

INDICE

Premessa

Capitolo 1

Uno sport praticabile in età prepuberale e puberale

1.1 Presupposti di carattere medico (<i>Marcello Ghizzo</i>)	3
1 Basi auxologiche	3
2 Basi fisiologiche del tennis	4
3 Aspetti ortopedici	5
1.2 Presupposti psicopedagogici (<i>Alberto Madella</i>)	8
1 Socializzazione	11
2 Autovalutazione	14
3 Capacità di apprendimento	15
4 Attenzione e concentrazione	15
5 Ruolo dell'insegnante	16

Capitolo 2

Fondamentali e forme di gioco con regole semplificate

2.1 Il tennis nella scuola	19
2.2 È difficile giocare a tennis?	20
2.3 Vuoi giocare a...?	21
2.4 Giochi propedeutici con regole semplificate	21
2.5 Perfezionamento dei giochi	22

Capitolo 3

Sviluppo della coordinazione attraverso giochi propedeutici

3.1 Capacità coordinative	25
3.2 Tennis con le mani	27
1 Afferrando e lanciando la palla con le mani	27
2 Colpendo la palla con le mani	37

3.3 Tennis con racchette palmari.	44
1 Afferrando e colpendo la palla con le racchette palmari.	45
2 Ammortizzando e colpendo la palla con le racchette palmari. . .	52
3 Colpendo la palla con le racchette palmari.	61
3.4 Tennis con la racchetta con il manico corto	67
Capitolo 4	
Aspetti metodologici	
4.1 Organizzazione e sviluppo delle lezioni	87
4.2 Un esempio di programmazione	88
Glossario	91
Bibliografia.	95