

## ÍNDIX

<b>ÍNDIX</b> .....	1
<b>INTRODUCCIÓ A LA FORMACIÓ</b> .....	3
<b>INTRODUCCIÓ AL CURS D'ENTRENADORS ESPANYOLS</b> .....	4
<b>INTRODUCCIÓ AL MÒDUL 1</b> .....	5
<b>UNITAT 1</b> .....	6
1.1.1.- L'acte motriu .....	6
1.1.2.- El programa motriu .....	7
1.1.3.- Les referències .....	8
1.1.4.- Els elements pertinents .....	9
1.1.5.- Les situacions de base .....	9
1.1.6.- Les especificacions .....	10
<b>UNITAT 2</b> .....	11
1.2.1.- Bucle tancat, bucle obert .....	11
1.2.2.- La memòria sensori-motriu .....	12
1.2.3.- Les sensacions .....	12
1.2.4.- Les variables .....	13
1.2.5.- Els llindars .....	13
1.2.6.- La habilitat .....	14
<b>UNITAT 3</b> .....	17
1.3.1.- La fragmentació .....	17
1.3.2.- El reforçament .....	18
1.3.3.- Els automatismes .....	18
1.3.4.- El funcionament del sistema sensori-motriu .....	21
1.3.5.- El control del moviment .....	21
1.3.6.- La habilitat específica .....	22
<b>UNITAT 4</b> .....	24
1.4.1.- La didàctica de la iniciació al tennis de taula .....	24
1.4.2.- La pedagogia de la iniciació .....	25

1.4.3.- Bases de metodologia .....	26
1.4.4.- Els "transferts" .....	28
1.4.5.- Els exercicis educatius .....	29
<b>UNITAT 5</b> El treball amb debutants .....	31
1.5.1.- La presa de la pala .....	31
1.5.2.- Les accions pala / pilota .....	35
<b>UNITAT 6</b> .....	36
1.6.1.- Els quatre eixos de treball .....	36
1.6.2.- L'objectiu pedagògic .....	38
1.6.3.- Els dotze objectius de l'eix 1 .....	39
<b>UNITAT 7</b> .....	41
1.7.1.- Eix 2: la construcció del punt .....	41
1.7.2.- El bagatge motor i intel·lectual dels 8 - 12 anys .....	43
1.7.3.- Bases de psicomotricitat .....	44
<b>UNITAT 8</b> .....	46
1.8.1.- La preparació de la sessió d'iniciació .....	46
1.8.2.- L'avaluació de la sessió .....	48
<b>UNITAT 9</b> .....	51
1.9.1.- El programa d'iniciació .....	51
1.9.2.- Mètodes de progressió .....	55
1.9.3.- Metodologia i didàctica .....	56
<b>UNITAT 10</b> .....	59
1.10.1.- Aprenentatge dels serveis ràpids .....	59
1.10.2.- Aprenentatge dels serveis amb efecte .....	63
1.10.3.- Aprenentatge dels cops defensius ....	67
1.10.4.- Aprenentatge dels flips .....	70
1.10.5.- Aprenentatge dels cops ofensius .....	72
<b>BIBLIOGRAFIA</b> .....	76