

PRINCIPIOS PARA LA ENSEÑANZA DEL MINITENIS EN LA ESCUELA

BASIC PRINCIPLES FOR MINI-TENNIS TEACHING AT SCHOOLS

Autor:

Sánchez-Alcaraz Martínez, B.J.⁽¹⁾

Institución:

⁽¹⁾ Universidad de Murcia, bjavier.sanchez@um.es

Resumen:

El objetivo principal de este trabajo es acercar a los maestros de educación el mini-tenis, cómo deporte que presenta una serie de características y beneficios que lo definen cómo el instrumento ideal para que, aplicado en el deporte escolar, permita a los alumnos aprender la técnica básica del tenis, de forma divertida, con un enfoque basado en el juego, y con materiales y dimensiones adaptadas específicamente a las características propias de la edad de nuestros alumnos.

Palabras Clave:

Educación, Escuela, Deporte, Tenis.

Abstract:

The aim of the present study is to approach to the school teachers the mini-tennis as sport which presents a set of features and benefits and it is defined as a perfect instrument in order to allow the pupils to learn the basic technique of tennis, in a funny way, focusing on the game, using the teaching materials and adapted dimensions specifically to the special needs of the aged of our pupils when is imposed in the school sports.

Key Words:

Education, School, Sport, Tennis.

1. INTRODUCCIÓN

La práctica deportiva escolar rechaza la visión competitiva, selectiva y restringida del deporte, y apuesta por un deporte identificado necesariamente con cada uno de los siguientes principios: abierto, comprometido con los valores educativos, no limitando la participación por razones de habilidad, sexo u otros criterios de discriminación (Sanz, 2008). Del mismo modo, dicha práctica deportiva ha de ser creativa, polideportiva, saludable y lúdica, que fomente una participación para toda la vida, considerando al niño en su globalidad y contemplándolo como el protagonista de la intervención docente (Generelo, Julián y Pradas, 1997).

El tenis representa un saber cultural a transmitir al alumnado por el currículo del área de educación física, y aplicado de forma correcta, cumple con los principios citados en el párrafo anterior, y cuyo contenido cultural es de fácil identificación por parte del alumnado por su cotidianeidad (Copa Davis, Roland Garros, Wimbledon, etc.) lo que conlleva que se convierta en un conocimiento significativo y relevante en nuestras aulas (Sanz, 2008).

2. DEFINICIÓN Y OBJETIVOS DEL MINITENIS

Se ha demostrado en todo el mundo que el mini-tenis es el medio más eficaz y efectivo para iniciar a los jóvenes en el tenis (Miranda, 2002). El mini-tenis es una versión del tenis a escala reducida, en la que se utiliza un enfoque metodológico basado en el juego, ayudándose de raquetas más pequeñas, una pista más reducida y pelotas más blandas, todo ello con el objetivo de iniciar a los niños en el tenis (Miranda, 2002). Del mismo modo, ha demostrado ser un medio ideal para aprender la técnica básica de los golpes de tenis fundamentales, cómo son: la derecha, el revés, la volea de derecha, la volea de revés, el remate y el saque (Crespo, 1996; Torres y Carrasco, 1998a; Torres y Carrasco, 1998b).

Si además de los beneficios anteriormente mencionados, destacamos que el mini-tenis es un deporte muy divertido, de fácil aplicación, económico y

que su técnica se transfiere muy fácilmente al tenis normal; lo convierten en el candidato ideal para ser desarrollado en el ámbito escolar (Berdejo, 2011).

A través del mini-tenis, los escolares podrán desarrollar un conjunto de habilidades motrices y psicológicas, si el profesor aplica las tareas siguiendo un conjunto determinado de objetivos. Siguiendo a los autores de la Escuela de Maestría (1992), Hustlar (1989) y Tennant (2004), en la tabla 1 podemos encontrar dichos objetivos, y que son la base del desarrollo de todas las tareas que debe diseñar el docente en sus unidades didácticas, aplicándolos siempre que sea posible, y que permitirán un desarrollo integral del alumno.

Tabla 1: Objetivos y necesidades del mini-tenis

OBJETIVOS SEGÚN LA ESCUELA DE MAESTRÍA DE TENIS (1992) Y HUSTLAR (1989)	OBJETIVOS SEGÚN TENNANT (2004)
Facilitar el aprendizaje de los alumnos, haciendo del tenis un deporte más fácil. Este proceso se consigue simplificando la técnica, ayudando a una mejor coordinación corporal y solucionando los “problemas” del juego (velocidad de la pelota, peso de la raqueta, altura de la red y dimensiones de la pista)	Mantener un equilibrio entre diversión y aprendizaje de calidad
Hacer del tenis un deporte más gratificante y divertido, introduciendo un gran número de juegos, adaptando el juego al niño, etc.	Procurar que la personalidad del niño se manifieste mediante el juego
Fomentar la participación y práctica deportiva de todos	Permitir que el niño aprenda sobre su propio rendimiento y descubra sus propias necesidades
Aprender las habilidades y destrezas básicas del tenis con la raqueta (lanzar, recoger, golpear, pasar, etc.)	Facilitar el aprendizaje mediante el descubrimiento
Aprender juegos basados en otros deportes para mejorar las habilidades básicas generales	Desarrollar el esfuerzo en las tareas al tiempo que disfruta del reto de aprender
Desarrollar los factores básicos de la condición física (coordinación óculo-manual, equilibrio, etc.)	Desarrollar las habilidades sociales y de interacción

Fuente: Elaboración propia.

3. METODOLOGÍA DE ENSEÑANZA

Durante los últimos años, la Federación Internacional de Tenis (ITF) ha promocionado de manera muy activa el uso de la metodología “basada en el

juego”, siendo la que más beneficios aporta para aprender y disfrutar con el minitenis. Dicha metodología promueve el concepto de que la forma (técnica) debe seguir a la función (táctica). Los jugadores deben comenzar probando tareas e ir progresando de forma gradual para aprender la técnica para pelotear y jugar más eficiente (Miranda, 2002).

La filosofía del enfoque “basado en el juego” no es enseñar los golpes básicos, como ocurría en la metodología tradicional, sino jugar al tenis, y ayudar a los jugadores a que puedan realizar desde sus primeras golpeos a la pelota, correctos y continuos intercambios, que le permitan desarrollar táctica y técnica de forma simultánea (Elderton, 2009).

Devís (1996) afirmó que “el aprendizaje de los juegos deportivos progresará desde un énfasis en la táctica a un énfasis en la técnica, del *porqué* al *qué hacer*”. Aplicado al tenis, enseñar el juego y luego aprender su técnica.

Según los autores Carreras y Gímenez (2010), en esta metodología, el profesor motiva, pregunta y orienta, permitiendo que el alumno practique y fomente su autonomía construyendo su propio aprendizaje. De esta forma, el alumno desarrolla la capacidad de adaptar su conducta motriz a las exigencias de las circunstancias, concediéndole una capacidad de decisión significativa. Aplicado al tenis implica aprender los gestos técnicos a partir de ejercicios globales y no analíticos, aplicándolos inmediatamente a situaciones de juego.

En este modelo predominan los estilos de enseñanza de producción, hay preguntas por parte del profesor, su posición en el campo es insertada, no hay nadie a quien imitar y el alumno es el protagonista de su aprendizaje (Carreras y Gímenez, 2010).

Siguiendo este modelo, Julián, Sanz y Del Villar (2010), han elaborado un esquema progresivo de enseñanza del tenis (tabla 2) que refleja los aprendizajes generales comunes para los deportes de cancha dividida y los aprendizajes específicos del tenis.

Tabla 2: Aprendizajes y bloques de aprendizaje en la enseñanza del tenis.

APRENDIZAJES	BLOQUES DE APRENDIZAJE	
Aprendizajes generales	El móvil	
	La raqueta	
	Combinación implemento con el móvil	
	El intercambio	
	Espacio propio	
	Espacio adverso	
Aprendizajes específicos	Golpes con bote	La derecha
		El revés
	Golpes sin bote	Volea de derecha
		Volea de revés
	Golpes por encima del hombro	Saque
		Remate




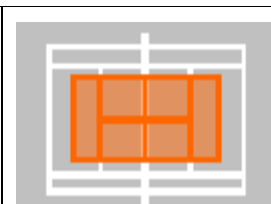

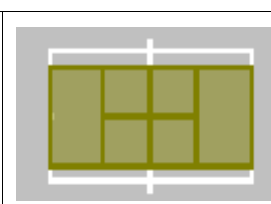
Fuente: Julián, Sanz y del Villar (2010)

4. MATERIALES UTILIZADOS EN LA ENSEÑANZA DEL MINI-TENIS.

Numerosos autores coinciden en que la modificación del material utilizado para la práctica del mini-tenis, fundamentalmente las pelotas más lentas y las pistas de menor tamaño, contribuyen a que los niños jueguen con más éxito (Newman, 2010; Milley, 2010).

La ITF ha desarrollado diferentes estrategias como la modificación de la presión y el tamaño de las pelotas de tenis y la reducción del tamaño de las pistas para facilitar el aprendizaje de los jóvenes jugadores. A continuación, en la tabla 3, se presentan las modificaciones más importantes:

Tabla 3: Modificaciones desarrolladas por la ITF para “Tennis Play and Stay”

ETAPA 1: PELOTA ROJA + PISTA ROJA			
	Pelota roja es de gomaespuma, más grande y más lenta que una pelota normal.		Pista roja mide 11 m de largo y 5-6 m de ancho. La altura de la red debe ser aproximadamente 80 cm.
ETAPA 2: PELOTA NARANJA + PISTA NARANJA			
	Pelota naranja es de baja compresión, alrededor de un 50% más lenta que una pelota normal.		Pista naranja mide 18 metros de largo y entre 6,5m-8,23 m de ancho. La altura de la red es de 80 cm.
ETAPA 3: PELOTA VERDE + PISTA VERDE			
	Pelota verde es de baja compresión, alrededor de un 25% más lenta que una pelota normal.		Pista verde es del tamaño de una cancha normal.

Fuente: Elaboración propia

Estas modificaciones en el tamaño de las pistas y la velocidad y bote de la pelota se adaptan a las características de los niños, aportando los siguientes beneficios (Newman, 2010):

a) Pelotas más lentas: Las pelotas más lentas proporcionan a los jugadores más tiempo y control, facilitando el peloteo y el desarrollo de tácticas y técnicas avanzadas. La zona óptima para golpear en la mayoría de los golpes de fondo se encuentra entre la cintura y el hombro; las pelotas más lentas aseguran que la pelota botará dentro de esta zona, mientras que las pelotas amarillas frecuentemente botan sobre sus cabezas (Newman, 2010).

El diseño de este tipo de pelotas se ha realizado teniendo en cuenta la altura de los niños y niñas entre los 5 y los 10 años de edad, siguiendo los criterios de la Organización Mundial de la Salud (2007, tabla 4).

Tabla 4: Altura media de varones y mujeres combinados

Altura media a los...	Varones y mujeres combinados (cm)	% de la edad adulta a los 19 años
5 años de edad	110	64.8
6 años de edad	116	63.8
7 años de edad	121.8	71.7
8 años de edad	127.4	75
9 años de edad	133	78.3
10 años de edad	138.7	81.7
19 años de edad	169.85	100

Fuente: Organización Mundial de la Salud (2007)

Tabla 5: Altura del bote en los diferentes tipos de pelota

Altura del bote (rango)	(cm)
Pelota amarilla tradicional	135-147
Pelota verde	118-132
Pelota naranja	110-115
Pelota roja	85-105

Fuente: Newman (2010)

Siguiendo a Newman (2010), en la tabla 5 se puede comprobar cómo la altura del bote de la pelota amarilla o tradicional (135-147cm) es superior a la altura media de los niños de 5-9 años (110-133cm), mientras que la altura del bote de las pelotas utilizadas en los programas de mini-tenis (rojas, naranjas y verdes) es más apropiada para este tipo de edades.

b) Pistas más pequeñas: Las pistas más pequeñas que se utilizan para los programas de mini-tenis y Play and Stay se adaptan al tamaño del jugador, haciendo que los patrones de movimiento sean más realistas, permitiendo a los tenistas más pequeños cubrir la cancha e implementar tácticas avanzadas.

Tabla 6: Longitud y ancho de la pista, % de longitud y ancho de la pista tradicional.

	Longitud de la pista (m)	% de longitud de la pista tradicional	Ancho de la pista (m)	% de ancho de la pista tradicional
Pista tradicional	23.78	100	8.23	100
Pista naranja	18	75.7	6.5	78.9
Pista roja	11	46.3	5.5	66.8

Fuente: Newman, 2010.

Al observar la tabla 6, podemos comprobar que el ancho de la pista roja, utilizado en la primera etapa de mini-tenis, es el 66% de la pista tradicional, y los niños de 5, 6, 7 y 8 años de edad tienen una altura equivalente al 64.8-75% del adulto, lo que demuestra que el porcentaje de tamaño de la pista es muy apropiado para esta edad. Del mismo modo, la longitud de la cancha roja es sólo un 46.3% de la tradicional, si bien éste es un porcentaje menor, comparado con la altura de los niños, debemos considerar que éstos tienen una percepción limitada de la profundidad, pues su visión se encuentra aún en desarrollo (Haywood y Getchell, 2005), es decir, que una pista más corta les facilita a evaluar la pelota y posicionarse alrededor de la misma aún si la evalúan tarde (Newman, 2010). Los porcentajes coinciden del mismo modo con la cancha naranja de los programas de mini-tenis o Play and Stay (Newman, 2010).

5. CONCLUSIONES:

Con este trabajo, se pretende acercar el mini-tenis al contexto del deporte escolar, a través de una propuesta en la cual el profesor de educación física disponga de unos conocimientos básicos que le ayuden a conocer el deporte y pueda enseñar a sus alumnos este divertido deporte sin requerir un nivel de ejecución elevado ni grandes conocimientos técnicos.

Asimismo, se han presentado los diferentes programas de desarrollo de mini-tenis, así como sus objetivos y beneficios o ventajas frente al tenis tradicional, por sus adaptaciones a las capacidades y limitaciones de los niños menores de 10 años.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguilar, M.A. (2003). El tenis en la escuela. Problemas en su tratamiento, posibles adaptaciones y propuestas de actividades y organización a través del mini-tenis. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 5, 13-20.
- Berdejo, D. (2011). Mini-tenis: Unidad Didáctica para primer ciclo de Educación Secundaria. *Trances*, 3(1): 73-87.
- Carreras, J.C. y Gímenez, J. (2010). Metodología de enseñanza utilizada en la enseñanza del tenis durante la etapa de iniciación. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 18: 60-65.
- Crespo, M. (1996). Mini-tenis: Un medio para el aprendizaje del tenis. *Apunts*, 44(45): 42-50.
- Devís, J. (1996). *Educación Física, deporte y currículo*. Madrid: Visor.
- Elderton, W. (2009). Tenis progresivo: Desarrollo de 5 a 7 años de edad. *ITF Coaching & Sport Science Review*, 16(47): 5-6. *ITF Coaching & Sport Science Review*, 51(18): 26.

- Generelo, E., Julián, J.A. y Pradas, M.A. (1997). *Algunas precisiones conceptuales y para la acción en torno a una realidad problemática: El deporte en la escuela*. Ponencia presentada en las XI Jornadas Provinciales de Educación Física, "Educación y Deporte". Barbastro, 18-20 de septiembre.
- Julian, J.A., Sanz, D. y Del Villar, F. (2010). La iniciación deportiva al tenis en las sesiones de educación física. *Innovació en educació física*, 1(1).
- Miley, D. (2010). Sacar, pelotear y jugar puntos. Las campañas de la ITF Tennis. Play and Stay y Tennis10s. *ITF Coaching & Sport Science Review*, 51(18): 3-4.
- Miranda, M. (2002). Cómo utilizar el mini-tenis de forma eficaz. *ITF Coaching & Sport Science Review*, 10(26): 11-13.
- Newman, J. (2010). ¿Por qué pelotas más lentas y canchas más pequeñas para los tenistas menores de 10 años? *ITF Coaching & Sport Science Review*, 51(18): 5-6.
- Sanz, D. (2008). *El tenis en la escuela*. Editorial Paidotribo. Barcelona.
- Tennant, M. (2004). Las cinco situaciones de juego en Mini-tenis. *ITF Coaching & Sport Science Review*, 32(12): 7-8.
- Torres, G. y Carrasco, L. (1998a). El mini-tenis en la escuela. *Actas del II Congreso Internacional "La enseñanza de la Educación Física y el Deporte Escolar"*. Almería. FEADDEF.
- Torres, G. y Carrasco, L. (1998b). La coordinación como factor principal en la enseñanza del tenis. Aplicación en la escuela. *Habilidad Motriz*, 12: 41-46.
- Wilson, D. (2009). La metodología de entrenamiento basada en el juego – una investigación de principios y práctica. *ITF Coaching & Sport Science Review*, 16(49): 19-20.