

## LAS PALAS COMO ACTIVIDAD EN LOS CENTROS DE PRIMARIA

### PADDLEBALL AS AN ACTIVITY AT ELEMENTARY SCHOOLS

#### **Autor:**

Fernández Rodríguez, E.<sup>(1)</sup>; Merino Marban, R.<sup>(1)</sup>; Santana Pérez, F.<sup>(1)</sup>; Rey Pérez, F.<sup>(2)</sup>

#### **Institución:**

<sup>(1)</sup>Área de Didáctica de la Expresión Corporal, Universidad de Málaga.

<sup>(2)</sup>Diplomado en educación Física.

#### **Resumen:**

En el presente trabajo se describe si se aprovechan las posibilidades didácticas del “juego de las palas” en las actividades extraescolares y programaciones ofertadas en colegios de la provincia de Málaga. Las posibilidades educativas del trabajo con palas son idóneas por su adaptación a cualquier elemento formal o informal (Bayer, 1986) del deporte (tipo de terreno, dimensiones del campo, reglas, tipo de palas, tamaño o densidad de las pelotas, número de jugadores, red o no red, etc). Durante los cursos 06-07 y 07-08, se analizaron las actividades extraescolares de un total de 29 y 28 Centros de Enseñanza de la Provincia de Málaga, con la finalidad de conocer el empleo que del juego de las palas se hace en estos Centros.

**Palabras Clave:** actividades extraescolares, educación primaria, juegos, deportes.

#### **Abstrat:**

In this current study is described whether the pedagogic possibilities of using paddleball as an extracurricular activity and in the programmes are fully exploited in primary schools settings within the province of Malaga. Paddleball is an ideal game in terms of its educational possibilities. It is so adaptable to formal and informal sports elements (Bayer, 1986) like the type of surface,

dimensions of the field, rules, types of paddles, the size or density of the balls, number of players, whether a net is used or not, etc. During the courses 06-07 and 07-08, the extracurricular activities in a total of 29 and 28 Teaching Centres respectively, in Malaga province, were analysed, in order to understand how paddleball is incorporated at these centres.

**Key Words:** extracurricular activities, primary education (elementary school), games, sports

## 1. INTRODUCCIÓN.

El enorme interés por la práctica de actividades físico-deportivas por parte de los/as niños/as y jóvenes en edad escolar, llega a tal punto que ésta población prefiere la práctica deportiva a cualquier otra actividad en la ocupación de su tiempo libre (Cruz et al. 2001). Así, el Instituto Nacional de la Calidad y Evaluación (2001), informa que, de entre la diversidad de actividades extraescolares que se ofertan en los centros educativos (idiomas, informática, música...), las de actividad física y deporte son las más practicadas por el alumnado de Educación Primaria y Educación Secundaria con porcentajes superiores al 60% de la oferta del total de las actividades extraescolares.

En el caso de las “palas” gracias a su versatilidad y adaptación a cualquier contexto, la escuela puede convertirse en el lugar ideal donde ésta práctica física no acabe reduciéndose a un simple recuerdo. Para ello, sería interesante su inclusión como deporte alternativo, como juego popular-tradicional, en las actividades extraescolares o en las mismas programaciones de Educación Física.

De forma general, el juego consiste en golpear una pelota con la pala, bien dirigiéndola contra una pared o frontis (en frontón), hacia el compañero o contrincante de juego o bien contra el campo contrario. De la misma manera, el juego tiene varios objetivos o posibilidades; por un lado se juega contra una pared (en frontón). Por otro, está el juego de palas en la playa o en el campo,

en el que dos o más personas juegan intentando que la pelota permanezca en el aire el mayor tiempo posible sin caer al suelo, siendo esta forma de jugar de carácter principalmente recreativo. También se puede dar otra posibilidad; jugar a las palas en un terreno delimitado, tratando de hacerle un tanto al adversario dentro del terreno de juego.

“La sabia combinación de estas posibilidades es fundamental al aplicar estos juegos en la programación de educación física escolar, haciendo de ellos un medio educativo” (Ruiz, 1991). Además, las adecuadas combinaciones de todos los elementos formales e informales de los deportes de oposición (uno contra uno) o de colaboración – oposición (varios contra varios) los convierten en medios ideales de trabajo de habilidades básicas y genéricas para la mejora de las habilidades específicas de los deportes con pala. (Hernández, 1994).

Este juego presenta multitud de variantes que van desde el popular “paleteo playero”, en el que se busca mantener la pelota sin que caiga al suelo, hasta el novedoso “voley-pala”. Esta versatilidad permite su adaptación a cualquier contexto, ofreciendo unas inmensas posibilidades tanto educativas como recreativas. A continuación, se da un repaso a los diferentes tipos de juego que recoge la literatura:

Gutiérrez y cols., (1992) hablan de las palas como un juego sencillo. Consiste en pasarse una pelota entre 2 o más personas situadas unas enfrente de las otras, utilizando para ello unas palas de madera con las que se golpea la pelota, sin dejar que caiga al suelo, e intentando no obligar a los de enfrente a tener que desplazarse de su posición para devolverla. La distancia entre los jugadores depende del nivel o la costumbre del lugar donde se juega. El número de jugadores es variable; lo más común es: 1x1, 2x1, 2x2 y 3x2.

Hernández (1994) describe el juego de la “pala cántabra” que se suele jugar en las playas. “El juego de pala cantabra se puede clasificar como un juego cooperativo que se disputa entre 2 o más jugadores y cuyo objetivo es mantener la pelota en el aire el mayor tiempo posible, golpeándola con la pala y

sin que en ningún momento toque el suelo. Para que el juego sea fluido, debe existir una cooperación constante entre atacantes y defensores, adaptando la fuerza y velocidad de la pelota al nivel técnico de los jugadores”.

Sher (1996) recoge el juego del “globo colgante” para alumnado en silla de ruedas. Consiste en golpear un globo con palas. Esta autora da ideas de cómo elaborar palas con material barato; perchas y medias de nailon para los alumnos con capacidades limitadas.

Olayo y cols. (1996) plantean el juego de palas con alguna modificación para el alumnado con discapacidad motora con problemas para sujetarlas. Por ejemplo, adaptar cintas de velcro a las palas. Estos autores recomiendan emparejamientos equilibrados (alumnado con más posibilidades motrices con quienes tengan menos recursos) para mejorar el peloteo y mantenerlo el mayor tiempo posible la duración del juego.

Según Barbero (2000) dentro de los juegos con raqueta y pelota, las palas ofrecen una amplia gama de posibilidades educativas entre las que aparecen las siguientes modalidades de oposición, de cooperación y de cooperación – oposición:

1ª. Existe una posibilidad de competición en la que se debe golpear la pelota con la pala contra una pared o frontis intentando que el contrincante no la devuelva.

2ª. Se puede jugar de una forma más recreativa cooperando con un compañero para que la pelota no caiga mientras se golpea uno enfrente de otro, pudiendo estar o no separados por una red.

3ª. Otra posibilidad de oposición es la que delimita un campo con o sin red tratando de hacer punto al adversario intentando que la pelota toque en su campo mientras que se evita que de en el nuestro. Si se jugase por parejas se convertiría en una modalidad de cooperación – oposición.

4ª. Otra forma de juego es la de ataque - defensa o “pegador – parador”, típica de la zona cántabra. Esta modalidad consiste en mantener la pelota el mayor tiempo posible en el aire. Uno es defensor y recepciona o controla la pelota que viene del otro lado y la pasa en las mejores condiciones posibles a su compañero para que “ataque” o golpee al campo contrario. Se puede practicar el 1x1, en la que uno defiende y uno ataca o pueden participar muchos más jugadores, 1x2, 2x2, 2x3, 3x3, etc.

5ª. Finalmente existe otra modalidad denominada de “juego rápido” en la que no existe especialización (atacantes y defensores). Consiste en mantener la pelota el mayor tiempo posible en el aire mediante golpes rápidos con trayectorias tensas. Ambos jugadores juegan con palas similares y realizan los mismos tipos de golpes. Se trata de una modalidad típica de Euskadi.

Igualmente interesante es la propuesta de Rodríguez y González (2007) con su “voley-pala”. Se trata de un enfrentamiento de 3x3 que resulta de la unión del juego de palas y el voleibol. Las reglas van variando del golpeo alternativo, tanto en el 1x1 como en el 2x2, a prácticamente la imposibilidad de un golpeo directo, siendo la mejor opción de golpeo la jugada grupal, sobre todo en el voley-pala 3x3. Equipos de 4 jugadores; 3 en pista y uno reserva (este último no estrictamente obligatorio). Máximo de 3 toques en cada jugada, pudiendo un jugador dar 2 veces seguidas a la bola.

## 2. MATERIALES E INSTALACIONES

Según Ruiz (1991), los juegos de pala se pueden practicar sin problemas en distintos tipos de terreno por lo que se pueden adaptar, sin problemas, al medio escolar. Para alumnos de Primaria se inclina por palas pequeñas y ligeras del tipo tenis de mesa, aunque pueden utilizar las de playa. Es el juego más barato y asequible de los que poseen transferencia directa con los juegos de raqueta (Gutiérrez y cols., 1992)

Según Velázquez y Martínez (1994), para jugar con las palas es conveniente introducir a nuestros alumnos y alumnas en el conocimiento de unas técnicas básicas, como por ejemplo:

- La forma de coger la pala.
- Distintos tipos de golpes (golpes de ataque y golpes de defensa).
- Las posiciones defensivas y las posiciones de ataque (introducirlas en el último nivel de primaria o primeros niveles de secundaria).

Siguiendo a Hernández (1994), en el mercado existen palas de distintos pesos y tamaños, adaptables a la edad de los alumnos. En la práctica escolar, se utilizará la pala infantil en los niveles de primaria. En otras circunstancias de trabajo, será el profesor quien oriente del tamaño y peso de la pala que lógicamente se tendrá que adaptar a la edad y envergadura de los participantes. En este apartado es necesario advertir que lo importante es seleccionar la pala de acuerdo con las condiciones físicas y el nivel de juego, teniendo muy en cuenta que se pueda moverla cómodamente, con fuerza pero con rapidez. Cuanto más rápida es la pelota el juego se hace más difícil y cuanto más lenta, el juego es mucho más sencillo. Por ello, la elección del tipo de pelota es importante para el éxito en la motivación y en el juego.

Barbero (2000) afirma que las palas y pelotas son los elementos esenciales del juego y variarán en función de la modalidad. Existen muchas clases, formas, tamaños y pesos de palas, y en cada especialidad varía el tipo de pelota empleada, dependiendo de la clase de pala que se utilice y del objetivo que se busque. Hay pelotas lentas que son ideales para la iniciación y que tienen el tamaño de una pelota de tenis pero son mucho más blandas y, pelotas rápidas para un juego mucho más acelerado y con jugadores expertos, pudiendo utilizar una pelota de tenis o una pelota de goma maciza. Existen muchas casas comerciales que han adaptado sus pesos y tamaños, al trabajo con escolares a partir de los 10 años.

### **3. DIFERENTES ASPECTOS A TENER EN CUENTA EN RELACIÓN AL TRABAJO CON PALAS EN LA EDAD ESCOLAR**

#### **Palas y coeducación.**

Para Rodríguez y González (2007), las palas permiten el conocimiento de las posibilidades y limitaciones de uno mismo y del contrincante, afianzando una educación cívica, la aceptación de normas y reglas, tanto en los ejercicios como en los planteamientos más competitivos, por lo que también se crea un ambiente de educación en la convivencia. Existe, por tanto, un enfrentamiento sociomotriz en una “oposición inteligente”. Pero además, si se transforma o se hace evolucionar hacia una actividad que requiera jugadas de equipo antes de pasar el móvil al equipo contrario, se estarán añadiendo connotaciones tácticas, basadas en la semiología (gestemas y praxemas), necesarias para elaborar jugadas más efectivas en beneficio del grupo al cual se pertenece y, por tanto, disfrutar de esa sensación de compañerismo.

#### **Palas y coste del material.**

Orti (2004), destaca que el escaso requerimiento de material y el bajo coste de las instalaciones hacen posible que sea una excelente alternativa para la ocupación constructiva del tiempo libre. Por ello, dadas las limitaciones económicas de los centros, su adquisición es posible tanto en las programaciones de educación física como en las actividades extraescolares.

#### **Palas y habilidades genéricas y perceptivo motoras.**

Velázquez y Martínez (1994) y Orti (2004), señalan que con la pala se trabajan los golpes, desarrollando una serie de cualidades físicas (resistencia aeróbica, velocidad de reacción, velocidad de desplazamiento) y algunas habilidades perceptivo-motrices como:

- Percepciones espaciales y temporales.
- Coordinación visomotora.
- Coordinación dinámica general.

Barbero (2000), destaca el trabajo de las siguientes habilidades:

- La coordinación óculo-manual.

- El dominio del cuerpo y de implementos.
- La percepción espacio-temporal.

Velázquez y Martínez (1994) y Rodríguez y González (2007), destacan la coordinación dinámica general que, a su vez, demanda una constante intervención del equilibrio, tanto dinámico como estático.

### **Palas y cualidades físicas y coordinativas.**

Velázquez y Martínez (1994) y Rodríguez y González (2007), señalan que las cualidades físicas y motrices trabajadas, son: la velocidad de reacción y gestual de brazos, la velocidad de desplazamiento necesaria en distancias cortas aunque con constantes paradas y arrancadas, la resistencia mixta y la fuerza explosiva.

### **Palas y tradición cultural.**

Según Ayan (2004), entroncan con el patrimonio cultural, al ser un juego de larga tradición, y con las actividades en el medio natural, dado que es conocido el éxito que tiene esta práctica en ciertos espacios al aire libre, sobre todo cuando el clima es favorable.

### **Palas y género.**

Permite el juego mixto incorporando así la educación para la igualdad de oportunidades. Según López (2005), para una educación no sexista se deben plantear objetivos y contenidos que propicien la participación de las alumnas comenzando a promover el gusto por el movimiento y mejorar su autoestima en el ámbito del área (discriminación positiva). Se priorizan objetivos y contenidos que contribuyan a integrar chicas y chicos. Según Gutiérrez y cols. (1992), este juego rompe las barreras de sexo y edad; no es raro ver partidas de chicos y chicas mezclados y de jubilados con adolescentes ya que, en cierta medida, es un juego social de playa. Sin embargo hay que recordar que en el estudio de Mendoza (2000) realizado en 24 países de Europa con alumnos de 11 a 15



años se confirma la diferencia de participación en función del sexo en actividades extraescolares, siendo el porcentaje de las chicas españolas (40%) el más bajo de todos los países europeos estudiados y donde se muestran más diferencias con respecto al sexo masculino.

#### **4. ESTUDIOS ACERCA DEL USO DE LAS PALAS EN CENTROS DE EDUCACIÓN PRIMARIA.**

Uno de los estudios de referencia es la publicación “el deporte en edad escolar en Andalucía” (VVAA, 2007), donde destacan los siguientes deportes de raqueta y pala (tabla 1 y 2) practicados por los escolares, de 6 a 18 años, en la provincia de Málaga:

<b>Tenis</b>	<b>7´27%</b>
<b>Bádminton</b>	<b>5´45%</b>
<b>Tenis de Mesa</b>	<b>4´55%</b>
<b>Pádel</b>	<b>2´73%</b>

Tabla 1. Deportes practicados “en el centro escolar en actividades extraescolares”

<b>Tenis</b>	<b>25,23%</b>
<b>Bádminton</b>	<b>7´51%</b>
<b>Tenis de Mesa</b>	<b>10´51%</b>
<b>Pádel</b>	<b>2,73%</b>
<b>Squash</b>	<b>0,60%</b>

Tabla 2. Deportes practicados por los escolares “en vacaciones fuera del centro escolar”

Con la finalidad de conocer el empleo de las palas, en nuestro trabajo (provincia de Málaga) analizamos las programaciones y actividades extraescolares de un total de 29 centros durante el curso 06-07 y de 28 centros en el curso 07-08. Según la tabla 1 y 2 se observa que las palas no se practican en actividades extraescolares. Esos datos coinciden con la investigación, que sobre palas en actividades extraescolares llevamos a cabo en la provincia de Málaga.

Ambos trabajos demuestran que las palas, en su sentido tradicional, no se emplean dentro de las actividades extraescolares ofertadas por los colegios.

### Curso 2006-2007.

Se obtuvieron los siguientes datos de un total de 29 centros (figura 1):

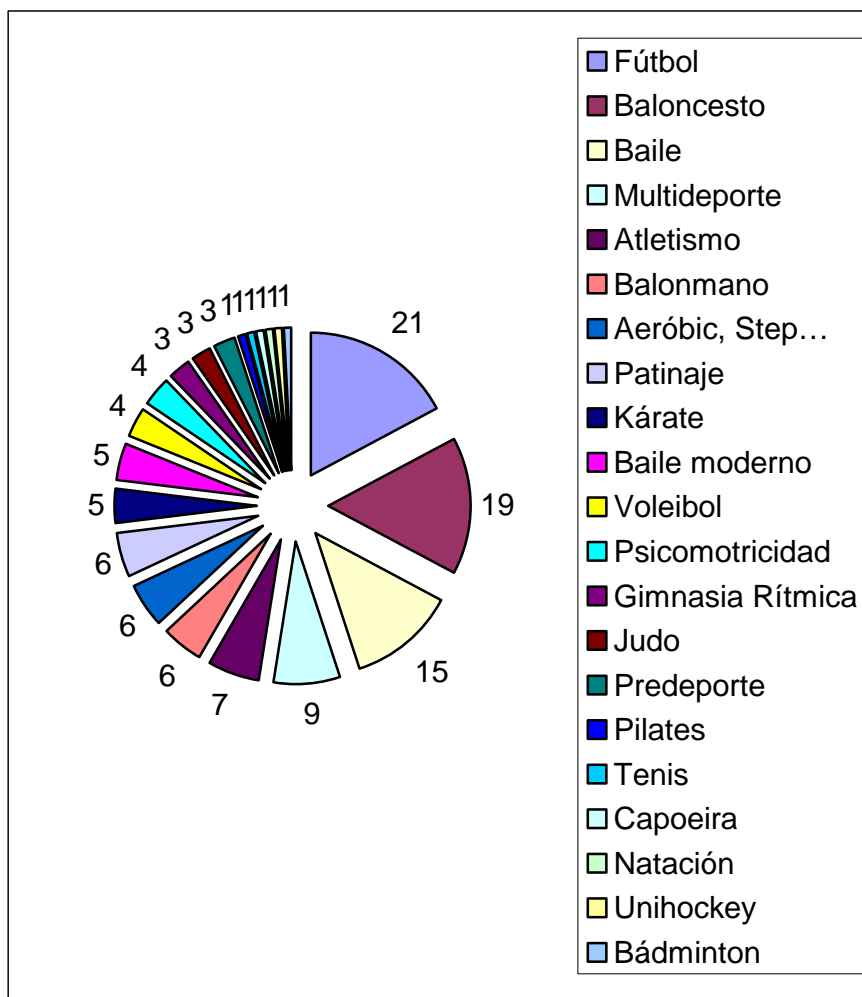


Figura 1. Número de Centros en los que se desarrollan las diferentes actividades deportivas extraescolares en el curso 06/07.

Sin embargo, no ocurre lo mismo con las programaciones del profesorado de Educación Física. Aparecen las palas, aunque, generalmente, asociadas o complementando a otras actividades de raqueta. Así, se observó lo siguiente:

- En 4 Centros aparecían las palas en la programación de E.F.

- En 4 Centros aparecen los juegos de raquetas en la programación de E.F.
- En 5 Centros aparece el tenis en las programaciones de E.F.
- En 9 Centros aparece el bádminton en las programaciones de E.F.

Como resumen de estos datos se observa que en 14 centros aparecen los deportes de palas y raquetas lo cual supone un 48,3% de los Centros dentro de las programaciones de E. F.

### Curso 2007-2008.

Del curso 07-08 se obtuvieron los siguientes datos de 28 centros:

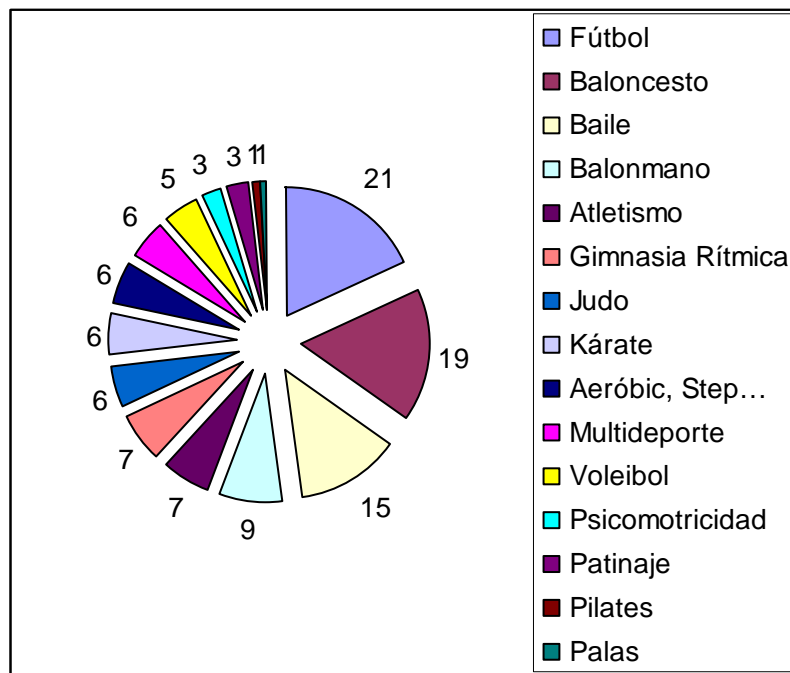


Figura 2. Número de Centros en los que se desarrollan las diferentes actividades deportivas extraescolares en el curso 07/08.

Se observa que sólo en un Centro aparecen las palas como actividad extraescolar (4% del total) mientras que en 8 Centros (4 más que el curso anterior) aparecen de nuevo las palas en las programaciones de E. F. (32%).

En algunas programaciones de E. F. se encontró “el tenis con palas”. De las 5 veces que aparece el tenis, 2 veces se especifica que se practica con

palas. El empleo de la pala facilita el manejo del implemento y además es bastante más económico comparado con la raqueta de tenis.

## **Otras investigaciones.**

En ninguna de las investigaciones realizadas se encuentran las palas como actividad propiamente dicha. En la investigación de Luengo (2007), la población objeto de estudio está constituida por el alumnado de Educación Primaria (6-12 años) del distrito de Carabanchel de Madrid durante el curso escolar 2006-2007 con una muestra de 158 sujetos (76 niños; 82 niñas). El porcentaje con el que la muestra estudiada realiza actividad físico-deportiva extraescolar fue del 60,3% en los niños, mientras que en el caso de las niñas tan sólo el 46,1%. El deporte más practicado es el balonmano. El 21,9% del total de los alumnos afirman practicarlo. Después el fútbol y artes marciales, con un porcentaje similar del 16,4%. El baile está en tercer lugar, con un 10,9%. En cuarto lugar el tenis de mesa con un 8,2% que es una “actividad con palas”.

En la investigación de González y Aznar (2007), realizada en 5 Centros de Alicante, el alumnado de Educación Primaria presenta interés hacia la práctica de deportes de raqueta aunque parece que sus expectativas no se cubren en las clases de E. F. por no ser trabajados estos deportes de forma suficiente o adecuada. Por ello, se preguntó a los alumnos/as, a través de un cuestionario, sobre los deportes (en general) y los juegos y deportes de pala y raqueta que conocen y que practican dentro y fuera de la escuela, obteniendo que la gran variedad de modalidades lúdicas y deportivas existentes con palas y raquetas (González y Aznar, 2008), no son desarrolladas en las clases de E. F., situación que se agrava si se considera que aquellas modalidades más conocidas, socialmente, ni siquiera se incluyen en las programaciones de E. F. o se desarrollan en muy pocos casos. Con respecto a los deportes que practican los alumnos en las clases los autores señalan que los 5 deportes más practicados en las clases de E. F. son: fútbol, baloncesto (citados por más del 70% de los alumnos), gimnasia (por un 62,6%), balonmano y voleibol por

encima del 20% del total de alumnos. En cuanto a los deportes de raqueta, el más trabajado, es el tenis, seguido de lejos por el badminton. Referido a las palas destaca la pelota valenciana seguido del tenis de mesa. Sorprende que entre las 16 actividades 5 sean con pala o raqueta. Juntando el número de alumnos de las 5 actividades de pala las colocaría en 4º lugar. El 36% practica tenis, el 21% el tenis de mesa. Por debajo del 14% se encuentran las palas, el bádminton el frontenis y, con datos mínimos (menores al 3%) las manoplas, el racquetball, el squash y el pádel.

Preguntando a los alumnos cuáles son los deportes de raqueta que han practicado o practican en horario no lectivo (actividades extraescolares), tanto en el centro escolar como fuera del mismo (clubes, patronatos municipales, federaciones...), se determina una mayor participación en tenis y tenis de mesa con respecto a los otros deportes o actividades de pala. Si bien, existen algunas diferencias en deportes como frontenis, squash o pádel que aumentan sus cifras con respecto a la actividad escolar presentando, no obstante, una presencia escasa.

En el trabajo de Campos y González (2010), en Madrid, tampoco se encontró ninguna actividad relacionada con las palas. Las actividades extraescolares fueron el fútbol sala y el baloncesto, con el 27,8% y el 18,8% respectivamente. Les siguen las actividades de pre-deportivas o de multideporte y judo (con el 7,7% y el 5,2% respectivamente). Después, con porcentajes menores del 5%, se imparten el balonmano y voleibol (con el 4,3% cada una), actividades físico-recreativas (con el 3,7%), kárate (con el 3,1%), danza (con el 3,4%), psicomotricidad (con el 2,8%), fútbol siete y bailes-actividades rítmico-expresivas (con el 2,5% cada una), gimnasia rítmica (con el 2,2%) y patinaje (con el 1,2%). Finalmente, con menos del 1% se encuentran las actividades de gimnasia artística, atletismo, natación, ajedrez, tenis, aeróbic, taekwondo, hockey sala, trideporte, tenis de mesa, educación física de base, defensa personal, deportes alternativos, bádminton, gym-jazz y hockey patines.

Por último resaltando la importancia que los alumnos le dan a las actividades extraescolares, destaca el trabajo de Hernández y Conejo, (2010) centrado en la motivación a la actividad física a través de las actividades extraescolares. La importancia que los alumnos dan a las actividades extraescolares es de “muy Importante” en el 60% de los casos e “importante” en el 32%, gustándoles mucho las actividades al 85% de los alumnos. Entre lo que los participantes eligen como contenidos preferidos de las actividades extraescolares, se puede encontrar: Los deportes en general el 75%, el atletismo en particular el 34%, las actividades en el medio natural, al 30% y el baile al 10%. Otro dato de interés es que la gran mayoría, el 93% de los alumnos, no querrían dar menos horas semanales de actividades.

## **DISCUSIÓN.**

Existe una determinada práctica de deportes o actividades extraescolares que se realizan también con palas como puede ser el tenis de mesa, el bádminton, el frontenis o el padel. Éste hecho es cuanto menos curioso, sobre todo, por el gran coste medio adicional de estos implementos cosa que no ocurre con el de las simples palas de playa a las que se refiere éste trabajo. Si no es una cuestión económica, entonces, ¿por qué no existen las palas como juego pre-deportivo, deporte alternativo o deporte tradicional en las actividades extraescolares? o, ¿cual es el motivo por el que una actividad con bajo coste del material, con una enorme versatilidad de adaptación a cualquier dimensión, terreno de juego o normativa, que además es divertida o entretenida, no sea suficiente para incluirla en las actividades extraescolares?. Quizás la respuesta última esté en determinados condicionamientos socio-culturales. Así, se puede observar con total claridad como las actividades extraescolares son actividades reglamentadas e institucionalizadas, es decir, federadas. Una de las causas determinantes podría estar en el informe sobre la función del deporte en la educación elaborado por el Parlamento Europeo. Éste estipula que en las actividades físico-deportivas extraescolares tiene que existir

una orientación clara hacia programas de actividades competitivas dominadas por el deporte (Parlamento Europeo, 2007).

Por lo tanto, en éste caso, parece coincidir la oferta con la legislación. Sin embargo como se ha podido comprobar, en las programaciones de Educación Física existen excepciones. Esto es importante porque, como confirman Moreno, J., et al, (2009) hay una relación clara entre la motivación intrínseca de los estudiantes en las clases de educación física y la posterior práctica físico-deportiva extraescolar. Aquí podría estar la solución siempre y cuando no se siguiese al pié de la letra la normativa Europea, cosa que parece algo improbable aunque en esta línea, Cotillas et al. (2006), presentaron como alternativa a la realización de actividades deportivas especializadas y regladas, un proyecto de actividad deportiva extracurricular en los centros educativos de Educación Primaria, de la ciudad de Cuenca, basado en el multideporte y en el desarrollo de las habilidades genéricas de todos los deportes, adaptándolas a la edad y con una correcta secuenciación en función de los ciclos educativos. Actualmente se practican los deportes socialmente más conocidos (colectivos). y, a pesar de que coexisten con otro tipo de prácticas más informales, las actividades puramente deportivas, son las más habituales en las actividades físico-deportivas en el ámbito del deporte escolar (Cotillas et al., 2006).

A modo paliativo se podría considerar que la amplia oferta de actividades obtenidas en el estudio es una muestra de la diversificación de la práctica deportiva en las actividades extraescolares de los centros educativos de Educación Primaria de Málaga. Confirmando, en éste sentido, otros estudios similares (Campos y González, 2010). La causa es el cambio estructural, de diversificación y ampliación de los motivos de práctica en el ámbito de la actividad física y deporte que se está produciendo en las últimas décadas (García 2006).

## CONCLUSIONES

- Esta actividad presenta multitud de variantes recogidas en la literatura.
- Su versatilidad permite la adaptación a cualquier contexto, ofreciéndonos unas inmensas posibilidades tanto educativas como recreativas.
- Es la actividad más barata y asequible de las que poseen transferencia directa a los deportes de raqueta (Gutiérrez y cols., 1992).
- El escaso requerimiento de material y el bajo coste de las instalaciones hacen posible que sea una excelente alternativa para la ocupación constructiva del tiempo libre (Orti, 2004).
- Varios autores destacan las posibilidades de las palas para trabajar diferentes cualidades físicas y coordinativas.

## BIBLIOGRAFÍA.

- Ayan, C. (2004). Las palas en las clases de Educación Física: una propuesta práctica. <http://www.efdeportes.com/> *Revista Digital - Buenos Aires* - Año 10 - n° 74 Julio de 2004.
- Barbero, J. (2000). Los Juegos y Deportes Alternativos en Educación Física. <http://www.efdeportes.com/> *Revista Digital - Buenos Aires* - Año 5 - N° 22 - Junio 2000.
- Bayer, C. (1986). *La Enseñanza de los juegos deportivos colectivos*. Barcelona, Hispanoeuropea.
- Campos, A.; González, M. (2010). El alumnado en la práctica de las actividades físico-deportivas extraescolares de los centros de educación primaria. *Trances*, 2(6):576-602.
- Cotillas, F. et al. (2006). Programa deportivos escolar: actividades extracurriculares. En J.I. Lillo, J.C. Sánchez y J.P. Martínez (Coords.). *IV Congreso Deporte y Escuela* (pp. 41-60). Cuenca: Diputación Provincial de Cuenca.
- Cruz, J; Boixadós, M; Valiente, L y Torregrosa, M. (2001). ¿Se pierde el fairplay y la deportividad en el deporte en edad escolar?. *Apunts. Educación Física y Deportes* (64), 6-18.
- García Ferrando, M. (2006). *Postmodernidad y deporte: entre la individualización y la masificación (Encuesta sobre los hábitos deportivos de los españoles, 2005)*. Madrid: CIS-CSD.



-González, M. D y Aznar, R. (2007). La importancia de las teorías implícitas del alumnado en la didáctica de los deportes de raqueta. <http://www.efdeportes.com/> *Revista Digital - Buenos Aires* - Año 12 - N° 107 - Abril de 2007.

-González, M. D. y Aznar, R. (2008). Valoración de una investigación colaborativa para la enseñanza de los deportes de raqueta. <http://www.efdeportes.com/> *Revista Digital - Buenos Aires* - Año 13 - N° 122 - Julio de 2008.

-Gutiérrez, J., López, F., y Sedano de Félix, L. (1992). *Propuestas para educación física*. Madrid, Narcea.

-Hernández, E.; Conejo, J.A. (2010). Motivación a la actividad física a través de las actividades extraescolares. *Trances*, 2(3):153-164

-Hernández, M. (1994). *Juegos y deportes alternativos*. Madrid, Manuel Hernández Vázquez.

-Instituto Nacional de Calidad y Evaluación (2001). *Actividades del alumnado fuera del horario escolar (2). Actividades extraescolares*. En Web: <http://www.ince.mec.es>.

-López, E. (2005). Propuesta para una educación no sexista. Coeducación e igualdad de sexos en el área de Educación Física. <http://www.efdeportes.com/> *Revista Digital - Buenos Aires* - Año 10 - N° 81 - Febrero de 2005.

-Luengo, C. (2007). Actividad físico-deportiva extraescolar en alumnos de primaria. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte* vol. 7 (27) pp. 174-184.

-Mendoza, R. (2000). Diferencias de género en los estilos de vida de los adolescentes españoles: implicaciones para la promoción de la salud y para el fomento de actividad físico-deportiva. Educación Física y salud. *Actas del Segundo Congreso Internacional de Educación Física*. Cádiz.

-Olayo, J.M<sup>a</sup>, Vázquez, J., Alapont, A. (1996). *El alumnado con discapacidad. Una propuesta de Integración (I)*. Madrid: MEC.

-Ortí, J., (2004). *La animación deportiva, el juego y los deportes alternativos*. Barcelona, INDE.

-Rodríguez, J.C., y González, M. (2007). El voley-pala: una forma de jugar entre equipos. <http://www.efdeportes.com/> *Revista Digital - Buenos Aires* - Año 11 - N° 106 - Marzo de 2007

-Ruiz, J. G. (1991). *Juegos y deportes alternativos: en la programación de educación física escolar*. Lérida: Agonos, D.L.

-Sher, B. (1996). *Juegos estupendos con juguetes improvisados*. Barcelona, Martínez Roca.

-Velázquez, A. y Martínez, A. (1994). *Juegos y formas jugadas con materiales alternativos*. Alcalá de Guadaíra (Sevilla), CEP.

-V.V.A.A. (2007). *Hábitos y actitudes de los andaluces en edad escolar ante el deporte*. Sevilla, Junta de Andalucía. Consejería de Turismo, Comercio y Deporte.