



Aprendizaje motor y enseñanza de los golpes básicos de tenis para niños y niñas de 3 y 4 años

Carlos Avilés^a, Sergio Las Heras & Abraham Ávila

^a Universidad Complutense de Madrid, España

RESUMEN

Este artículo reivindica un enfoque menos directivo de la enseñanza del tenis. Nuestra propuesta didáctica se divide en tres etapas complementarias y progresivas. La primera promueve, en mayor medida, que el niño explore los ambientes de aprendizaje y descubra su motricidad; la segunda es una fase intermedia de gran variedad de práctica en la que el niño experimenta diferentes maneras de actuar y de golpear; y la última está destinada a que cada niño encuentre de forma natural sus propios movimientos y golpes preferidos.

Palabras clave: adquisición, enseñanza no directiva, pedagogía no lineal

Recibido: 24 Septiembre 2018

Aceptado: 20 Noviembre 2018

Autor correspondiente:

Carlos Avilés, Universidad Complutense de Madrid.

Correo electrónico:

caviles@pdi.ucm.es

INTRODUCCIÓN

En los clubes de tenis es frecuente ver a niños de Educación Primaria dar sus primeros golpes con redes, raquetas y pelotas adaptadas a sus características evolutivas. Pero qué ocurre si al comienzo de la temporada el director nos asigna un grupo de alumnos de 3 y 4 años. Esto supone un gran reto, ya que en general, no estamos preparados o desconocemos cómo estimular a nuestros pequeños para que desarrollen su motricidad general y aprendan los golpes básicos del tenis. De este desconocimiento surgen algunas cuestiones que necesitan respuestas. Este escrito es fruto de nuestra experiencia práctica con niños de Educación Infantil y se apoya en los conocimientos actuales sobre el aprendizaje motor. Tiene como objetivo incitar a los profesores de clubes y colegios a programar sus clases con actividades lúdicas que respeten el desarrollo psico-evolutivo de los niños.

La adquisición de un nuevo movimiento es un proceso de cambios complejos, no lineal, y dinámico, ya que la interrelación de múltiples variables o constreñimientos (constraints) hacen surgir un modo de coordinación motriz particular (Newell, 2016).

El proceso de aprendizaje no sigue un progreso lineal y muchos constreñimientos lo pueden afectar ya que no existe una única causa de los cambios. Por tanto, para que un niño aprenda a golpear, el profesor deberá diseñar situaciones de aprendizaje en las cuales se modifiquen estos constreñimientos.

Es crucial que el profesor proporcione retroalimentaciones positivas a los niños y les haga entender que el error es algo normal en un enfoque centrado en el proceso de aprendizaje. Además, la lateralidad de los niños de 3 y 4 años no está consolidada y, aunque manifiestan su preferencia manual, es habitual verlos cambiar la raqueta de una mano a la otra para golpear. Al comienzo reducen la amplitud de sus movimientos y se observa una rigidez muscular, la que les ayuda a sentirse más seguros y a un mejor control motor.

Durante mucho tiempo el método de enseñanza tradicional del tenis ha consistido en repetir el mismo golpe de forma continua y mecánica, con el objetivo de reproducir el modelo técnico ideal en situaciones de práctica descontextualizadas (Crespo, 2009). Por el contrario, nosotros fomentamos una enseñanza menos directiva, menos instructiva, individualizada, y que preserve la necesidad de espontaneidad y de exploración que siente cada niño. El enfoque tradicional de enseñanza

centrada en la técnica y la especialización temprana no son lo más idóneo para un correcto aprendizaje motor

PROPUESTA DIDÁCTICA

Nuestra propuesta se apoya en el planteamiento metodológico del Equipo de asesores pedagógicos en EPS del Bajo Rin (2015), el cual fue diseñado para las clases de Educación Física de niños de 2 a 6 años. Nosotros lo hemos adaptado para la enseñanza de las habilidades motrices que incluyen los golpes básicos del tenis para niños de 3 y 4 años (tabla 1).

Su idea eje es que el niño, durante su aprendizaje, pase por tres etapas en momentos temporales que no son permanentes. En nuestro modelo, el proceso de experimentación y selección motriz se produce gradualmente como la forma de un embudo, va de lo más variado y divergente a lo más específico y convergente.

1ª Exploración	2ª Diversificación	3ª Estructuración
El profesor organiza y acondiciona las diferentes zonas de juego. Anima al niño a que descubra sus movimientos espontáneos.	El profesor organiza, modifica y relanza las situaciones de aprendizaje para que el niño actúe de varias maneras y tenga experiencias diferentes.	El profesor organiza las actividades y guía al niño para que adquiera los comportamientos esperados o más específicos.
El niño explora el entorno. Decide a qué, cómo, cuándo y cuánto jugar.	El niño se adapta, decide cómo jugar y cómo resolver los problemas motores planteados.	El niño selecciona de forma natural los gestos más apropiados y precisos para él.
Juegos y habilidades motrices: recepciones, lanzamientos, carreras, giros, golpes sin y con implemento, saltos, etc.	Juegos y habilidades motrices: golpes básicos del tenis (a una y a dos manos, con diferentes materiales, sin y con desplazamiento, etc.).	Juegos y habilidades motrices: golpes básicos del tenis (los preferidos o específicos de cada niño).
<i>Ejemplo:</i> diez niños juegan libremente en los diferentes ambientes de aprendizaje. En el rincón de los globos, un niño descubre que puede golpear con éxito los globos con la palma de su mano.	<i>Ejemplo:</i> el profesor prepara varias rampas con diferentes ángulos de inclinación. El niño pone la pelota en la rampa para golpearla y dirigirla hacia unos conos. Así, los niños pueden golpear de derecha de varias maneras: con bote, sin bote, con una pala a una mano, con una raqueta a dos manos, etc.	<i>Ejemplo:</i> en una situación de cooperación, dos niños pelotean por encima de la mini-red con una pelota de bote lento. Uno de ellos siempre prefiere golpear su derecha con un bote. El otro también, pero a veces la golpea tras el segundo bote, lo que indica que su golpe está en proceso de estructuración.

Tabla 1. Propuesta didáctica por etapas adaptada para clubes y colegios.

golpeos, especialmente en las dos primeras etapas, hasta llegar a una tercera donde utilizará los movimientos que le serán más naturales y eficientes para él.

ORIENTACIONES METODOLÓGICAS POR ETAPAS Y EJEMPLOS PRÁCTICOS

Primera exploración:

Para una parte de la clase, el profesor crea situaciones motivantes y seguras que inviten al niño a descubrir sus posibilidades de acción. Su objetivo es que en ellas emerjan espontáneamente los movimientos de cada niño, ya que el propio alumno elige voluntariamente a qué jugar. Ejemplo: el profesor crea cinco rincones o ambientes de aprendizaje con materiales en diferentes áreas que ocupan la mitad de la pista. En la otra mitad estarán ya montadas las mini-redes para la otra parte de la clase o para rotaciones eventuales. Estos rincones de práctica espontánea tendrían los siguientes materiales: 1) pelotas blandas para golpes con pala, 2) obstáculos y cintas elásticas que incitan a saltar, 3) disfraces para jugar a los piratas, 4) aparato musical para bailar y cantar, 5) colchonetas para que los niños descansen o jueguen, sin forzarlos a participar

Segunda diversificación:

El profesor transforma las situaciones y da nuevas directrices para que los niños actúen de varias maneras. Menciona el objetivo de la tarea, pero no da la solución de antemano: "la meta del juego es golpear la pelota por arriba de la red y darle al muñeco, pero sin decir cómo hacerlo". El profesor prepara materiales para que los niños golpeen de varias formas, por ejemplo, para el golpe de revés: la utilización de una funda de plástico que estimula el golpeo con una mano, luego una pala y después una raqueta que incita a golpear a dos manos.

El profesor también puede plantear preguntas sencillas a los niños y utilizar muchas analogías para estimular la creatividad y asociación de ideas en la resolución del problema: pedir a los niños golpear las pelotas de fuego con trayectorias "similares a un arco iris" si el objetivo es que aprendan a diferenciar las diferentes alturas (Atencio, Chow, Tan y Lee, 2014, p. 8). También, es muy útil hacer rotaciones; el profesor A estimula la motricidad general del subgrupo A en una parte amplia de la pista con actividades lúdicas: rincones, ambientes de aprendizaje, juego libre, juego simbólico, canciones, juego dirigido, etc.; mientras, el profesor B enseña los golpes básicos al subgrupo B con un circuito motor para que los niños, después de golpear, tengan menos tiempo de espera

El niño experimenta muchos tipos de habilidades motrices y



Tercera estructuración:

El profesor organiza y guía las situaciones para que el niño tome consciencia de sus movimientos preferidos o más específicos. Estos son golpes o formas de golpear que el propio niño ha elegido después de un proceso de práctica y no son impuestos de forma autoritaria. Aunque el profesor tenga un modelo técnico ideal, no debería dar instrucciones técnicas específicas. La consigna más importante será el objetivo de la tarea a alcanzar, ya que será lo que dirigirá la acción del niño. No debemos abusar de la verbalización como en la enseñanza tradicional, sino que debemos dar instrucciones oportunas, simples y con un lenguaje divertido para los niños. Se pueden plantear secuencias de acciones sencillas en las pistas: primero golpe de revés, luego golpe de derecha a media pista, para terminar con una volea fácil muy cerca de la red. También se puede estimular el peloteo y situaciones adaptadas de cooperación o de intercambio de golpes.

PAUTAS DE IMPLEMENTACIÓN

1) Las etapas deben ser flexibles; para un mismo grupo de niños se podrían mezclar dos de ellas en una o varias sesiones: para los más pequeños (exploración y diversificación) y para los más competentes (diversificación y estructuración).

2) Con grupos numerosos lo ideal sería contar con dos profesores; en la parte principal de la clase los profesores pueden lanzar más pelotas aumentando la práctica. Si el profesor está solo, en las actividades más libres son

recomendables los golpeos con la mano, sin raqueta, ya que son más seguros.

3) Al comienzo de la clase se dará más importancia al desarrollo de la motricidad general. En la parte principal, se programarán más actividades relacionadas con los golpes básicos. La parte final es el momento idóneo para que los niños tomen consciencia, verbalicen las soluciones encontradas y los logros.

4) Seguiremos la progresión de aprendizaje de Sanz y Fuentes (2008) adaptándola a niños pequeños: a) golpes de fondo (derecha, servicio bajo y revés), b) golpes de red, y c) servicio alto. Este último es de gran dificultad para los niños, pero estimula la coordinación y disociación segmentaria al tener que lanzar la pelota con una mano para golpearla con la otra.

5) Para lograr una enseñanza individualizada de las habilidades motrices como los golpeos, el profesor debe ser innovador y creativo. Además, debe aprender a adaptar sus actividades lúdicas sobre la marcha en función del nivel de motivación y concentración de los niños. Deberá modificar bien los constreñimientos (variables) para adecuar la dificultad de las tareas motrices a cada niño. Por ejemplo, podrá utilizar pompas de jabón para estimular las habilidades perceptivo-motrices de los niños de 3 años.

6) Para desarrollar la autonomía del niño y aumentar la frecuencia de los golpeos, serán pertinentes los dispositivos que permitan golpear la pelota sin depender del profesor (soportes que mantienen una pelota fija, pelotas colgantes, red rebotadora, etc.). El profesor puede construir varias rampas que proyecten las pelotas sin tener la necesidad de lanzarlas, o contar con medios más sofisticados como una máquina que expulse el aire para que la pelota quede en suspensión (Justine Henin Academy sitio web, 2018).

CONCLUSIONES

Para el éxito de nuestra propuesta se requieren profesores que miren con otros ojos el proceso de aprendizaje; enseñantes que dejen hacer al niño, que le permitan crear, descubrir su motricidad y sus propios golpes; profesores que guíen, pero que no impongan sus soluciones por adelantado y que siempre estén atentos a los comportamientos motores y afectivos que surgen de cada niño.

Agradecimientos: se agradece la colaboración del profesor Nicolás Garrote de la UCM.

REFERENCIAS

Atencio, M., Chow, J. Y., Tan, W. K. C., & Lee, C. Y. M. (2014). Using a complex and nonlinear pedagogical approach to design practical primary physical education lessons. *European Physical Education Review*, 20, 244-263. <https://doi.org/10.1177/1356336X14524853>

Crespo, M. (2009) Tennis coaching in the era of dynamic systems. *Journal of Medicine and Science in Tennis*, 14, 20-25.

- Équipe des conseillers pédagogiques en EPS du Bas-Rhin. (2015). Agir dans le monde 2 à 6 ans. Schiltigheim: Accès Éditions.
- Justine Henin Academy Website [Internet]. [cited 2018]. Available from: <https://www.facebook.com/JustineHeninAcademy/videos/1729017943859855/>
- Newell, K. M. (2016). Change in movement and skill: Learning, retention and transfer. In M. L. Latash & M. T. Turvey (Eds.), Dexterity and its development (pp. 393-430). New York: Routledge.
- Sanz, D. & Fuentes, J.P. (2008). Descripción de las diferentes fases de las empuñaduras y ejecución de los golpes fundamentales del tenis. En D. Sanz (Eds.), El tenis en la escuela (pp. 83-114). Barcelona: Paidotribo.

CONTENIDO ITF ACADEMY RECOMENDADO (HAZ CLICK ABAJO)



Derechos de Autor (c) 2019 Carlos Avilés, Sergio Las Heras y Abraham Ávila



Este texto está protegido por una licencia [Creative Commons 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Usted es libre para Compartir —copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato— y Adaptar el documento —remezclar, transformar y crear a partir del material— para cualquier propósito, incluso para fines comerciales, siempre que cumpla la condición de:

Atribución: Usted debe dar crédito a la obra original de manera adecuada, proporcionar un enlace a la licencia, e indicar si se han realizado cambios. Puede hacerlo en cualquier forma razonable, pero no de forma tal que sugiera que tiene el apoyo del licenciante o lo recibe por el uso que hace de la obra.

[Resumen de licencia](#) - [Texto completo de la licencia](#)