



## PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN Y ACREDITACIÓN DE LAS COMPETENCIAS PROFESIONALES

### CUESTIONARIO DE AUTOEVALUACIÓN PARA LAS TRABAJADORAS Y TRABAJADORES

#### ESTÁNDAR DE COMPETENCIAS PROFESIONALES “ECP2035\_2: Ejecutar técnicas específicas de tenis, en situaciones cerradas y abiertas con eficacia y seguridad”

#### LEA ATENTAMENTE LAS INSTRUCCIONES

Conteste a este cuestionario de **FORMA SINCERA**. La información recogida en él tiene **CARÁCTER RESERVADO**, al estar protegida por lo dispuesto en la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales.

Su resultado servirá solamente para ayudarle, **ORIENTÁNDOLE** en qué medida posee la competencia profesional del “ECP2035\_2: Ejecutar técnicas específicas de tenis, en situaciones cerradas y abiertas con eficacia y seguridad”

No se preocupe, con independencia del resultado de esta autoevaluación, Ud. **TIENE DERECHO A PARTICIPAR EN EL PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN**, siempre que cumpla los requisitos de la convocatoria.

|                                                  |        |
|--------------------------------------------------|--------|
| Nombre y apellidos del trabajador/a:<br><br>NIF: | Firma: |
| Nombre y apellidos del asesor/a:<br><br>NIF:     | Firma: |

### INSTRUCCIONES CUMPLIMENTACIÓN DEL CUESTIONARIO:

Cada **actividad profesional principal (APP)** se compone de **varias actividades profesionales secundarias (APS)**.

Lea atentamente cada APP y a continuación sus APS. En cada APS marque con una cruz el indicador de autoevaluación que considere más ajustado a su grado de dominio de las APS. Dichos indicadores son los siguientes:

1. No sé hacerlo.
2. Lo puedo hacer con ayuda.
3. Lo puedo hacer sin necesitar ayuda.
4. Lo puedo hacer sin necesitar ayuda, e incluso podría formar a otro trabajador o trabajadora.

| <b>APP1:</b> <i>Ejecutar las técnicas específicas de los golpes básicos del tenis en una situación cerrada y sin oposición, ajustándose a los modelos técnicos de referencia.</i>                                                 | INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN |                          |                          |                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                   | 1                             | 2                        | 3                        | 4                        |
| APS1.1: Efectuar los diferentes golpes básicos de fondo con empuñaduras este, de derecha y de revés en situaciones cerradas y sin oposición, ajustándose a los modelos técnicos de referencia.                                    | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| APS1.2: Efectuar los diferentes golpes básicos de red con empuñaduras este, de derecha y de revés en situaciones cerradas y sin oposición, ajustándose a los modelos técnicos de referencia.                                      | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| APS1.3: Cambiar la empuñadura de volea de derecha a volea de revés, respetando las fases de preparación, armado, avance e impacto y terminación para conseguir eficiencia en el golpeo.                                           | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| APS1.4: Efectuar la acción de servicio con la elevación sincronizada de ambos brazos, respetando las fases del golpeo y diferenciando técnicamente el primero del segundo, para evitar fases de parada en el gesto.               | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| APS1.5: Efectuar los diferentes golpes básicos de fondo y de red, realizando las fases de preparados, armado, avance, impacto y terminación, para conseguir eficiencia en el golpeo.                                              | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| APS1.6: Efectuar los desplazamientos de aproximación a la pelota previos al impacto y de recolocación tras el impacto, ajustando el número de pasos y juego de pies, de forma coordinada, para lograr la eficiencia en el golpeo. | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

| <b>APP2:</b> Ejecutar las técnicas específicas de los golpes básicos del tenis en una situación abierta y con oposición, consiguiendo los objetivos tácticos propios de la iniciación deportiva.               | INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN |                          |                          |                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                | 1                             | 2                        | 3                        | 4                        |
| APS2.1: Efectuar acciones técnicas de anticipación al servicio, al resto, al juego del fondo, al juego de red y al juego de red-fondo del oponente, asegurando el punto o desbordando al oponente.             | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| APS2.2: Efectuar los golpes de resto, de derecha y de revés a una mano y a dos manos en situación de juego, aproximando la raqueta hacia la pelota y ajustando las fases de golpeo a la velocidad de la misma. | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| APS2.3: Efectuar el primer servicio con potencia, para tomar la iniciativa y conseguir el objetivo táctico previsto.                                                                                           | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| APS2.4: Efectuar el segundo servicio con efecto para tomar la iniciativa y conseguir el objetivo táctico previsto.                                                                                             | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| APS2.5: Efectuar golpes de fondo de ataque, de defensa o para mantener una posición neutra, conforme a las acciones del oponente, de manera eficaz para conseguir el objetivo táctico previsto.                | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| APS2.6: Efectuar golpes de red próximos a ésta avanzando hacia la pelota durante el golpeo, para obtener ventaja táctica en el juego.                                                                          | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

| <b>APP3:</b> Ejecutar las técnicas específicas de lanzamiento o administración de pelota en tenis mediante diferentes sistemas, con eficacia y seguridad.                                 | INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN |                          |                          |                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
|                                                                                                                                                                                           | 1                             | 2                        | 3                        | 4                        |
| APS3.1: Lanzar o administrar la pelota con control sobre la misma, teniendo en cuenta los parámetros de altura, velocidad, dirección y profundidad.                                       | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| APS3.2: Lanzar o administrar la pelota de forma fluida con la mano, con la raqueta, con bote y sin bote, teniendo en cuenta los parámetros de altura, velocidad, dirección y profundidad. | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |



| <b>APP3:</b> Ejecutar las técnicas específicas de lanzamiento o administración de pelota en tenis mediante diferentes sistemas, con eficacia y seguridad.                                  | INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN |                          |                          |                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
|                                                                                                                                                                                            | 1                             | 2                        | 3                        | 4                        |
| APS3.3: Lanzar la pelota con variabilidad técnica, para generar diferentes situaciones tácticas.                                                                                           | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| APS3.4: Lanzar o administrar la pelota desde la marca central del fondo de la pista, para conseguir que el deportista resuelva mediante devoluciones las distintas situaciones provocadas. | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| APS3.5: Lanzar o administrar la pelota desde distintas zonas de la pista, para conseguir que el deportista resuelva mediante devoluciones las distintas situaciones provocadas.            | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

| <b>APP4:</b> Reproducir las acciones técnico-tácticas específicas de la competición en situaciones reales de juego con solvencia y eficacia.                                                                                                                                                           | INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN |                          |                          |                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 1                             | 2                        | 3                        | 4                        |
| APS4.1: Ejecutar las técnicas de golpeo y tipos de lanzamiento o administración de la pelota en la pista de mini-tenis adecuando los parámetros de la trayectoria de la pelota a las dimensiones del espacio para conseguir la adaptación progresiva del deportista a las situaciones reales de juego. | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| APS4.2: Intercambiar golpes en oposición manteniendo el control de la trayectoria de la pelota y la posición del deportista en la pista, para conseguir situaciones tácticas ventajosas.                                                                                                               | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| APS4.3: Ejecutar acciones técnico-tácticas de competición en situaciones reales de juego, demostrando capacidad de adaptación a las técnicas y acciones tácticas del oponente.                                                                                                                         | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |