

Prueba OBJETIVA 1-a (Individual): GOLPEOS: DRIVE a 1 MANO con ayudante

NOTA 1:

*CONDICIONES de la PRUEBA:

- Se evaluarán 10 intentos de GOLPEO de pelota a partir del lanzamiento de un ayudante.
- OBJETIVO: golpear la pelota hacia la PISTA CONTRARIA, superando la RED con la mejor TÉCNICA de ejecución posible, debiendo BOTAR LA PELOTA dentro de los límites del otro campo
- El alumno/a DEBE DECIDIR COMENZAR el examen por la técnica de DRIVE o REVÉS
- El alumno/a DEBE OPTAR por una de las 3 OPCIONES que se presentan a continuación

Opción A *Máxima NOTA: ¡un 7!

- Colocación INICIAL jugador: CENTRO de pista, sobre COLCHONETA, , justo por detrás de la línea de fondo de su campo
- Posición CORPORAL: RODILLA en TIERRA, con CABEZA de la RAQUETA “ATRÁS”
- Posición cabeza de la RAQUETA: ATRÁS con el MARCO “apoyado en el suelo”
- Pelota: puesta en juego MANUALMENTE por un COMPAÑERO, colocado cerca del examinado

Nº de envíos por ENCIMA de la RED y que ENTRAN dentro de los límites de Pista = _____

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Opción B *Máxima NOTA: ¡un 8,5!

- Colocación INICIAL jugador: CENTRO de pista, justo por detrás de la línea de fondo de su campo
- Posición CORPORAL: DE PIE, con la LÍNEA de HOMBROS y PIES “PERPENDICULAR a la RED”
- Posición cabeza de la RAQUETA: mirando ATRÁS
- Pelota: puesta en juego MANUALMENTE por un COMPAÑERO, situado al otro lado de la RED, en el centro

Nº de envíos por ENCIMA de la RED y que ENTRAN dentro de los límites de Pista = _____

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Opción C *Máxima NOTA: ¡un 10!

- Colocación INICIAL jugador: ESQUINA de pista, justo por detrás de la línea de fondo de su campo
- Posición CORPORAL: DE PIE, con la LÍNEA de HOMBROS y PIES “FRONTAL a la RED”
- Posición cabeza de la RAQUETA: por delante del PECHO-ABDOMEN
- Pelota: puesta en juego MANUALMENTE por un COMPAÑERO, situado al otro lado de la RED, en el centro

Nº de envíos por ENCIMA de la RED y que ENTRAN dentro de los límites de Pista = _____

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Prueba OBJETIVA 1-b (Individual): GOLPEOS: REVÉS a 2 MANOS con ayudante

NOTA 2:

*CONDICIONES de la PRUEBA:

- Se evaluarán 10 intentos de GOLPEO de pelota a partir del lanzamiento de un ayudante.
- OBJETIVO: golpear la pelota hacia la PISTA CONTRARIA, superando la RED con la mejor TÉCNICA de ejecución posible, debiendo BOTAR LA PELOTA dentro de los límites del otro campo
- El alumno/a DEBE DECIDIR COMENZAR el examen por la técnica de DRIVE o REVÉS
- El alumno/a DEBE OPTAR por una de las 3 OPCIONES que se presentan a continuación

Opción A *Máxima NOTA: ¡un 7!

- Colocación INICIAL jugador: CENTRO de pista, sobre COLCHONETA, , justo por detrás de la línea de fondo de su campo

- Posición CORPORAL: RODILLA en TIERRA, con CABEZA de la RAQUETA “ATRÁS EN EL SUELO”

- Posición cabeza de la RAQUETA: ATRÁS con el MARCO “apoyado en el suelo”

- Pelota: puesta en juego MANUALMENTE por un COMPAÑERO, colocado cerca del examinado

Nº de envíos por ENCIMA de la RED y que ENTRAN dentro de los límites de Pista = _____

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

Opción B *Máxima NOTA: ¡un 8,5!

- Colocación INICIAL jugador: CENTRO de pista, justo por detrás de la línea de fondo de su campo

- Posición CORPORAL: DE PIE, con la LÍNEA de HOMBROS y PIES “PERPENDICULAR a la RED”

- Posición cabeza de la RAQUETA: mirando ATRÁS

- Pelota: puesta en juego MANUALMENTE por un COMPAÑERO, situado al otro lado de la RED, en el centro

Nº de envíos por ENCIMA de la RED y que ENTRAN dentro de los límites de Pista = _____

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

Opción C *Máxima NOTA: ¡un 10!

- Colocación INICIAL jugador: ESQUINA de pista, justo por detrás de la línea de fondo de su campo

- Posición CORPORAL: DE PIE, con la LÍNEA de HOMBROS y PIES “FRONTAL a la RED”

- Posición cabeza de la RAQUETA: por delante del PECHO-ABDOMEN

- Pelota: puesta en juego MANUALMENTE por un COMPAÑERO, situado al otro lado de la RED, en el centro

Nº de envíos por ENCIMA de la RED y que ENTRAN dentro de los límites de Pista = _____

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

Alumno/a 2: _____

Prueba OBJETIVA 2 (PAREJAS): INTERCAMBIO de GOLPES entre 2 jugadores

NOTA 3:

***CONDICIONES de la PRUEBA:**

- Se evaluará **la capacidad** de AMBOS para realizar un **RALLIE** de intercambios lo más largo posible.
- OBJETIVO:** intercambiar **golpes**, con la mejor **TÉCNICA** de ejecución posible, debiendo **BOTAR o DESLIZAR la PELOTA** dentro de los límites de pista
- Tras cada **ERROR** se reiniciará **el juego con un SAQUE** por abajo **con bote/arrastre bien con drive o revés** (escogen ellos quién saca)
- Los alumnos **DISPONDRÁN** de un **tiempo máximo** para la prueba de **6 minutos**
- Se tendrá **en cuenta** para la nota **únicamente la MEJOR SERIE** lograda por ambos jugadores
- Cada pareja **DEBE ESCOGER** una de las **3 OPCIONES** que se presentan a continuación

Opción A *Máxima **NOTA: ¡un 7!**

- Descripción:** **Intercambios de HOCKEI**; pelota **deslizándose por el suelo, y raquetas** arrastrándose por el suelo para el golpeo
- Posibilidad de** **PARAR 1 vez la pelota** para **EJECUTAR** cada golpeo

Mejor serie lograda entre ambos jugadores = _____ golpes consecutivos

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Opción B *Máxima **NOTA: ¡un 8,5!**

- Descripción:** **Intercambios de HOCKEI**; pelota **deslizándose por el suelo, y raquetas** arrastrándose por el suelo para el golpeo
- No está permitido** **PARAR ninguna vez la pelota** para **EJECUTAR** los golpes

Mejor serie lograda entre ambos jugadores = _____ golpes consecutivos

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Opción C *Máxima **NOTA: ¡un 10!**

- Descripción:** **Intercambios de TENIS**; pelota **debe pasar por encima de la RED**
- Posibilidad de** **PARAR 1 vez la pelota** para **EJECUTAR** cada golpeo
- Se permite** **GOLPEAR la pelota** tras **doble o triple rebote** en el suelo

Mejor serie lograda entre ambos jugadores = _____ golpes consecutivos

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

***REGLAS para efectuar la suma de golpes entre ambos jugadores:**

- No se contará el saque inicial**
- A partir del saque, se sumarán los golpes efectuados por los dos compañeros**
- La cuenta de golpes se suspenderá cuando:**
 - Pelota **bote o se deslice** por fuera de los límites de la pista
 - Medidas aproximadas de la pista:** **7-8 m ancho x 18 m largo**
 - Esquinas** de fondo de la pista **marcadas con conos**
 - Red** con **cinta balizada** sobre caballetes
 - Pelota se para **más de 1 vez** antes del golpeo (opción escogida **A**)
 - Pelota **se para** antes del golpeo (opción escogida **B**)
 - Pelota **no supera la red** (opción escogida **C**)
 - Pelota **no se desplaza** deslizándose por el suelo (**rebotes altos**) (opción escogida **A y B**)
 - Finalizan los **6 minutos** establecidos

BAREMO:	
GOLPES logrados	NOTA
20 o más	10
18 - 19	9
16 - 17	8
14 - 15	7
12 - 13	6
10 - 11	5
8 - 9	4
6 - 7	3
4 - 5	2
2 - 3	1
0 - 1	0

Evaluación subjetiva 3 (Individual): Técnica de GOLPEO: DRIVE y REVÉS

NOTA 4: (+ _____)

*CONDICIONES:

- Se **CALIFICARÁ** el grado de dominio de **15 tips aconsejados durante las clases** para mejorar la eficacia en el **GOLPEO** de la pelota.
- La **CALIFICACIÓN** se irá **completando por el profesor progresivamente** a medida que el alumno va ejecutando las **3 pruebas** de golpeo.
- Puntuación:** se **calificará finalmente** con un **mínimo de 0 puntos** y un **máximo de 1,5 puntos** en función de los **tips dominados** por el alumno. Esta puntuación **se sumará** (“win-win”) a la resultante de hacer la **media aritmética** de las **3 pruebas de golpeo**.

Evaluación TÉCNICA de DRIVE y REVÉS

Observaciones:

Tips ANTES del GOLPEO	Adoptar la CORRECTA “EMPUÑADURA” (se muestra al profesor antes de iniciar las pruebas)											
	Ajuste hacia la trayectoria de la pelota con DESPLAZAMIENTOS “EQUILIBRADOS”											
	Posición corporal Estable con CDG BAJO y optima ANCHURA DE PIES											
	PREPARACIÓN con línea de hombros y línea de PIES PERPENDICULAR a la “RED”											
	PREPARACIÓN ATRÁS de la Cabeza RAQUETA											
Tips DURANTE el GOLPEO	MANTENIENDO la Estabilidad del CUERPO											
	Posición corporal Estable con CDG SUBIENDO y ADELANTÁNDOSE											
	Trayectoria ASCENDENTE y LATERAL de la Mano-RAQUETA											
	Contacto con la pelota con el plano del CORDAJE paralelo a la RED											
	Contacto con la pelota un poco por DELANTE de la CADERA más adelantada											
	Aplicar durante el golpeo la rotación amplia del TRONCO											
Tips TRAS el GOLPEO	Se observa una trayectoria LIFTADA de la PELOTA											
	Continuar mov. ADELANTE y ARRIBA de la RAQUETA, terminando la RAQUETA sobre el HOMBRO											
	Estabilizarse dando un Paso DE CAÍDA= PIE retrasado avanza y se coloca en paralelo con el otro											
Impresión GENERAL=												
Puntuación SUMADA=												
Nota 4 = $\left[+ \right]$ * (máx= 1,5 pts)												
Escala	MB+	B+	B	B-	R+	R	R-	R- -	R-M	M		
Ptos.	,1	,09	,08	,07	,06	,05	,04	,03	,02	0		