

LOS DEPORTES DE RAQUETA EN EDUCACIÓN FÍSICA

ESPORTES DE RAQUETE NA EDUCAÇÃO FÍSICA

RACKET SPORTS IN PHYSICAL EDUCATION

Francisco Pradas de la Fuente

Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte por la Universidad de Granada, España.

Profesor de la Universidad de Zaragoza, España.

Grupo de investigación Entrenamiento Físico y Rendimiento Deportivo.

franprad@unizar.es

RESUMEN

En España la Educación Física se orienta hacia el desarrollo de las capacidades y habilidades que perfeccionen y aumenten las posibilidades de movimiento de los alumnos, hacia la profundización del conocimiento de la motricidad, y asumir actitudes, valores y normas con referencia al cuerpo y a la conducta motriz.

Las posibilidades que ofrece esta asignatura, en la educación básica y secundaria, para plantear y poner en marcha nuevas experiencias docentes con la intención de integrar e implicar a los alumnos en mayor medida son infinitas. La amplitud y pluralidad de su currículo permite "per se" la incorporación en el aula de nuevos métodos y formas de afrontar los contenidos, diseñando una Educación Física llena de recursos y alternativas que doten su enseñanza de una mayor calidad.

Tradicionalmente el deporte ha sido utilizado como un medio educativo, más con el objetivo de ampliar las actividades que potencialmente se pueden desarrollar en la clase de Educación Física. Resulta evidente pensar, y es comúnmente aceptado, que el deporte es un

contenido con una gran relevancia, fundamental en la enseñanza y el aprendizaje de la Educación Física. Además, el deporte escolar es un elemento capaz de proporcionar un contexto de alto potencial educativo para la adquisición de valores y desarrollo de actitudes.

La enorme expansión de la actividad física y el deporte, han contribuido al crecimiento imparable de los deportes de raqueta, convirtiéndose en una clara alternativa al deporte tradicional que se ha practicado durante el siglo XX. En los últimos años los deportes de raqueta y pala, en especial el tenis y el bádminton, se han incorporado al ámbito educativo, siendo considerados en la actualidad como deportes de práctica muy popular, con un tratamiento didáctico propio, y que son utilizados como un medio en el proceso de enseñanza-aprendizaje de la Educación Física.

Los deportes de raqueta y pala, aplicados al ámbito escolar, constituyen una actividad física y deportiva ideal como alternativa a la monotonía de algunos programas educativos, a veces repetitivos y por ello poco motivadores, que suelen ofrecer siempre los mismos deportes y actividades.

Este tipo de deportes presentan en todas sus modalidades, principios comunes de acción para la resolución de un problema similar como golpear un móvil, en donde los procesos mentales cognitivos, así como la percepción y la decisión juegan un papel importante. A pesar de presentar las diferencias propias de cada especialidad deportiva, todos ellos tienen (con ligeras modificaciones) los mismos fundamentos técnicos generales, utilizados con la intencionalidad de golpear un móvil (con gestos defensivos u ofensivos), mediante un implemento (raqueta), con el principio táctico concreto de dirigir el móvil hacia un espacio libre, lejos del oponente, como regla más elemental de juego, si el objetivo perseguido es competitivo, o mantenerlo en juego el mayor tiempo posible, si el objetivo es cooperativo.

PALABRAS CLAVE: deportes de raqueta y pala, educación física, experiencia didáctica.

RESUMO

A Educação Física na Espanha é voltada para o desenvolvimento das capacidades e habilidades melhoradas e aumentar as possibilidades de circulação de estudantes, para aprofundar o conhecimento do motor, e assumir atitudes, valores e normas com referência ao corpo e à condução do comportamento.

O potencial deste assunto para propor e implementar novas experiências de ensino, com o objetivo de integrar e envolver os alunos a mais, são quase infinitas. A amplitude e pluralidade do currículo na sala de aula permitem "per se" incorporar novos métodos e

formas de lidar com o conteúdo, a concepção de uma Educação com alternativas que dotam o ensino de maior qualidade.

O desporto tem sido tradicionalmente usado como um meio de educação mais, com o objetivo de ampliar as atividades que potencialmente podem ser desenvolvidas na aula de educação física. É um pensamento claro, e é comumente aceito que o desporto é um conteúdo altamente relevante, essencial no ensino e aprendizagem da Educação Física. Além disso, o esporte é um elemento capaz de proporcionar um contexto de elevado potencial educacional para o desenvolvimento de valores e atitudes.

A enorme expansão da atividade física e do desporto tem contribuído para o crescimento imparável de esportes de raquete, tornando-se uma alternativa clara para esporte tradicional que tem sido praticada no século XX. Nos últimos anos, desportos de raquete e pá, especialmente tênis e badminton, juntaram-se à esfera educacional, sendo considerado actualmente como esportes de prática muito popular no seu próprio tratamento didático, e que são utilizados como um significado no processo de ensino e aprendizagem da Educação Física.

Esportes de raquete aplicada ao ambiente escolar são atividades físicas ideais como uma alternativa para a monotonia de alguns programas educativos, por vezes, demasiado ou um pouco repetitivos e, portanto, os esporte de raquete motivam, diante do que geralmente oferecem sempre os mesmos esportes e atividades.

Esses esportes têm em todas as suas formas uns princípios comuns de ação para a resolução de um problema semelhante, atingindo um móvel, onde os processos mentais cognitivos, a percepção e a decisão desempenham um papel extremamente importante. Apesar de apresentar as características de cada esporte diferenças de especialidade, todos eles têm (com ligeiras modificações), os mesmos fundamentos técnicos gerais, usados com a intenção de acertar um movimento (gestos ofensivos ou defensivos), usando um implemento (raquete) concreto para bater e dirigir um móvel a um espaço livre, longe do oponente, como a maioria das regras elementares do jogo, se o objetivo é competitivo, ou continuar a jogar o maior tempo possível, se o objetivo é cooperativo.

PALAVRAS-CHAVE: esportes de raquete, educação física, experiência didática.

ABSTRACT

In Spain, physical education is oriented towards the development of abilities that increase the opportunity of student's movement, deepening on knowledge about motricity, and assume attitudes, values and norms related to body and motor behavior.

The possibilities offered by this subject to raise and implement new teaching experiences with the intent to integrate and involve students are almost endless. The breadth and plurality of the curriculum allow the incorporation of new methods and ways of dealing with content, designing a resourceful Physical Education, which provide a better teaching quality.

Traditionally, sport has been used as an educational method, with the aim of extending the number of activities that potentially can be developed in physical education classes. Sport is a fundamental content in the teaching and learning of physical education. Moreover, sport is an element capable of providing contexts with high educational possibilities for acquiring values and developing attitudes.

The huge expansion of physical activity and sports has contributed to the unstoppable growth of racket sports, becoming a clear alternative to traditional sports, practiced in the 20th century. In recent years, racket sports, especially tennis and badminton, have joined the educational field, they have been considered as popular sports, with its own didactic treatment, and have been used as a tool or medium in teaching and learning of Physical Education.

Racket sports, applied to the school environment, are an ideal physical activity and an alternative to some sport educational programs, sometimes too repetitive and monotonous.

These sports characterized by some common principles of action to solve a similar problem, hitting a moving, where the cognitive processes play an extremely important role. All these sports (with slight modifications) have the same general technical fundamentals, which are used with the intention of hitting an object (in a defensive or offensive way). using an implement (racket), with the concrete tactical principle of driving the moving object to the free space away from the opponent, if the objective is competitive; or keeping it in play as long as possible, if the goal is cooperative.

KEYWORDS: racket sports, physical education, didactic experience.

REFERENCIAS

1. Cabello, D. (2002). Análisis de los fundamentos básicos de los deportes de raqueta y pala. Hacia una iniciación conjunta. En D. Cabello (Ed.), *Fundamentos y enseñanza de los deportes de raqueta y pala* (pp. 13-21). Granada: Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Universidad de Granada.
2. Cabello, D., & Torres, G. (2004). Fundamentos técnicos de los deportes de raqueta y pala. En G. Torres (Ed.), *XVI Edición de los cursos de verano de la Universidad de Granada en Ceuta. La práctica de los deportes de raqueta y pala durante toda la vida: educación, competición y ocio*. Albolote: Instituto de Estudios Ceutíes.
3. Castejón, F. J., & López V. (2002). Consideraciones metodológicas para la enseñanza y el aprendizaje del deporte escolar. *Tándem: Didáctica de la Educación Física*, 7, 42-55.
4. Gutiérrez, M. (1995). *Valores sociales y deporte*. Madrid: Gymnos.
5. Louis, E. (1993). Tennis. Tennis de table. Badminton. traitement didactique transversal. *EPS Education Physique & Sport*, 242, 62-64.
6. Pradas, F. (2004). Fundamentos técnicos de los deportes de raqueta y pala. En G. Torres (Ed.), *XVI Edición de los cursos de verano de la Universidad de Granada en Ceuta. La práctica de los deportes de raqueta y pala durante toda la vida: educación, competición y ocio*. Albolote: Instituto de Estudios Ceutíes.
7. Pradas, F., de Teresa, C., & Vargas, M. C. (2005). Evaluation of the explosive strength and explosive elastic forces of the legs in high level table tennis players. *Sport Science Research*, 26(3), 80-85.
8. Pradas, F., Rapún, M., Castellar, C., & Juvillá, F. (2012). De los patines en el aula a los esquís en la nieve: una progresión al esquí de fondo mediante el uso del roller ski en Primaria. *Tándem: Didáctica de la Educación Física*, 12(38), 101-111.