



## NIVELES DE APRENDIZAJE EN LA ESCUELA DE PADEL

**TABLA ORIENTATIVA** DE CORRESPONDENCIA EDAD/NIVEL DE APRENDIZAJE 8 a 16 años

<u>INICIACION I</u>	<u>INICIACION II</u>	<u>INTERM I</u>	<u>INTERM II</u>	<u>AVANZADO</u>	<u>COMPETICION</u>
2011-2015	2011-2015	2011-2015	2005-2010	2005-2010	2002-2010

### **GRUPOS ESPECIFICOS NIVEL INICIACION I-II (24 PL.):**

<u>INICIACION I</u>	<u>INICIACION II</u>
<u>2011-2015</u>	<u>2011-2015</u>

En estos grupos los niños y jóvenes inscritos no han practicado deportes de raqueta. El objetivo es el aprendizaje de la técnica básica a través de la repetición de los golpes y el entreno y la mejora de las cualidades físicas básicas relacionadas con el pádel, coordinación, agilidad,

velocidad de reacción, velocidad de desplazamiento, etc, mediante los diferentes ejercicios y progresiones con pelota y pala. En el nivel iniciación II el alumno podrá afianzar la técnica básica para poder empezar a jugar sus primeros partidos.

**HORARIOS:** VIERNES 17.00 H VIERNES 18.00 H SABADOS 11.00 H

### **GRUPOS ESPECIFICOS NIVEL INTERMEDIO (54 PL.):**

<u>INTERMEDIO I</u>	<u>INTERMEDIO I</u>
<u>2011-2015</u>	<u>2005-2010</u>

Ha practicado por su cuenta deportes de raqueta o ha realizado ya algún curso básico de pádel. El objetivo es la consolidación de la técnica de los golpes básicos, con incremento de la dificultad en las variables de los golpes, velocidad, fuerza, efectos, dirección, etc. y el

conocimiento progresivo de las situaciones de juego, ataque y defensa.

**HORARIOS:** VIERNES 17.00 H VIERNES 18.00 H VIERNES 19.00 H  
SABADOS 11.00 H SABADOS 12.00 H SABADOS 13.00 H



## **GRUPOS ESPECIFICOS NIVEL AVANZADO (48 PL.):**

### **AVANZADO**

**2005-2010**

El alumno dispone de la técnica consolidada y buenas cualidades físicas, coordinación, rapidez, fuerza y anticipación, que le permiten desarrollar las situaciones de juego planteadas. El objetivo es prepararse para disputar partidos amateur y entrar en Ranking y Liga Social del Club.

**HORARIOS:** LUNES 18.00 H MIERCOLES 18.00 H  
VIERNES 20.00 H SABADOS 13.00 H

## **GRUPOS ESPECIFICOS DE COMPETICION (36 PL.):**

### **COMPETICION**

**2002-2010**

Es el nivel de los jugadores que presentan buen dominio de la técnica de juego, con golpes variados de alta velocidad, buen ritmo de juego y muy buenas cualidades físicas de coordinación y velocidad. A través de los ejercicios técnico-tácticos planteados deben buscar situaciones de juego de máxima consistencia en defensa y alta definición en ataque. El objetivo es prepararlos para la competición en los torneos de parejas y de equipos.

**HORARIOS:** LUNES, MIERCOLES, VIERNES 16.30 -18.00 H

### **JUGADORES PISTA/MONITOR:**

GRUPOS ESPECIFICOS INICIACION - INTERMEDIO - AVANZADO: 6 jugadores (1 pista -1 monitor)

GRUPOS DE ENTRENO COMPETICION: 6-8 jugadores (2 pistas - 1 técnico)