

## El desarrollo de los valores y sentidos a través de los deportes de raqueta



Actualmente, nos encontramos en una sociedad en la que los niños no solo realizan deporte para lograr mejorar su salud o evitar problemas de la misma como puede ser la obesidad la cual puede llegar a causar la hipertensión arterial o la diabetes de tipo II, que a su vez son factores de riesgo de enfermedades cardiovasculares sino también lo ejercitan para desarrollar sus sentidos ayudándoles estos en su vida escolar y aprender valores que les sean útiles a lo largo de su vida y muy práctico en su comunicación con los demás. En el siguiente informe vamos a explicar como se desarrollan estos valores y sentido a través de deportes como el tenis, padel, bádminton y pin pon.

En los valores en los que más nos hemos centrado son los mencionados en el libro “Valores sociales y deporte. Madrid, Gymnos 1995” de Gutiérrez, M.

Deporte	Educación física
Compañerismo y diversión	Compañerismo y diversión
Deportividad y juego limpio	Éxito personal y del grupo
Expresión de sentimientos	Creatividad y cooperación
Habilidad y forma física	Superioridad y auto imagen
Logro y poder	Sociabilidad

Uno de los valores principales que se desarrolla en el libro y que por nuestra propia experiencia a raíz de este trabajo hemos podido experimentar es el **compañerismo y la cooperación**, algo que hemos observado en nuestra práctica de nuestro trabajo, ya que los niños que trabajaban conjuntamente obtenían mejoras resultados que los alumnos que jugaban por su propia cuenta sin pensar en su pareja.

Otros valores que hemos podido apreciar son: **La deportividad y el juego limpio**, unos valores que son muy apreciados e



importantes en este deporte, ya que desde pequeños se les inculca este valor como hemos podido apreciar en nuestras horas de trabajo con los alumnos.

El **éxito personal y del grupo** del que habla Gutiérrez, es algo también muy destacado por nosotros ya que hemos podido apreciar como al ser un deporte de pareja, el éxito de la pareja influye personalmente, ya que sea cual sea el resultado es algo que afecta a los dos integrantes de la pareja. Relacionado con lo hablado anteriormente otro valor que hemos podido apreciar ha sido la **expresión de sentimientos**, al ser deportes de mucha ida y vuelta, es muy importante el expresarse con la pareja, hemos podido observar como un partido que esta siendo complicado y algún deportista anota un punto se puede observar el furor o alegría de un participante, contrastado con la decepción o rabia del rival. Respecto a esta fase dentro del partido otro valor que estamos de acuerdo con Gutiérrez que es muy importante es la **habilidad** para moverse en el campo con toda confianza y sin miedo y **la forma física**, ya que son deportes que hay partidos que pueden durar mucho periodo de tiempo y aparte de el factor psicológico nombrado anteriormente, es muy importante estar bien físicamente para aguantar.

Con todo este trabajo de los valores anteriormente desarrollados, se llega a uno ultimo que es el de **logro y poder**, acompañado del de **auto imagen** produciendo una buena imagen de ti mismo, viendo que logras buenos resultados y tus objetivos se van cumpliendo ayuda a que tu vida personal se vea reflejado positivamente.

Una vez explicado los principales valores que se desarrollan en los deportes de raqueta vamos a pasar a continuación a explicar los sentidos que se desarrollan haciendo ejercicio y como influyen en la hora de su vida estudiantil. No solo les ayuda a la hora de descargar energía para quitarse los nervios de un examen o los deberes sino también a la hora de concentrarse, tener más memoria, pensar con más agudeza e incluso algunos estudios dicen que nos hace más listos. A continuación vamos a pasar a explicar un collage de imágenes en el que se podrán ver algunos de los ejercicios que nos han ayudado a ver como algunos niños adquirían algunas de esas destrezas además explicaremos como

estos mismos ejercicios los llevan a cabo niños con TEA, dado que tuvimos la suerte de poder com-



probarlo por nosotros mismos.

En la primera imagen podemos observar como la posición inicial en la que se encuentra la jugadora en este caso es dada la vuelta, es decir, de espaldas mientras que su entrenador esta en una distancia media respecto a ella, mientras se mantiene en movimiento esta esperando a que dicho entrenador de una palmada u otro sonido para darse la vuelta y hacer un spring. Con este ejercicio conseguimos desarrollar el sentido audiomotriz, dado que el alumno esta esperando un sonido para tener una reacción a dicho estímulo, en este caso es un spring.

En la segunda imagen podemos observar como la posición inicial es de frente mirando hacia el entrenador y este aunque no se pueda observar con claridad sujeta dos pelotas, el alumno esta en continuo movimiento y tiene que estar atento cuando el entrenador tire una de las dos pelotas cogerla o cogerlas si tira las dos a la vez todo esto antes de que toquen el suelo. Con esto conseguimos desarrollar el sentido visiomotriz, dado que tiene que estar atento a cuando suelta la bola, se consiguen unos mayores reflejos y en la escuela esto repercute a la hora de captar con más rapidez muchas ideas.

En la tercera imagen podemos observar un circuito y uno alumno que va a comenzar a hacerlo, primero hará un zic-zaz por los conos luego correrá a hacer la escalera, dará 6 saltos y terminará dentro de un cuadrado de setas en el que tendrá que coger la pala/raqueta y estar atento a las indicaciones del entrenador que le dirá números y estos serán los de las setas y tendrá que ejecutar un golpe u otro. Con esta práctica llevaremos a cabo el desarrollo psicomotriz consiguiendo así una concentración y mejora de memoria.

Estos mismos ejercicios los llevamos a cabo con niños de TEA. Nos llevo más tiempo poder ver como influían el desarrollo de los sentidos en el deporte, pues son niños a los cuales no se les puede sacar de una rutina.

A la hora de desarrollar un ejercicio, previamente han tenido que llevar a cabo una serie de actividades ya que estos alumnos necesitan tener conocimientos acerca de la actividad poco a poco, para terminar desarrollando el ejercicio con la clase. Como se puede comprobar en la imagen, estas actividades se desarrollan en el "Aula Estrella". En dicho aula y mediante las pautas que les guían, van adquiriendo conocimientos sobre los ejercicios pero poco a poco, es decir aprenden de una manera paulatina a la vez que de una manera progresiva, La estrategia que se utiliza para que puedan aprender es mediante pictogramas. Los pasos que se siguen son los siguientes:



Primero: Estos alumnos con la guía de una Pedagoga Terapéutica el alumno TEA, va adquiriendo conocimientos acerca del tema, es decir, lo que se denomina una "toma de contacto". (Aquí es donde se incluyen los pictogramas).

Segundo: Ahora con los mismos integrantes del primer paso y con una Trabajadora Social practican el juego de una manera que conoce las reglas y las normas del juego pero no se desarrolla como tal.

Tercero: Con los integrantes del paso dos, pero con la incorporación de tres o cuatro alumnos de la clase, se desarrolla, ahora sí, la actividad en su pleno desarrollo.

Cuarto: En este paso ya ha aprendido a desarrollar la actividad planteada por lo que está destinado al desarrollo del juego en la clase normal, es decir, a la clase de Educación Física con todos los integrantes de la clase, pero la Trabajadora Social es participe del juego, pues va de la mano de estos niños para que tenga como un apoyo a la hora de desarrollar la actividad. Tiene una atención personalizada pues es fácil que se pierda si tiene alguna duda durante el desarrollo de el ejercicio.

Quinto: Este es el último paso, en el cual el alumno TEA, sin ayuda de la Trabajadora Social desarrolla la actividad con el pleno desarrollo de la autonomía, pues ya no tiene las dudas que le surgía en el paso Cuatro y en todo caso estaría el profesor, que siempre va a estar más pendiente para que no se sienta perdido en la actividad.

En cuanto a estos ejercicios, al ser con raquetas, el profesor tuvo que hacer una breve introducción sobre como se utilizaban, dado que son niños de 2º de primaria y en los cuales participamos como se puede comprobar en la imagen.

Una vez que cogieron las raquetas, hicieron unos juegos predeportivos, y, posteriormente, se realizó el ejercicio de psicomotricidad que anteriormente hemos explicado pero con alguna variación.

En vez de ir corriendo haciendo zig-zag, tuvieron que ir con una pelota encima de la raqueta y andando, provocando una situación-problema en el que no se podía caer la pelota.

Una vez terminado lo anterior deberán pasar por la escalera y una vez llegado al cuadrado, estar atento al color o número que dijera el profesor y dejar la pelota ahí. Lo repitieron varias veces con distintas intensidades, pudiendo comprobar el afán de superación que tienen.

A continuación, podemos observar en el siguiente video algunos de los ejercicios comentados más otros de distinto tipo pero requeridos para lo mismo.

<https://www.youtube.com/watch?v=L7rwVvC9-VQ>

## **Bibliografía:**

- 1- Imágenes realizadas por nosotros mismos.
- 2- Libro “Valores sociales y deporte. Madrid, Gymnos 1995” de Gutiérrez, M.
- 3- Experiencias obtenidas en el Colegio Público Lepanto (Leganes) y en un centro de alto rendimiento de menores de la Federación Española de Padel y Tenis (Puerta de Hierro).

AUTORES: Blanca Losada, Jose González y Antonio Fernández.