

EmásF

Revista Digital de Educación Física

ISSN: 1989-8304 Depósito legal: J 864-2009

UN NUEVO JUEGO PARA LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA: “EL PICA-PONG”

Autor: Antonio Jorge Hernández Monroy

Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el deporte (ULPGC)
Española
Email: antoniojorgem@hotmail.com

Autor: María Elvira Villalba Casas

Maestra de Educación Especial y Licenciada en Psicopedagogía (ULPGC)
Española

RESUMEN

El juego del pica-pong es una actividad deportiva de oposición que se disputa entre dos jugadores o dos parejas (dobles), con una pelota de características similares a la de frontenis, cuya finalidad es la de mandar hacia el suelo del campo contrario la bola sin que el adversario u oponentes puedan devolverla de forma correcta.

Es un juego o actividad deportiva que puede constituir un medio eficaz y motivador con el que desarrollar algunos contenidos del área de Educación Física, tanto en Primaria como en Secundaria. Así mismo, supone un instrumento interesante para la mejora de las capacidades físicas como la resistencia aeróbica, fuerza, resistencia o flexibilidad y las habilidades motrices específicas. La gran variabilidad que adoptan las situaciones lúdicas y deportivas en función de la comunicación motriz que se establece entre los participantes aconseja que se incorporen actividades psicomotrices, sociomotrices de cooperación y, en nuestro caso, oposición y cooperación-oposición.

PALABRAS CLAVE:

Pica-pong, actividad lúdica, juego de oposición y cooperación-oposición, habilidades motrices específicas.

1. INTRODUCCIÓN.

Los objetivos de la Educación Física, en primaria y secundaria, pretenden generar en el alumnado la práctica habitual de actividades físicas y desarrollar las capacidades que le son propias, por lo que al finalizar sendas etapas deben reconocer la actividad física y valorar sus efectos beneficiosos para la calidad de vida, ocupación del tiempo libre y mejora del autoconcepto.

En concreto en Secundaria, dentro del bloque II, <<La conducta motriz: habilidad y situación motriz>>, encontramos contenidos relacionados con la ejecución del movimiento, como acción voluntaria que activa mecanismos de percepción y control motor. Iniciado el acercamiento a las habilidades específicas en la etapa de Primaria, en Secundaria Obligatoria se abordarán aprendizajes motrices más complejos, dando cabida a multitud de opciones lúdico-deportivas entre las que podríamos englobar la propuesta de esta nueva actividad deportiva llamada “Pica-pong”.

Los deportes de oposición suelen estar cargados de un cierto negativismo por parte de algunos sectores pero, una actividad lúdica bien llevada y dirigida, puede aportar una gran variedad de aprendizajes, favorece la adquisición de conductas prosociales (empatía, tolerancia, cooperación, la resolución dialogada de conflictos...).

Potencia la iniciativa personal y su desarrollo, el esfuerzo, efectividad en sí mismo y en las relaciones con los demás; conocimiento de diferentes disciplinas y su utilización en la resolución de problemas, esto va a facilitar el logro de competencias como la social y ciudadana, aprender a aprender y autonomía e iniciativa personal.

Como objetivo buscamos que el alumno practique y conozca modalidades deportivas y recreativas psicomotrices y sociomotrices, ajustando la acción de juego a su lógica interna.

Por último, y que sirva como justificación teórica, el juego del Pica-pong se englobaría dentro de contenidos de primaria, como la “Realización de juegos deportivos modificados de diversas modalidades y de complejidad estructural creciente” o en Secundaria con la “Realización de tareas físico-motrices dirigidas al aprendizaje de los fundamentos técnicos básicos, reglamentarios y estratégicos de algún deporte de oposición”.

2. EL JUEGO DEL PIKA-PONG.

▪ Características de la pelota.

Se busca una pelota fácil de pelotear, con rebote y velocidad media, por lo que las de frontenis son las más adecuadas. Deben ser elaboradas con material de caucho y de buena visibilidad (colores llamativos) para que genere contraste con el suelo. Como punto positivo hay que destacar que son de precio asequible, por lo que cualquier departamento de Educación Física podría adquirirlas y además son de larga durabilidad y resistencia.

▪ La superficie de juego:

La superficie de juego será de color oscuro, generalmente azul o verde que coinciden con los suelos de los pabellones o canchas en las que se realizan las clases de Educación Física. Debe ser un suelo uniforme y mate, separado o delimitado por unas líneas blancas de unos 3 cm de anchura que coinciden, por ejemplo, con las de voleibol o tenis.

Existe modalidad individual y en parejas pero varía las dimensiones del terreno de juego.

Longitud y ancho del campo

- Juego individual: 2,80 m. x 1,80 m.
- Juego de dobles: 2,80 m. x 3 metros.

▪ Reglamento:

- Es un juego de características similares al tenis pero con la salvedad de que el jugador debe hacer botar la pelota primero en su propio campo para que luego caiga dentro del campo contrario.
- Para golpear la bola se emplea, únicamente, la palma de la mano.
- El juego o set acaba cuando uno de los dos jugadores llegue a 7 puntos ganando por diferencia de dos. En caso de que queden empatados a 6, se seguirán jugando puntos sucesivos en los que cada jugador hará un saque por turno hasta que uno de los dos gane por diferencia de dos.
- Cuando haya dos botes en un campo es punto para el otro jugador/es.
- Si el primer bote de la pelota pica por fuera del campo será punto para el otro equipo.
- No vale doble toque con la mano.
- Si cualquiera de los dos jugadores invade, con cualquier parte de su cuerpo, el otro campo, será punto para el contrario.
- Cuando la pelota sobrepasa la línea del centro del campo sin haber tocado primero antes tu campo será *OVER* y, por lo tanto, el punto no es válido por lo que irá para el otro equipo. En el caso de que haya línea será decisión del árbitro seguirla o dar punto.
- Vale todo tipo de toques (raso y extensión alta).
- *El saque*
 - En el saque la pelota tiene que superar el metro de altura, si no es así habrá que repetir saque.
 - El saque se efectuará cuando la pareja esté lista.
 - En los partidos de dobles los jugadores en posesión de la pelota tendrán que sacar de forma alternativa (uno primero y el otro después). En dobles, el saque se realizará cruzado, siempre desde el lado derecho del jugador que saca hacia el lado derecho del jugador del equipo contrario, incluyéndose el rebote en la línea central como válido.





3. EVALUACIÓN DEL JUEGO DEL PICA PONG.

A la hora de evaluar esta nueva propuesta lúdica debemos requerir, en el alumnado, una actitud de tolerancia y deportividad, aceptando las reglas y normas establecidas y considerando la competición como una forma lúdica de autosuperación personal y del grupo. Se trata de comprobar si el alumno, por encima del resultado de su actuación individual, tiene una actitud de tolerancia basada en el conocimiento de sus propias posibilidades y limitaciones.

4. NORMATIVA DE REFERENCIA

DECRETO 127/2007, de 24 de mayo, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria en la Comunidad Autónoma de Canarias.

DECRETO 126/2007, de 24 de mayo, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Canarias.

Fecha de recepción: 27/01/2011
Fecha de aceptación: 23/02/2011