

Recibido: Aceptado:

APROXIMACIÓN A UN MODELO DIDÁCTICO PARA LA ENSEÑANZA DEL TENIS PLAYA

APPROACH TO A DIDACTIC MODEL FOR TEACHING BEACH TENNIS

Autor: Ortega, M.A. ⁽¹⁾; Pradas, F. ⁽²⁾; Castellar, C. ⁽²⁾ Falcón, D. ⁽¹⁾

Institución:

⁽¹⁾Facultad de Ciencias de la Salud y del Deporte de Huesca. Universidad de Zaragoza.
maortega@unizar.es

⁽²⁾ Facultad de Ciencias Humanas de la Educación de Huesca. Universidad de Zaragoza.

Resumen:

El tenis playa es una modalidad deportiva, englobada dentro de los deportes de raqueta y pala, que conjuga el tenis y el vóley playa. Su particularidad más notable es la pista de juego ya que se desarrolla sobre una superficie de arena. El tenis playa es un deporte emergente que necesita unas orientaciones metodológicas específicas. En su etapa de iniciación deben concretarse aspectos básicos relativos al proceso de enseñanza-aprendizaje, en función del nivel de dificultad de las tareas y los elementos que conforman su juego. El objetivo de esta propuesta didáctica es establecer una secuencia lógica de tareas para debutantes, partiendo de diferentes formas jugadas, desarrolladas sobre superficies de juego artificiales o naturales. La exploración individual del móvil y el implemento, el desarrollo de la habilidad genérica del golpeo, la progresión con diferentes tareas motrices y el juego cooperativo y/o competitivo son los ejes de progreso fundamentales de las distintas etapas de aprendizaje.

Palabras Clave: Tenis playa, metodología, didáctica, iniciación deportiva.

Abstract:

Beach tennis is a racket and paddle sport, which combines tennis and beach volleyball. Its most notable feature is that the game is developed on a sand surface. Beach tennis is an emerging sport that needs specific methodological orientations. In its initiation stage, basic aspects related to the teaching-learning process must be specified, depending on the level of difficulty of the tasks. The objective of this didactic proposal is to establish a logical sequence of tasks for beginners, based on different tasks developed on artificial or natural playing surfaces. The individual exploration of the mobile and the implement, the development of the beating skill, the progression with different motor tasks and the cooperative and/or competitive game are the fundamental axes of progress of the different stages of learning.

Key Words: Beach tennis, methodology, didactic, sports initiation.

1. INTRODUCCIÓN

El tenis playa es un deporte en donde se conjuga el tenis y el vóley playa (Ochiana, 2013). Esta disciplina se puede considerar una variante del tenis, pero con unas particularidades y un reglamento de juego adaptado a la especificidad de su práctica (ITF, 2019), ya que se desarrolla sobre una superficie de arena, con una pala de forma y dimensiones estandarizadas, y con una pelota de baja presión (Sánchez-Alcaraz y Gómez-Mármol, 2013).

En la actualidad, el tenis playa se practica en más de 25 países, con una participación que supera los 10 millones de jugadores (Lévi, 2009), disputándose incluso un circuito de competición a nivel mundial regulado por la International Tennis Federation (ITF).

Por sus características de juego el tenis playa puede considerarse como un deporte para todos (Lehman, 1987), como consecuencia de ser una disciplina que permite adaptar su práctica a cualquier persona, con independencia de su edad, género nivel de condición física e incluso discapacidad física o intelectual, de manera similar a otros deportes de raqueta y pala (Pradas y Herrero, 2015).

Si analizamos el desarrollo de su juego, se puede destacar como aspecto muy relevante que es el único deporte de raqueta y pala en donde no se permite que exista un rebote de la pelota sobre la superficie de juego. Ante esta dinámica de juego, los jugadores deben mantener toda su atención en reaccionar ante un móvil que se desplaza sobre una red elevada, y en donde los desplazamientos se encuentran limitados por la resistencia que ofrece la superficie de juego.

En este sentido, hay que mencionar que el tenis playa, como actividad deportiva, destaca por sus características y circunstancias de juego, considerándose como muy interesantes para ser trabajadas en diferentes etapas educativas, ya que:

- Es de fácil aprendizaje en su iniciación.
- No necesita de un gran espacio porque puede adaptarse a espacios reducidos.

- Puede realizarse sobre cualquier superficie de juego e incluso en espacios con arena artificial.
- El desarrollo de su juego no encierra peligro alguno para la integridad física de sus practicantes.
- Resulta muy interesante para desarrollar la condición física, las habilidades perceptivo-motrices y diferentes destrezas psicológicas como la concentración y la atención.
- Despiertan entre los participantes una elevada motivación al desarrollarse sobre una superficie de juego inestable.

A nivel didáctico, para realizar un adecuado proceso de iniciación deportiva al tenis playa, la mediación del entrenador, monitor o docente será esencial. Su intervención se deberá centrar en el planteamiento de diferentes situaciones motrices lógicas y progresivas, en donde se evolucione por el espacio, mediante la utilización de un móvil y un implemento como elementos pedagógicos esenciales (Pradas y Herrero, 2015). A continuación, se realizará un tratamiento más específico de los contenidos, utilizando como fundamentos básicos de aprendizaje los tres tipos de contacto pala-pelota que caracterizan a esta disciplina deportiva: golpes en potencia, con efecto y amortiguados. Por último, se aplicará todo lo aprendido sobre la arena (natural y/o artificial).

2. ASPECTOS BÁSICOS DEL PROCESO DE ENSEÑANZA

La enseñanza del tenis playa, de manera similar a como se plantea en el resto de deportes de raqueta y pala, debe abandonar una metodología de enseñanza centrada en estilos más tradicionales, dirigidos exclusivamente a un conocimiento exhaustivo de la técnica gestual, para orientarse hacia un proceso didáctico en donde la exploración del medio y de los materiales, a través del planteamiento de diferentes juegos y formas jugadas, sean las situaciones elementales de aprendizaje (Pradas, 2004).

Para realizar una adecuada iniciación al deporte del tenis playa, resulta imprescindible diseñar una programación didáctica en donde se organicen y secuencien los contenidos de enseñanza de forma adecuada en cuanto a nivel de dificultad y complejidad (Pradas, Herrero y Beamonte, 2015). Sin lugar a dudas, el proceso de enseñanza-aprendizaje deberá estar fundamentado en la utilización de aquellos elementos de juego que intervienen en la práctica de este deporte, es decir:

- Un implemento, que puede ser de diferente forma, tamaño y material.
- Un móvil, que puede variar en cuanto a tamaño, peso y composición.
- Un espacio de juego, fijo o variable en cuanto a altura, longitud y anchura, para evolucionar por él y que puede ser dividido en diferentes zonas de práctica.
- Una superficie de juego, de carácter estable, con unas dimensiones y formas libres o estandarizadas y que puede ser delimitado a modo de red.
- Uno o más rivales en función del tipo de juego que se organice, ya sea cooperativo y/o competitivo.

A nivel didáctico, se debe realizar un adecuado proceso de enseñanza que suponga una adherencia al aprendizaje a través de situaciones motrices motivantes. Es decir, se debe captar la atención de los participantes a través de generar actividades o tareas motrices que generen incertidumbre, tal y como sucede tras la ejecución de cada golpeo, en donde se debe apreciar la posible trayectoria del móvil y su posterior emplazamiento en la pista. Estas características pueden considerarse como unos de los aspectos más relevantes que constituyen la clave de la diversión, del éxito y por ende del aprendizaje (Pradas y Herrero, 2015). En esta singularidad radica el punto de partida para diseñar las formas jugadas en el tenis playa.

En este sentido, será necesario diseñar los contenidos de aprendizaje en secuencias lógicas de enseñanza, en donde se tenga en consideración dos características clave como son la edad y la experiencia del grupo al que se van a dirigir las actividades formativas. Hay que tener en consideración que la edad

biológica es una variable fundamental en este proceso, ya que ofrece una información muy sensible y relevante acerca del estado de maduración y de desarrollo motor, que influirá de manera directa sobre la habilidad que puede tener el alumnado (Pradas y Herrero, 2015).

Teniendo en consideración estas dos variables pedagógicas, se podrán diseñar, planificar e incorporar tareas y situaciones motrices acordes, en cuanto a nivel de complejidad (Tabla 1), en donde se vayan relacionando progresivamente a los diferentes elementos de juego del tenis playa (móvil, implemento, espacio, dinámica y superficie), junto al nivel de dificultad (alto o bajo).

Tabla 1. Nivel de dificultad de los elementos de juego en tenis playa.

<i>Elementos de Juego</i>	<i>Nivel de dificultad</i>	
	Bajo	Alto
Móvil	Mayor tamaño Material blando con rebote lento Sin efecto	Menor tamaño Material compacto con rebote rápido Con efecto
Implemento	Mayor superficie de contacto Superficie de golpeo próxima a la mano	Menor superficie de contacto Superficie de golpeo alejada de la mano
Espacio	Amplio No delimitado Sin red	Reducido Delimitado Con red
Dinámica	Sin desplazamiento Trayectoria sin efecto Con un contacto previo indirecto de adaptación antes del golpe definitivo Individual Actividades con mayor tiempo de ejecución y reacción	Con desplazamiento Trayectoria con efecto (cortado, liftado o lateral) Sin contacto previo con golpeo directo Con compañero o adversario Actividades con menor tiempo de ejecución y reacción
Superficie	Grande No determinada y de escasa precisión No dividida mediante una red	Pequeña Determinada y de gran precisión Dividida mediante una red

Nota. Modificado de Pradas y Herrero (2015).

Teniendo en consideración los elementos de juego y niveles de dificultad que aparecen en la Tabla 1, se pueden diseñar situaciones de aprendizaje que se orienten hacia el desarrollo de (Herrero, Pradas y Beamonte, 2009):

- Juegos con los elementos propios de este deporte (móvil e implemento).
- Juegos en donde se produzcan golpes en profundidad y altura (altos y bajos, cortos y largos, con y sin efecto).
- Juegos en donde se realicen golpes contra superficies estáticas (pared, redes inclinadas con rebote).
- Juegos en donde se efectúen los golpes con la intencionalidad de superar elementos de división dispuestos en el espacio de juego (bancos, vallas, cuerdas, redes o elásticos),
- Juegos de apreciación de diferentes tipos de trayectorias en donde se efectúen golpes que produzcan efectos.
- Juegos de puntería dirigidos a determinadas zonas.
- Juegos de destreza diseñados en forma de recorridos o circuitos de habilidad.

El éxito de estas actividades dependerá en gran medida de la creatividad que posea el entrenador, docente o monitor para diseñar y plantear las diferentes tareas posibles de aprendizaje atendiendo a los materiales disponibles (Herrero, Pradas y Díaz, 2004).

3. LA INICIACIÓN DEPORTIVA EN EL TENIS PLAYA

El proceso de iniciación al tenis de playa debe decantarse por el desarrollo de una metodología centrada en el planteamiento de multitud de experiencias motrices, a través de la realización de diferentes juegos y formas jugadas, en donde el fundamento principal sea la exploración de los espacios y los materiales (Pradas, 2004).

El objetivo principal de este tratamiento didáctico es el de proponer a los docentes tareas motrices lúdicas y motivantes, como herramienta básica para

la construcción de situaciones de aprendizaje que ayuden en la iniciación a conocer y practicar este deporte.

La propuesta metodológica que se presenta a continuación, para la iniciación al tenis playa, se encuentra diferenciada en tres grandes bloques de trabajo:

- Formas jugadas a desarrollar fuera de la pista de arena.
- Formas jugadas que se realizan en la pista de arena.
- Formas jugadas modificando la superficie de la pista de arena.

Como regla general, para la enseñanza del tenis playa, realizaremos una adaptación de la secuencia lógica de tareas de aprendizaje del modelo desarrollado para el tenis de mesa por Pradas (2002). Las tareas motrices planteadas se secuencian de la siguiente manera:

a) Inicialmente el alumno explora de manera individual las diferentes posibilidades del móvil (lanzamientos, recepciones, equilibrios, rebotes, rotaciones, etc.). Más tarde, se incorpora el implemento para empezar a experimentar el contacto pala-pelota en situaciones que impliquen motrizmente una muy baja complejidad de ejecución.

b) Posteriormente aparece la habilidad genérica del golpeo. El alumno se encontrará en una situación más o menos estable, interactuando con el móvil mediante golpes libres con el implemento. Seguidamente, se incorporan los golpes contra diferentes tipos de superficies (pared, suelo, etc.), de amplias dimensiones y en donde se realice esta habilidad tras un número determinado de rebotes.

c) A continuación se plantean tareas en donde alumno y objeto se encuentren ambos en movimiento con situaciones motrices más dinámicas en el contacto pala-pelota y de mayor complejidad (circuitos de habilidad, recorridos, etc.), con un menor número de botes o ya sin ninguno.

d) Por último, se diseñan tareas con compañero (juego cooperativo) o con adversario (juego competitivo), según sea el objetivo perseguido, en espacios

limitados y con superficies de juego de reducidas dimensiones divididas mediante una red.

4. MODELO DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE

Atendiendo a los bloques y pautas de trabajo establecidas en el apartado anterior, se presenta una progresión de ejercicios y actividades que podemos realizar para la enseñanza del tenis playa.

FORMAS JUGADAS A DESARROLLAR FUERA DE LA PISTA DE ARENA

1. Familiarización: juegos de adaptación a la pelota y la pala.

En este apartado se plantean situaciones didácticas que se utilizan en el aprendizaje del tenis playa, a través de multitud de juegos a realizar fuera de la pista de arena. Los juegos y formas jugadas que se plantean se encuentran centrados en la realización de tareas motrices que impliquen el desarrollo de la coordinación, agilidad y el equilibrio, entre otras habilidades. La utilización de manera conjunta de los elementos específicos de juego, la pelota y la pala, irán progresivamente adquiriendo mayor relevancia junto con el uso de otros materiales. La familiarización se desarrollará a través de la realización de:

- Juegos de adaptación a la pelota. Se plantean diferentes situaciones motrices de familiarización al móvil, que puede ser de distinto tamaño, textura y peso, para reconocer trayectorias, rodamientos, rebotes y cualquier otro tipo de actividad que permita utilizar únicamente este elemento de juego.
- Juegos de adaptación a la pala. Se diseñan tareas motrices en donde intervengan los dos elementos, implemento y móvil. Siguiendo con la tendencia anteriormente planteada, se pueden utilizar diferentes tipos de móviles y de implementos, que en este caso pueden ser genéricos (implementos con cordajes) o más específicos (sin cordaje) que simulen ya situaciones más reales.
- Juegos de adaptación a la superficie de juego. En esta etapa ya se realizan todos los golpes básicos en las tres dimensiones posibles de movimiento

(alto, ancho y largo). Las situaciones motrices planteadas pueden realizarse estáticas, con menor nivel de complejidad, o dinámicas, de mayor complejidad, incorporando cuando así sea posible un compañero o adversario, diseñando situaciones que requieran alcanzar un reto de manera cooperativa, o vencer a un rival de manera más competitiva.

2. Control y dominio del contacto pala-pelota: juegos de exploración, destreza, recorridos, circuitos y trayectorias.

En este apartado se pretende conocer la reacción que produce el contacto de la pala sobre la pelota, es decir, se incorpora la habilidad del golpeo, utilizando todo el abanico posible de experiencias motrices que implique el desarrollo de esta habilidad motriz. Se pretende en este nivel de aprendizaje que se vayan descubriendo las diferentes trayectorias que se originan al realizar golpes ante superficies determinadas para ir evolucionando hacia una mayor libertad de ejecución. En esta etapa se desarrollarán:

- Juegos de control y dominio del rebote de la pelota sobre la pala: exploración y destreza. Se realizan todo tipo de tareas que impliquen explorar las posibilidades de los diferentes golpes básicos, en situaciones que exijan movimientos corporales a la vez que se ejecutan diferentes tipos de golpes, o en actividades de mayor complejidad como la realización de actividades que impliquen hacer series de relevos o juegos que hagan necesario efectuar un número determinado de golpes (un único golpe o una combinación de diferentes golpes), ya sea en solitario o en colaboración de uno o más compañeros.
- Juegos de control y dominio del rebote de la pelota sobre la pala: recorridos y circuitos. En esta situación motriz se pueden diseñar recorridos por zonas determinadas en donde deban efectuar algún tipo de golpeo, además de otro tipo de habilidades, como pueden ser de equilibrio y coordinación, o realizar circuitos establecidos en donde se debe realizar una serie de estaciones o postas en un orden establecido para evolucionar por el espacio, ya sea por tiempo o efectuando un número determinado de

repeticiones de cada actividad. Atendiendo al nivel de habilidad de los participantes y de la imaginación del entrenador o docente, el diseño de estas situaciones pueden aumentarse en dificultad, diseñando situaciones que exijan mayor dominio o más exigentes desde el punto de vista de la condición física.

- Juegos de control y dominio del rebote sobre la pala: apreciación de trayectorias y efectos. En esta última etapa se incorporan cualquier tipo de golpeo en las que existan situaciones de cancha dividida de manera individual, parejas o grupal. Se inicia la apreciación de trayectorias con golpes que impliquen efectuar rotaciones sobre la pelota.

FORMAS JUGADAS QUE SE REALIZAN EN LA PISTA DE ARENA

Es importante en esta etapa perseguir un aprendizaje elemental de los diferentes gestos técnicos, ya que nos permitirán un mayor disfrute de la actividad. Los elementos técnicos básicos considerados son el saque, el golpe de volea de derecha, el golpe de volea de revés y los desplazamientos específicos. Todas las actividades planteadas se iniciarán con la ejecución de un saque plano, por debajo de la cintura o por encima de la cabeza (su ejecución no será estrictamente reglamentaria), para familiarizarse con esta técnica elemental de juego.

1. Familiarización con la técnica: juegos utilizando la pista de arena.

En este nivel de aprendizaje se realizan los gestos técnicos, pero adaptados en una pista de arena, aprendiendo a reaccionar a la respuesta que ofrece esta superficie, debido a la resistencia que ofrece la arena al desplazamiento y al no existir un rebote de la pelota sobre la pista de juego. Algunos de los aspectos más importantes que se aprenden a dominar en esta fase, son los desplazamientos, la dosificación de la fuerza de impacto sobre la pelota, la precisión en la ejecución de los golpes y la ubicación de la pelota en las diferentes zonas de la pista.

2. Familiarización con la técnica: juegos recreativos sobre la superficie de arena.

Aun cuando desde el aprendizaje hay que exigir cierta seriedad, el periodo de iniciación sigue siendo “de juego”, durante el cual los elementos técnicos son efectuados y aprendidos en el marco de unos ejercicios con un elevado componente y orientación hacia la diversión y el disfrute.

FORMAS JUGADAS MODIFICANDO LA SUPERFICIE DE LA PISTA DE ARENA

De entre las diferentes actividades que podemos realizar en la iniciación deportiva al tenis playa, cabe destacar como muy atractivas y motivantes las propuestas desarrolladas en donde se varía la altura de la red, así como las dimensiones de la pista. Para poder realizar este tipo de formas jugadas es indispensable que los materiales que delimitan la pista de juego permitan su separación y modificación de longitudes, ya que sus posibilidades didácticas son mucho mayores. Previamente a la realización de estos juegos es aconsejable que el alumnado haya adquirido un nivel elemental de los fundamentos técnicos de base de este deporte.

La propuesta didáctica presentada es un planteamiento centrado en la experimentación, que permite poder incorporar este novedoso deporte a cualquier nivel educativo, siendo un contenido que se puede abordar en la clase de Educación Física, como una disciplina más dentro de la familia de los deportes de raqueta y pala. El tenis playa, por sus características de juego ofrece nuevas posibilidades de movimiento, en una situación diferente como es desplazarse sobre arena, pudiendo convertirse en una nueva posibilidad de promover la realización de actividad física.

5. CONCLUSIONES

La propuesta didáctica presentada es un planteamiento centrado en la experimentación, que permite poder incorporar este novedoso deporte a cualquier nivel educativo, siendo un contenido que se puede abordar en la clase de Educación Física, como una disciplina más dentro de la familia de los deportes de raqueta y pala.

El tenis playa, por sus características de juego ofrece nuevas posibilidades de movimiento, en una situación diferente como es desplazarse sobre arena, pudiendo convertirse en una nueva posibilidad de promover la realización de actividad física.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Herrero, R., Pradas, F. y Beamonte, A. (2009). El juego y las formas jugadas en tenis de mesa. En F. Pradas (Ed.), *Metodología del tenis de mesa. Aproximación multidisciplinar y su didáctica*, pp. 99-113. Sevilla: Wanceulen.
2. ITF (2019). Rules of beach tennis. <https://www.itftennis.com/media/1464/rules-of-beach-tennis.pdf>
3. Lehman, A. (1987). Iniciación al tenis de mesa. *Revista de Entrenamiento Deportivo*, vol. I, nº 4-5, 12-19.
4. Lévi, F. (2009). Panorama sobre el tenis playa. *Coaching and Sport Science Review*, 16(47), 20.
5. Ochiana, N. (2013). Free times activities-Racquet Sports. Rumanía: Pim.
6. Pradas, F. (2002). De la iniciación al perfeccionamiento en el juego de dobles. Un caso práctico en tenis de mesa. En D. Cabello (Ed.), *Fundamentos y enseñanza de los deportes de pala y pala*, pp. 95-110. Granada: Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Universidad de Granada.
7. Pradas, F. (2004). Fundamentos técnicos de los deportes de pala y pala. En G. Torres, *La práctica de los deportes de pala y pala durante toda la vida: educación, competición y ocio*, pp. 13-20. Granada: Instituto de Estudios Ceuties.
8. Pradas, F. y Herrero, R. (2015). La iniciación deportiva. En F. Pradas (Ed.), *Fundamentos del tenis de mesa. Aplicación al ámbito escolar*, pp. 145-175. Murcia: Universidad de Murcia. Servicio de publicaciones.
9. Pradas, F., Herrero, R. y Beamonte, A. (2015). Juegos en la mesa para la etapa escolar. En F. Pradas (Ed.), *Fundamentos del tenis de mesa. Aplicación*

al ámbito escolar, pp. 179-202. Murcia: Universidad de Murcia. Servicio de publicaciones.

10. Sánchez-Alcaraz, B. J. y Gómez-Mármol, A. (2013). Estructura temporal y análisis de las acciones de juego en tenis playa. *AGON International Journal of Sport Sciences*, 3(2), 68-74.