**Ejercicios primarios**

**CONCEPTO: Representan el APRENDIZAJE sistemático de un gesto motor simple o complejo (Fundamento completo o parte de él) en una situación de no juego. Son aquellos ejercicios o ejercitaciones metodológicos que utilizamos para la enseñanza del fundamento sin importar los aspectos reglamentarios del deporte pero siempre teniendo en cuenta su ejecución técnica.-**

**Ejemplo: G.M.A...- Objetivo: Automatizar el movimiento del pase... Golpe contra la pared... Autopases... etc. –**

**Ejercicios Secundarios**

**CONCEPTO: Exigen la utilización de un fundamento en ejercitaciones que producen momentos particulares del juego, sin tener en cuenta las situaciones precedentes o sucesivas. Es decir que practica el fundamento ya aprendido respetando aspectos reglamentarios del juego sin ligarlo a las situaciones motoras que lo preceden o siguen.-**

**Ejemplo: El Armado.- Objetivo: Definir distintos tipos de pelotas armadas a las zonas de ataquen 4,3 y 2.-**

**Ejercicios globales**

**CONCEPTO: Representan el ENTRENAMIENTO del pasaje de acciones que preceden y suceden al momento central elegido como tema del ejercicio (Ej. G.M.A.) Es decir que ligan los distintos momentos del juego, como por ejemplo en el ARMADO. Para la elaboración de estos ejercicios se debe tener en cuenta siempre la cadena de acciones que se suceden durante el juego ya sea en el K1 o en el K2 en función de los momentos que se desee entrenar.-**

 EJERCICIO GLOBAL DE G.M.A.: Gesto de Bloqueo y posterior desplazamiento hacia 2-3 para levantar una pelota enviada por el profesor desde posición 5 hacia 4.-

Con una acción anterior (Bloqueo)

EJERCICIO GLOBAL DE G.M.A.: Levantar una pelota desde posición 2-3, hacia 4 enviada por el profesor ubicado en posición 5, y luego desplazarse para el apoyo al ataque propio.-

Con una acción posterior (Apoyo)

 EJERCICIO GLOBAL DE G.M.A.: Efectuar Saque Tenis hacia posición 5 del campo contrario, luego desplazarse hacia posición 2-3, levantar una pelota hacia posición 4 enviada por el profesor desde posición 5 y posteriormente desplazarse para el apoyo al ataque propio.-

Con una acción anterior (Saque) y otra posterior (Apoyo)