



PROGRAMA PREBENJAMÍN 2025/2026 UN MES, UN DEPORTE

NOVIEMBRE: DEPORTES DE RAQUETA TENIS

1.- Presentación

El programa prebenjamín de los Juegos Escolares, pretende con esta actividad, dar a conocer entre los más pequeños, los deportes con implemento y de raqueta, como actividades deportivas fundamentales para un correcto aprendizaje deportivo y desarrollo motriz..

La práctica del tenis, como deporte más característico de entre los **deportes con implemento**, puede resultar una actividad muy beneficiosa para conseguir unos niveles de desarrollo armónico físico y de habilidades coordinativas necesarias y óptimas, entre la población escolar. Aspectos fundamentales para la vida cotidiana, como la **coordinación óculo-manual, la adaptación al espacio, o el cálculo de trayectorias**, son aspectos que se trabajan con el tenis y tienen una transferencia directa con la vida diaria y el correcto desarrollo motriz de los participantes.

Con el objeto de que puedan disfrutar de una jornada formativa, lúdica y divertida y de que consigan conocer los fundamentos de esta modalidad, los Juegos Escolares organizan una **jornada prebenjamín de tenis**, en la que podrán trabajar las experiencias motrices que conlleva el trabajo con implementos y las diferentes modalidades que a partir del tenis, se pueden

practicar dentro de este campo, pádel, frontenis, bádminton, tenis de mesa, etc....

2. Objetivos

Los objetivos que se pretenden alcanzar con esta práctica dentro del programa prebenjamín, son:

- Presentar el deporte del tenis a los escolares, como una modalidad con implemento básico dentro del grupo de estos deportes, además de mostrarlo de una **manera accesible, fácil y sencilla** para su comprensión.
- Ampliar el conocimiento y las posibilidades deportivas de toda la población escolar.
- Transmitir los valores educativos que, mediante el reglamento de este deporte, se ponen en práctica (no contacto físico, respeto al rival, seguimiento de un protocolo educativo...) además de la adquisición de hábitos de vida saludable.
- Trabajar el aspecto pluri y pre deportivo que se deben tener en estas categorías eliminando las especificidades y la competición.



PROGRAMA PREBENJAMÍN 2025/2026
UN MES, UN DEPORTE

NOVIEMBRE: DEPORTES DE RAQUETA
TENIS

3.- Propuesta de la actividad

Para conseguir estos objetivos, se propone una actividad dinámica, formativa y en la que no es necesario que los niños hayan jugado anteriormente el tenis. Los monitores les indicarán a través de diferentes juegos, cuales son los gestos los objetivos a conseguir en cada juego, de manera que vayan interiorizando y aprendiendo las distintas técnicas que existen en el tenis.

En una primera fase, los escolares harán ejercicios de psicomotricidad a base de juegos, con el fin de adaptarse al pabellón y a las actividades que realicen más tarde. Posteriormente, los escolares serán divididos en 7 grupos, uno por pista, ya que la cancha de La Alamedilla se transformará en 7 pistas de mini-tenis.

Los escolares de forma rotativa, pasarán por las 7 mini-pistas, con la siguiente distribución:

Pista 1. Ejercicios de gesto técnico de derechas.

Pista 2. Ejercicios de gesto técnico de revés

Pista 3. Ejercicios de volea y remate

Pista 4. Ejercicios de saque

Pista 5. Juegos de mini-tenis con alumnos de la escuela

Pista 6. Juego de mini-tenis con alumnos de la escuela

Pista 7. Juego de mini-tenis con alumnos de la escuela

La tónica a seguir será la siguiente en cada pista:

En una primera parte, se trabajará la posición con la que se debe recibir la pelota y la coordinación espacio temporal, para poco a poco ir introduciendo las pelotas, como elemento que logre trabajar la coordinación óculo-manual y el cálculo de trayectorias.

Los materiales a utilizar estarán adaptados a las edades de los niños, ya que las pelotas serán adaptadas y de poco bote y se utilizarán diferentes elementos para tener siempre las referencias espaciales de puntería y posición.

La Rotación irá marcada por el coordinador y la dará por el micro.



PROGRAMA PREBENJAMÍN 2025/2026
UN MES, UN DEPORTE

NOVIEMBRE: DEPORTES DE RAQUETA
TENIS

Los escolares deberán acudir con su propia raqueta (adaptada a su propia edad en peso y tamaño)

4.- Convocatoria de la actividad y procedimiento de inscripción

La actividad se celebrará **el sábado 15 DE NOVIEMBRE**, en el pabellón municipal de **La Alamedilla**.

Esta actividad se ofrece a los **escolares en edad prebenjamín**, nacidos en años 2018, 2019, 2020, 2021 y 2022 que estén inscritos en el programa pre-benjamín (Polideportividad), a través de la aplicación [DEBA](#).

Se convocan **150 plazas divididas en tres turnos de 50**. Los centros en los formularios de inscripción no podrán elegir el turno, solo podrán señalar el grupo (A o B) que por edad corresponda a esos niños. Posteriormente la organización organizará las inscripciones por colegios del grupo A (2020, 2021 y 2022), en un turno (10:00) u otro (11:00).

La actividad se llevará a cabo el sábado 15 de noviembre en el Pabellón de la Alamedilla según los horarios indicados a continuación:

PARTICIPANTES Y HORARIOS				
GRUPOS	AÑOS DE NACIMIENTO	TURNOS	HORA DE COMIENZO	HORA DE FINALIZACIÓN
"A"	2020 / 2021 / 2022	1ª	10:00 h.	11:00 h.
	2020 / 2021 / 2022	2º	11:15 h.	12:15 h.
"B"	2018 / 2019	3º	12:30 h.	13:30 h.



PROGRAMA PREBENJAMÍN 2025/2026
UN MES, UN DEPORTE

NOVIEMBRE: DEPORTES DE RAQUETA
TENIS

Para poder participar en la actividad, es necesario que los centros escolares realicen la inscripción correspondiente en [DEBA](#) (en modalidad POLIDEPORTIVIDAD) y rellenar la "[Ficha de Inscripción](#)", a través del enlace anterior o bien a través de:

<https://aytosalamanca.es/w/programa-prebenjam%C3%ADn-de-los-juegos-escolares>

dentro de los siguientes plazos: **jueves 6 de noviembre a partir de las 9:00 horas, hasta las 13.00 horas del miércoles 12 de noviembre.**

- La actividad se desarrollará el sábado 15 de noviembre

***Para rellenar el formulario de inscripción utilizar "GOOGLE CHROME o MICROSOFT EDGE"**

Teniendo en cuenta las edades de los participantes, la capacidad de la instalación y los recursos empleados para la actividad, **las plazas serán limitadas.**

Las plazas se asignarán POR RIGUROSO ORDEN DE INSCRIPCIÓN, no aceptándose ninguna solicitud ni antes ni después de los plazos señalados.

Los escolares que deseen asistir deberán ir **provistos de su propia raqueta.**