

Tenis y discapacidad: Orientaciones para entrenadores

David Sanz y Alejandro Sánchez (ESP)

ITF Coaching and Sport Science Review 2017; 71 (25): 35-38

RÉSUMÉ

El tenis es un deporte con un alto contenido técnico, táctico y físico y psicológico. Estos contenidos pueden ser desarrollados por jugadores con algún tipo de impedimento. De hecho, pese a que a nivel institucional, en el reglamento la Federación Internacional de Tenis (ITF) sólo recoge el tenis en silla de ruedas para personas con discapacidad física, cada vez contamos con más experiencias que recogen la práctica de otro tipo de personas con discapacidad que practican el tenis. Hasta el punto que la propia ITF contempla el desarrollo de las mismas a nivel recreativo e inclusivo. En el presente artículo exponemos las diferentes modalidades del tenis para personas con discapacidad, así como algunas orientaciones para los técnicos.

Mots clés: *Tenis adaptado, impedimento, discapacidad, orientaciones metodológicas.*

Article reçu: 30 Sep 2016

Article accepté: 20 Ene 2017

Auteur correspondant: David Sanz

Email: david.sanz@rfet.es

INTRODUCCIÓN

El tenis es uno de los deportes más practicados a nivel mundial, y el primero de los considerados deportes de raqueta (García Ferrando & Llopis Goig, 2011). El tenis ha sido adaptado para la práctica con personas con algún tipo de discapacidad con el principal objetivo de facilitar la práctica del mismo a todas las personas independientemente de sus capacidades.

En este trabajo abordaremos cada modalidad adaptada en relación al tipo de discapacidad presentada por el jugador de tenis, así como los las orientaciones metodológicas a tener en cuenta para un correcto proceso de enseñanza-aprendizaje.

TENIS Y DISCAPACIDAD SENSORIAL

El concepto de discapacidad sensorial engloba a personas con deficiencia visual y a personas con deficiencia auditiva. Los sentidos de la vista y el oído son los más importantes en el ser humano porque a través de ellos percibimos la mayor parte de información del mundo que nos rodea.

Tenis para personas con deficiencia auditiva

Los practicantes de tenis que posean algún déficit auditivo son los que menores adaptaciones precisarán para la práctica del tenis en comparación con otros déficits. De hecho, la práctica del tenis de forma inclusiva, es decir, con personas sin discapacidad, es una realidad que incluso ha conseguido que jugadores con éste déficit alcancen el alto rendimiento, como es el caso de Charlotte Cooper (ganadora de 5 Wimbledon) hace más de un siglo, o por el actual jugador Duck Hee Lee con una sordera de nacimiento y situado entre los mejores puestos del ranking mundial junior. Aunque este déficit no le impida al tenista jugar a alto nivel, debemos tener en cuenta una serie de limitaciones derivadas de este impedimento que pueden condicionar el rendimiento del jugador, tales como la percepción acústica del sonido del impacto del adversario (que nos proporciona información sobre la potencia y el efecto de la pelota), la propia acústica de nuestro impacto, así como la información que provee el árbitro o el contrario durante el juego (canto de let, out,...).

Consideraciones a tener en cuenta en la enseñanza del tenis a personas con deficiencia auditiva:

La mayoría de los feedback y directrices que se dan en una clase de tenis se realizan a través del canal auditivo, es por ello que el profesor debe modificar este aspecto de la metodología

y tener en cuenta las siguientes orientaciones (Sanz & Reina, 2012):

- Transmitir gran cantidad de información y de estímulos (visuales, cinestésicos y táctiles), amplificando la recepción de la información.
- Utilizar medios visuales antes y durante la sesión (objetivos, conceptos, tareas, etc.), así como soportes gráficos mediante pizarras, aplicaciones en tablets o smartphones.
- Trabajar el lenguaje corporal. La adquisición de la técnica puede hacerse por medio de las "sombras" y aumentando la información que damos de forma verbal mediante gestos que "grafiquen" las explicaciones que aportamos.
- Evitar los ruidos de fondo (para personas con una sordera parcial).
- Acercarse al jugador para darle el feedback y evitar que el jugador pierda el foco de emisión (la boca) para que siempre pueda hacer la lectura labial.
- Señalar el cambio de tarea mediante gestos que el jugador pueda apreciar fácilmente.



Tenis para personas con deficiencia visual

El tenis para personas ciegas, conocido también a nivel internacional como "Blind Tennis" fue creado en 1984 por D. Miyoshi Takei. Esta modalidad deportiva cuenta con un reglamento y tiene un programa de competición nacional e internacional, pese a no estar al amparo de la Federación Internacional de Tenis a nivel competitivo. El primer torneo se realizó en el Centro Nacional de Rehabilitación para

Discapacitados en 1990 (Sato, et al., 2010). Las principales diferencias respecto al tenis para personas sin discapacidad las podemos resumir en las siguientes: el espacio es reducido (dimensiones de una pista de bádminton), la pelota es de goma espuma con un cascabel en su interior que emite un sonido cuando la pelota bota o es golpeada, se utilizan raquetas de minitenis, el número de botes antes de golpear la pelota varía en función de la categoría en la que se encuentre el jugador, pero el máximo número de botes es tres y el sacador debe decir "listo" antes de servir y el restador debe responder "sí". Ante la imposibilidad de ver la pelota (parcial o totalmente) se podría pensar que las situaciones de peloteo pudieran ser escasas. Las pocas investigaciones al respecto en el tenis para ciegos muestran una relación tiempo de trabajo - tiempo de descanso mayor en el tenis para personas ciegas o deficientes visuales respecto al tenis convencional, con un promedio de golpes por punto similar entre ambos (Sato, et al., 2010). De esta forma, la característica de continuidad en el juego es un hecho fehaciente.

Hay una clasificación para jugadores de tenis determinada por el grado de afectación visual, que varía desde impedimentos para la percepción del color, la luz y las sombras, con cierta visión periférica, hasta la ceguera total. Los deportistas se encuentran clasificados en diferentes categorías (Bullock, 2007):

- B1: en ella se sitúan los deportistas totalmente ciegos. Juegan con los ojos tapados y se les permiten tres botes.
- B2, B3, y B4: los deportistas de estas categorías tienen visión parcial y se les permiten dos botes.
- B5: en este grupo, los jugadores tienen problemas de visión y se les permite un bote.

Consideraciones a tener en cuenta en la enseñanza del tenis a personas con deficiencia visual:

El tenis se caracteriza por su alto componente táctico, teniendo el jugador constancia de la posición del contrario en la pista y dirigiendo la pelota lo más lejos de él. Esto hace que el sentido de la vista sea necesario para cumplir dicho aspecto táctico. Por ello, se podría pensar que el tenis para las personas con deficiencia visual, principalmente para los que tienen ceguera total, sea un deporte diferente debido a esa ausencia táctica respecto al tenis convencional. Independientemente de ello, el proceso de enseñanza deberá seguir unas recomendaciones metodológicas específicas, entre las que se pueden destacar (Sanz & Reina, 2012):

- Transmitir mayor cantidad de información y de estímulos (auditivos, cinestésicos y táctiles). El mensaje verbal deberá contar con el mayor detalle posible, y el soporte kinestésico proporcionará referencias exactas fácilmente interpretables por la persona con discapacidad sensorial visual.
- Aportar feedback durante y tras la acción para facilitar el conocimiento de la ejecución.
- Llamar al alumno por su nombre para captar su atención.
- Familiarización con el espacio, implemento y móvil, mediante el reconocimiento previo de los materiales y espacios con los que va a trabajar.
- Evitar cambios en la transmisión del mensaje, mantener una posición fija.
- Utilización de líneas táctiles para que el jugador sepa en cada momento donde se encuentra en la pista.

TENIS Y DISCAPACIDAD DEL DESARROLLO

La discapacidad del desarrollo neurológico es sin duda la más diversa, pues en ella se engloban: el desorden penetrante del desarrollo (autismo, asperger, síndrome de Rett...), la parálisis cerebral, la discapacidad intelectual, entre otras. Tan amplia es la variedad de tipos de discapacidad del desarrollo, como lo son sus características. Desde un punto de vista general, el

término "discapacidad del desarrollo" se utiliza para todas aquellas



discapacidades que se originan en el tiempo de desarrollo, generalmente entendido en la etapa hasta los 18 años. Este impedimento se caracteriza por limitaciones en áreas relevantes de la vida tales como el lenguaje, movilidad, aprendizaje, autocuidado, vida independiente, etc. Tal y como señala la USTA (2006) a las personas con alguna discapacidad del desarrollo se les supone una tasa de aprendizaje inferior, dificultad de razonamiento, escasa memoria, un corto periodo de atención, hiperactividad, inmadurez social, deficiencias perceptivas y problemas con la agilidad y el movimiento.

A día de hoy, no existe una competición reglada para jugadores con esta discapacidad a nivel internacional desde el organismo que regula el tenis a nivel mundial, la ITF, por lo que su práctica debe estar orientada principalmente al desarrollo físico, social, recreativo y afectivo del jugador, si bien es cierto que existe algunas entidades y asociaciones, destacando Special Olympics, que sí proponen una actividad competitiva a nivel nacional e internacional.

De todos los tipos de discapacidad del desarrollo, el tenis se ha desarrollado, en mayor medida, con personas autistas (Young, 2013) y personas con síndrome de Down (López & López, 2013). En este sentido, se destaca a partir de Young (2013), algunos de los aspectos más específicos a tener en cuenta en la enseñanza del tenis a personas con autismo:

- Conocer al jugador: Cada niño puede ser muy diferente a otro, debido a que dentro del autismo el espectro es muy amplio.
- Prestar atención a la conducta: la mayoría de los niños autistas no expresan sus sentimientos/emociones por medio del habla, por lo que el entrenador debe observar muy bien el comportamiento del mismo, así como el lenguaje corporal.
- Construir sobre rutinas familiares: las tareas familiares le darán al alumno mayor seguridad. De este modo, si tenemos que realizar un cambio en la rutina, es necesario preparar al alumno con antelación.
- Encontrar el espacio y área propios: es importante tener un lugar tranquilo para la práctica del tenis, alejado de ruidos y de otros jugadores, ya que los niños autistas prefieren evitar los grupos grandes.
- Incorporar patrones de conducta repetidos y restringidos: la mayoría de los niños autistas poseen patrones de conducta repetidos (lanzar objetos, girar, sacudir las manos, etc.). Estos patrones de conducta pueden ser utilizados para desarrollar juegos/tareas de forma complementaria, organizados en forma de rutinas.

Consideraciones generales a tener en cuenta en la enseñanza del tenis a personas con trastornos del desarrollo:

Como se ha comentado anteriormente, existe una diversidad muy amplia en relación a los diferentes tipos de trastornos del desarrollo. Esto hace que sea necesario conocer

específicamente las características de dicha discapacidad para poder adaptar la metodología de la manera más correcta al proceso enseñanza- aprendizaje. De manera general, a continuación se exponen algunos de los aspectos metodológicos a tener en cuenta en la enseñanza a personas con algún tipo de discapacidad del desarrollo (Sanz & Reina, 2012; USTA, 2006):

- Simplificar las tareas para focalizar la atención en el objetivo a cumplir.
- Consignas cortas y claras. Evitar palabras complejas o un léxico muy técnico
- Aportar información visual que complemente la información auditiva.
- Proponer tareas motivantes orientadas al trabajo social y afectivo.
- Utilizar la pedagogía del éxito, donde el jugador pueda conseguir de forma sencilla el objetivo propuesto
- Mantener modelo/ritual en las sesiones, les será familiar y les dará seguridad.
- Plantear tareas sencillas y de corta duración, para evitar los problemas de concentración que tienen estos jugadores.

TENIS Y DISCAPACIDAD FÍSICA

La discapacidad física engloba un gran abanico de manifestaciones, con afectaciones a nivel óseo-articular, muscular y/o nervioso. Estas afectaciones alteran el sistema locomotor, produciendo afectaciones fundamentalmente en cualquier acción motriz (Sanz, 2003). El tenis en silla de ruedas es la modalidad adaptada que tiene mayor número de adeptos dentro del tenis, y uno de los deportes adaptados más practicados (Croft et al., 2010). Su práctica empezó a finales de los años 70 en EEUU y desde entonces no ha parado de crecer el número de practicantes en todo el mundo. Del mismo modo ha crecido el número de torneos internacionales, donde en 2014 han sido más de 160 eventos, distribuidos por unos 40 países. Los partidos se juegan siempre al mejor de 3 sets (incluso en los Gran Slam), y la principal diferencia respecto al tenis convencional es que la pelota puede ser golpeada tras el segundo bote (ITF, 2016a). Esta adaptación de la regla está basada en hacer los puntos más duraderos, posibilitando al jugador de silla de ruedas llegar a pelotas que a un bote no podría. Esta modalidad deportiva, regulada por la ITF, contempla que la práctica del tenis, independientemente del tipo de discapacidad física (amputación simple o doble, lesión medular completa o incompleta, ...) sea para todos los jugadores en una posición sedente sobre la silla de ruedas. Consideraciones a tener en cuenta en la enseñanza del tenis a personas con afectaciones físicas:

Al tenis en silla de ruedas puede jugar cualquier persona que presente una limitación funcional que le impida la práctica del tenis convencional y que esté considerada como "mínima discapacidad", expresada en el reglamento internacional de la ITF como "minimum eligibility" (ITF, 2016b). Esto indica que el abanico de afectaciones puede ser muy amplio (lesión medular, amputación, espina bífida, poliomeilitis,...). En función del déficit, el jugador tendrá mayor o menor limitación funcional para realizar las diferentes acciones que conllevan la práctica del tenis.

Es por ello que el entrenador necesite conocer específicamente el tipo de lesión y el grado de afectación de la misma. De forma general, a continuación se detallan algunos aspectos específicos a tener en cuenta para la enseñanza del tenis a personas con algún tipo de impedimento físico (Sanz, 2003; Sanz & Reina, 2012; USTA, 2006):

- Conocer la localización y el nivel de afectación que le supone el déficit. Esto condicionará la técnica de golpeo entre otras.

- Adaptación a la silla de ruedas deportiva (movilidad).
- Trabajar en planos de golpeo cercanos al cuerpo y con desplazamientos en diagonal.
- Utilizar los anclajes a la silla y los apoyos con la mano libre. Esto le dará seguridad al jugador y estabilidad al cuerpo en los golpes.
- Reducir la pista en los momentos iniciales de práctica para una mejor gestión del espacio.
- Utilizar raquetas de menor peso y tamaño para jugadores con limitaciones funcionales mayores.

Antes de cerrar este apartado, señalamos la posibilidad que desde hace un tiempo ha aparecido en la práctica del tenis para personas con discapacidad física, que es el tenis adaptado de pie, es decir, la práctica del tenis para personas que cuentan con un impedimento físico que les permite jugar en posición bípeda con una prótesis. Esta modalidad se está desarrollando y pese a que todavía no hay una práctica generalizada en todos los países, poco a poco va ganando adeptos y ya cuentan con algunas competiciones nacionales e internacionales., fuera del amparo de la ITF.

CONCLUSIONES

Además de los beneficios para la salud que conlleva la práctica deportiva, el grado de independencia funcional así como el nivel de integración social, van a verse muy favorecidos para las personas con algún tipo de discapacidad (Gil, 2011). De igual modo, los deportistas con discapacidad se encuentran motivados para la práctica del deporte adaptado por ser un medio para la integración y afectividad social (Gutiérrez & Caus, 2006), así como necesario para su salud y una buena condición física (Torralba, Braz, & Rubio, 2014). Esta motivación por parte de los jugadores facilita la labor del entrenador para la práctica del tenis.

Los entrenadores que enseñen tenis a personas con algún tipo de discapacidad, deben tener en cuenta las consideraciones presentadas en este trabajo así como un conocimiento de los diferentes tipos de discapacidad para poder llevar a cabo una propuesta de trabajo eficiente.

Además de las consideraciones presentadas, proponemos la práctica del tenis para personas con discapacidad en entornos inclusivos, es decir, combinando personas con y sin discapacidad, ya no solo por el aprendizaje en valores para todos los implicados, sino también porque favorecería que las personas con discapacidad pudiesen tener a su alcance escuelas deportivas donde practicar el tenis, normalizando su situación y potenciando la plena integración. Además, dentro de las propuestas metodológicas existentes hoy en día mediante materiales adaptados (espacios de pista, tamaños de raqueta y tipos de pelota), el empleo de los mismos de forma adecuada serán de gran ayuda en la evolución y aprendizaje de alumnos con algún tipo de impedimento sea físico, intelectual o sensorial.

REFERENCIAS

- Bullock, M. (2007). Tenis para ciegos y personas con visión limitada. *ITF Coaching and Sport Science Review*, 43, 10.
- Croft, L., Dybrus, S., Lenton, J. & Goosey-Tolfrey, V. (2010). A comparison of the physiological demands of wheelchair basketball and wheelchair tennis. *Int J Sports Physiol Perform*, 5(3), 301-15. <https://doi.org/10.1123/ijspp.5.3.301>
- García Ferrando, M., & Llopis Goig, R. (2011). Ideal democrático y bienestar personal. Encuesta sobre los hábitos deportivos en España 2010. Consejo

- Superior de Deportes y Centro de Investigaciones Sociológicas, Madrid.
- Gutierrez, M., & Caus, N. (2006). Análisis de los motivos para la participación en actividades físicas de personas con y sin discapacidad. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 2(2), 49-64. <https://doi.org/10.5232/ricyde2006.0020>
- Gil, A. M. (2011). Avances en la investigación del deporte para personas con discapacidad. *Archivos de medicina del deporte*, 143(28), 165-167.
- International Tennis Federation (2016)a. Rules of wheelchair tennis. *ITF Wheelchair Tennis Regulations*. International, 4-5.
- International Tennis Federation (2016)b. The competitive wheelchair tennis player. *ITF Wheelchair Tennis Regulations*. International, 6-7.
- López, L., & López, G. F. (2013). Enseñanza del tenis para personas con síndrome Down. Una experiencia práctica. *EmásF: revista digital de educación física*, 20, 47-55.
- Sanz, D. (2003). El tenis en silla de ruedas, de la iniciación a la competición. Barcelona, Paidotribo.
- Sanz, D., & Reina, R. (2012). Actividades físicas y deportes adaptados para personas con discapacidad. Barcelona, Paidotribo.
- Sato, S., Tomosue, R., Sato, M., Yoshinari, K., Hirata, D., Tanaka, N., Takei, M., Matsui, A., & Azar, P. (2010). Análisis del juego de tenis para ciegos. *ITF Coaching and Sport Science Review*, 52(18), 15-16.
- Torralba, M. Á., Braz, M., & Rubio, M. J. (2014). La motivación en el deporte adaptado. *Psychology, Society & Education*, 6(1), 27-40. USTA. (2006). Manual para la enseñanza de Tenis Adaptado. New York, USTA. <https://doi.org/10.25115/psye.v6i1.50>
- Young, J. A. (2013). Entrenar a niños autistas: Puntos de vista de los entrenadores australianos. *ITF Coaching and Sport Science Review*, 59(21), 17-19.

SÉLECTION DE CONTENU DU SITE ITF TENNIS COACH (CLIQUEZ)



Droits d'auteur (c) Ana Soares y Chris Harwood
2017



Ce texte est protégé par une licence [Creative Commons 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)
Vous êtes autorisé à Partager — copier, distribuer et communiquer le matériel par tous moyens et sous tous formats — et Adapter le document — remixer, transformer et créer à partir du matériel pour toute utilisation, y compris commerciale, tant qu'il remplit la condition de:
Attribution: Vous devez créditer l'Œuvre, intégrer un lien vers la licence et indiquer si des modifications ont été effectuées à l'Œuvre. Vous devez indiquer ces informations par tous les moyens raisonnables, sans toutefois suggérer que l'Offrant vous soutient ou soutient la façon dont vous avez utilisé son Œuvre.
[Résumé de la licence](#) - [Texte intégral de la licence](#)