logra el objetivo	_____
Roles y grabación	_____

ANEXO II

Plantilla para crear o adaptar una tarea

Úsela cuando la ficha del banco requiera una variante propia o cuando el equipo diseñe una tarea nueva. Conserve el código de origen si existe, pero no asigne a una creación nueva un código oficial TEN-T o PAD-T.

Campo	Descripción de la tarea
Código fuente o tarea inspiradora	_____ Versión del equipo: _____
Nombre, modalidad y nivel orientativo	_____
Problema de aprendizaje	¿Qué necesita resolver el participante? _____
Objetivo observable	Al terminar/tras varios intentos… _____
Participantes, espacio y material	Número y agrupamiento: _____ Zona: _____ Pelotas/raquetas: _____
Inicio de cada intento	Quién envía, desde dónde y con qué trayectoria: _____
Reglas, turnos y finalización	Qué puede hacer cada persona; cuándo rota o termina: _____
Consigna y demostración	Una instrucción breve y una clave visible: _____
Actuación docente	Lugar de observación, pregunta o feedback prioritario: _____
Evidencia y criterio orientativo	Qué se observará y durante cuántas oportunidades: _____
Variante que facilita	Cambiar una condición y explicar la barrera que reduce: _____
Variante que progresa	Añadir una exigencia sin perder el objetivo: _____
Seguridad y accesibilidad	Separaciones, recorridos, señal de parada y apoyos acordados: _____

Prueba previa. Pida a otra persona que reconstruya la actividad solo con esta ficha. Si no puede explicar quién actúa, cómo se inicia, cuándo termina y qué se observará, revise la redacción antes de usarla.

ANEXO III

Lista de comprobación antes de la intervención

Marque cada punto después de verificarlo. La opción «pendiente» exige una decisión antes de comenzar; esta lista complementa los instrumentos de evaluación del volumen I.

Ámbito	Comprobación	Sí	Pendiente
Objetivo	Hay un objetivo principal alcanzable y una evidencia observable.	□	□
Objetivo	El reto docente está diferenciado del aprendizaje del participante.	□	□
Grupo	Se conoce el nivel real, el número de personas y los apoyos pertinentes.	□	□
Secuencia	Cada tarea prepara o aplica el objetivo; no hay actividades de relleno.	□	□
Secuencia	La tarea final ofrece una oportunidad de utilizar lo practicado.	□	□
Tiempo	Se han estimado explicaciones, cambios de estación y recogida.	□	□
Participación	Hay turnos claros y se han reducido las esperas prolongadas.	□	□
Espacio	Los recorridos y las zonas de golpeo no se cruzan.	□	□
Seguridad	Superficie, paredes/red, material y pelotas sueltas se han revisado.	□	□
Seguridad	Existe señal de parada y una forma segura de recoger pelotas.	□	□
Accesibilidad	Se han acordado apoyos sin eliminar la oportunidad de decidir o practicar.	□	□
Comunicación	La consigna inicial permite comenzar y la demostración será visible.	□	□
Adaptación	Hay una variante facilitadora y otra de progresión para el mismo objetivo.	□	□
Roles	Se sabe quién explica, demuestra, observa, controla tiempo y graba.	□	□
Observación	El equipo sabe qué episodio o conducta registrará.	□	□
Cierre	Queda tiempo para comprobar la respuesta y recoger una conclusión.	□	□

ANEXO IV

Tabla de progresión y consulta para tenis

Ruta de consulta de las diez microenseñanzas del capítulo 4. No equivale a una secuencia obligatoria: el paso siguiente depende de la respuesta del grupo y del tiempo de práctica disponible.

Ficha	Problema principal	Indicio para avanzar o ajustar
TEN-M01	Control de raqueta y pelota	Envía de forma segura a una zona amplia.
TEN-M02	Derecha	Prepara y orienta un envío de derecha tras un bote cómodo.
TEN-M03	Revés	Responde por el lado del revés manteniendo distancia útil.
TEN-M04	Servicio	Inicia el punto con una trayectoria controlada.
TEN-M05	Resto	Lee un servicio facilitado y devuelve hacia zona amplia.
TEN-M06	Continuidad del peloteo	Sostiene varios envíos cooperativos.
TEN-M07	Dirección y profundidad	Elige una zona manteniendo la pelota jugable.
TEN-M08	Volea de iniciación	Contacta sin bote y conserva separación segura.
TEN-M09	Desplazamiento y recuperación	Se mueve hacia el golpe y vuelve a posición útil.
TEN-M10	Decisión en juego reducido	Elige entre continuidad y espacio disponible.

Rutas breves de consulta. Continuidad: TEN-M01 → TEN-M02 → TEN-M06. Inicio del punto: TEN-M02/M03 → TEN-M04 → TEN-M05. Decisión: TEN-M06 → TEN-M07 → TEN-M10. TEN-M08 y TEN-M09 se introducen cuando la organización y el control previos permiten practicar con seguridad.

Si los intercambios terminan en el primer golpe, reduzca distancia, velocidad u oposición antes de exigir una dirección más precisa. Anote la condición que permitió continuar.

ANEXO V

Tabla de progresión y consulta para pádel

Ruta de consulta de las diez microenseñanzas del capítulo 5. El trabajo con paredes, red y pareja exige comprobar el espacio disponible antes de aumentar velocidad u oposición.

Ficha	Problema principal	Indicio para avanzar o ajustar
PAD-M01	Control de pala y pelota	Envía con control y respeta la zona de otra pareja.
PAD-M02	Derecha básica	Orienta un envío suave tras bote predecible.
PAD-M03	Revés básico	Responde por el lado del revés sin perder la posición.
PAD-M04	Servicio	Inicia el punto de manera controlada.
PAD-M05	Resto	Devuelve un servicio facilitado para continuar.
PAD-M06	Globo	Reconoce rivales en red y busca altura y profundidad.
PAD-M07	Volea y posición de red	Contacta sin bote y cubre su espacio con seguridad.
PAD-M08	Remate de iniciación	Selecciona una pelota alta cómoda y controla el golpe.
PAD-M09	Salida sencilla de pared	Reconoce bote-pared antes de golpear.
PAD-M10	Cooperación en pareja	Se comunica y elige una respuesta complementaria.

Rutas breves de consulta. Golpes de fondo: PAD-M01 → PAD-M02 → PAD-M03. Inicio del punto: PAD-M04 → PAD-M05. Red y espacio: PAD-M06 → PAD-M07 → PAD-M10. PAD-M08 requiere lectura de una pelota alta cómoda; PAD-M09 puede practicarse después del control inicial si la pared se introduce de forma predecible.

El globo y el remate sustituyen a la bandeja en la selección de iniciación de este volumen. Ninguna ficha autoriza carreras hacia la pared o el espacio de la pareja sin una organización segura.

ANEXO VI

Matriz para seleccionar fichas del banco

Seleccione la ficha por el problema de aprendizaje y la competencia docente que desea ensayar. La disponibilidad de una pista, el tamaño del grupo y la respuesta inicial pueden exigir otra opción o una variante.

Necesidad observada	Referencia inicial	Antes de elegir, compruebe
Pocos contactos controlados	TEN-M01 / PAD-M01; tareas T01–T03	Pelota lenta, espacios separados y material suficiente.
Un golpe aparece pero no se sostiene el intercambio	TEN-M02/M03/M06; PAD-M02/M03	Envío inicial predecible y turnos de práctica frecuentes.
No se inicia un punto jugable	TEN-M04/M05; PAD-M04/M05	Regla de inicio, seguridad de la zona y resto posible.
Hay continuidad sin decisión espacial	TEN-M07/M10; PAD-M06/M10	Alternativas visibles y tiempo para elegir.
Problema de red o pelota alta	TEN-M08; PAD-M07/M08	Separación entre participantes y trayectoria cómoda.
Dificultad tras desplazamiento o rebote	TEN-M09; PAD-M09	Ruta segura y lectura del bote o pared sin prisa.
El equipo necesita ensayar organización	M01/M04/M06 y variantes por estaciones	Quién practica, espera y observa en cada momento.
El equipo necesita ensayar feedback	Una ficha con foco observable acotado	Un nuevo intento tras la indicación para comprobar su efecto.

Ficha elegida: _____ Por qué: _____

Tarea inicial y tarea de aplicación: _____ Evidencia: _____

Si una ficha no cabe en las condiciones reales, conserve el objetivo y la oportunidad de práctica; documente los cambios con el anexo VII.

ANEXO VII

Registro de adaptaciones y contingencias

Distinga la versión diseñada de lo que efectivamente se aplicó. Anote cambios relevantes para comprender la respuesta del grupo y preparar otra versión; no es necesario registrar cada corrección individual.

Ficha y condiciones de partida	**Versión diseñada**
Código y fecha	_____
Grupo, participantes y espacio	_____
Objetivo y evidencia prevista	_____
Cambios previstos sobre la ficha fuente	_____

Momento	**Dificultad o riesgo observado**	**Cambio introducido**	**Respuesta posterior**
____	_____	_____	_____
____	_____	_____	_____
____	_____	_____	_____
____	_____	_____	_____

Preguntas para la revisión: ¿El cambio mantuvo el objetivo principal? ¿Aumentó la participación y la seguridad? ¿La respuesta se observó en varios intentos o solo en uno? ¿Qué condición conviene conservar o volver a probar?

Conclusión operativa	**Anotación**
Mantener / retirar una condición	_____
Prioridad para la segunda versión	_____
Diferencias que limitan la comparación	_____

ANEXO VIII

Distribución de roles durante la microenseñanza

Asigne responsabilidades antes de ocupar la pista. Una misma persona puede desempeñar varios papeles si el grupo es pequeño; en ese caso simplifique estaciones y registros para mantener una supervisión segura.

Función	**Responsabilidad concreta**	**Persona y momento**
Conducción	Presenta el objetivo, da la señal de parada y cierra.	_____
Demostración y consigna	Muestra desde un lugar visible y resume una clave.	_____
Organización y tiempo	Prepara material, controla transiciones y rotaciones.	_____
Observación	Registra conducta vinculada al objetivo y participación.	_____
Apoyo y adaptación	Atiende una estación o facilita una condición acordada.	_____
Grabación	Sitúa el dispositivo sin invadir la zona ni sustituir vigilancia.	_____

Antes de empezar: lugar seguro de la cámara _____; momento de rotación de docentes _____; quién mantiene la supervisión durante el cambio _____. La grabación se realiza conforme a las condiciones y permisos aplicables a la asignatura.

Momento	**Quién conduce**	**Quién observa y qué registra**	**Quién controla seguridad y tiempo**
Inicio	_____	_____	_____
Desarrollo	_____	_____	_____
Aplicación	_____	_____	_____
Cierre	_____	_____	_____

ANEXO IX

Registro mínimo de aplicación y mejora

Esta hoja conecta la ficha del volumen II con el ciclo Teach-Racket. Para la evaluación formal y el análisis audiovisual detallado se utilizan los instrumentos del volumen I y las orientaciones del volumen III.

Antes de enseñar	**Respuesta breve del equipo**
Ficha fuente y versión	_____
Objetivo del participante y reto docente	_____
Condiciones reales y ajuste principal	_____
Evidencia que se buscará	_____

Durante y después	**Respuesta basada en un episodio concreto**
Qué ocurrió y en qué momento	_____
Quiénes pudieron practicar y decidir	_____
Qué cambió respecto al plan	_____
Qué muestran el vídeo y la observación	_____
Interpretación alternativa que conviene comprobar	_____
Una prioridad para la segunda versión	_____
Condición e indicador que se compararán	_____

La evidencia de una intervención breve orienta decisiones; por sí sola no acredita dominio estable ni demuestra la eficacia general de una ficha. Identifique la situación concreta en que se produjo cada respuesta.

ANEXO X

Guía rápida para utilizar el volumen II

Utilice esta secuencia cuando necesite preparar una microenseñanza sin releer todo el banco. La ficha completa siempre prevalece sobre esta síntesis.

Paso	Acción	Dónde consultar
1	Describa el grupo, el espacio y el tiempo efectivo.	Capítulos 2 y 7; anexo III.
2	Elija un problema de aprendizaje y un reto docente.	Capítulos 2 y 8; anexo VI.
3	Localice una ficha TEN-M o PAD-M y compruebe sus prerrequisitos.	Capítulos 4 y 5; anexos IV y V.
4	Seleccione tareas TEN-T o PAD-T que conduzcan a una aplicación.	Capítulo 6; anexos I y II.
5	Ajuste material, turnos, consignas, seguridad y apoyos.	Capítulos 2, 8 y 9; anexos I y III.
6	Asigne roles y defina una evidencia observable.	Capítulo 8; anexos VIII y IX.
7	Imparta, observe y registre cambios necesarios.	Anexo VII; instrumentos del volumen I.
8	Analice un episodio y prepare una segunda versión comparable.	Capítulo 8; anexo IX; volumen III.

Cómo leer los códigos

Código	Qué identifica	Uso
TEN-M01 a TEN-M10	Microenseñanzas de tenis.	Consultar el modelo completo.
PAD-M01 a PAD-M10	Microenseñanzas de pádel.	Consultar el modelo completo.
TEN-T01 a TEN-T30	Tareas breves de tenis.	Combinar o adaptar dentro de una secuencia.
PAD-T01 a PAD-T30	Tareas breves de pádel.	Combinar o adaptar dentro de una secuencia.

Al adaptar, conserve el código de la ficha consultada como procedencia y distinga la versión aplicada. Una tarea nueva creada por el equipo se documenta con el anexo II sin ocupar un código publicado.

Cierre del volumen II

Las veinte microenseñanzas y las sesenta tareas de este volumen ofrecen puntos de partida para enseñar tenis y pádel con una intención didáctica clara. Cada ficha invita a elegir un aprendizaje, organizar oportunidades de práctica, atender a la participación del grupo y observar lo que ocurre en la pista. Las progresiones y los anexos ayudan a adaptar esas decisiones a las condiciones reales de cada intervención.

El trabajo continúa después de impartir la microenseñanza. Contrastar lo previsto con lo sucedido permite reconocer qué ayudó al grupo, qué necesita cambiar y qué merece probarse de nuevo. El volumen III retomará esas evidencias para profundizar en la observación, el análisis y la mejora de la práctica docente.

Teach-Racket

Banco de microenseñanzas, tareas y progresiones didácticas de tenis y pádel



MICROENSEÑANZA Y PRÁCTICA

OBSERVACIÓN Y FEEDBACK

ADAPTACIÓN DIDÁCTICA

APRENDIZAJE COLABORATIVO

Teach-Racket reúne en este segundo volumen 20 microenseñanzas y 60 tareas de iniciación al tenis y al pádel. Cada propuesta relaciona el objetivo de aprendizaje con la práctica y la evidencia observable.

El banco permite seleccionar, adaptar y combinar fichas según el nivel del grupo, el espacio disponible y la competencia docente que se desea desarrollar. Incluye progresiones e itinerarios flexibles para llevar las propuestas a la pista.

Los materiales están pensados para la formación del profesorado: ayudan a diseñar, enseñar, observar y mejorar una intervención breve sin perder de vista la seguridad y la participación.

Recursos prácticos para enseñar tenis y pádel con criterio didáctico.

ESTE VOLUMEN INCLUYE

- **20** microenseñanzas
- **60** tareas didácticas
- **Progresiones** de tenis
- Progresiones de pádel
- Plantillas de adaptación
- Guía de utilización

UCA Universidad de Cádiz

Universidad de Cádiz
Facultad de Ciencias de la Educación
Departamento de Didáctica de la Educación Física, Plástica y Musical

Colección Teach-Racket
Volumen 2

Primera edición
2026

ISBN
978-84-09-94113-1