

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



El tenis de mesa en estudiantes de educación secundaria.

Trabajo académico presentado para optar el Título Profesional de Segunda
Especialidad de Educación Física

Autor.

Córdova Acaro Jhonny Alexander

SULLANA – PERÚ

2019

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



El tenis de mesa en estudiantes de educación secundaria.

Los suscritos declaramos que la monografía es original en su contenido y forma.

Córdova Acaro Jhonny Alexander. (Autor)

Dr. Oscar Calixto La Rosa Feijoo. (Asesor)

SULLANA – PERÚ

2019



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
 FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
 ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN
 PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD

ACTA DE SUSTENTACION DE TRABAJO ACADÉMICO

En Sullana, a los veintidós días del mes de febrero del dos mil diecinueve, se reunieron en la I.E. María Oboya, los integrantes del Jurado Evaluador, designado según convenio celebrado entre la Universidad Nacional de Tumbes y el Consejo Intersectorial para la Educación Peruana, al Dr. Segundo Alburquerque Silva, coordinador del programa representantes de la Universidad Nacional de Tumbes (Presidente), Dr. Andy Figueroa Córdova (Secretario) y Mg. Ana María Javier Alva (vocal) representantes del Consejo Intersectorial para la Educación Peruana, con el objeto de evaluar el trabajo académico de tipo monográfico denominado: "El tema de mesa en estudiantes de educación secundaria.", para optar el título Profesional de Segunda Especialidad en Educación Física al señor, CORDOVA ACARO JHONNY ALEXANDER.

A las OCHO horas VEINTÉ minutos y de acuerdo a lo estipulado por el reglamento respectivo, el Presidente del Jurado dio por iniciado el acto.

Después de la exposición del trabajo, la formulación de preguntas y la deliberación del jurado lo declararon aprobado por UNANIMIDAD con el calificativo BIBELISES.

Por tanto, CORDOVA ACARO JHONNY ALEXANDER, queda APTA, para que el Consejo Universitario de la Universidad Nacional de Tumbes, le expeda el título profesional de Segunda Especialidad en Educación Física.

Siendo las OCHO horas con CUARENTA minutos, el presidente del jurado dio por concluido el presente acto académico, para mayor constancia de lo actuado firmaron en señal de conformidad todos los integrantes del jurado.


 Dr. Segundo Alburquerque Silva
 Presidente del Jurado


 Dr. Andy Mid Figueroa Córdova
 Secretario del Jurado


 Mg. Ana María Javier Alva
 Vocal del Jurado

DEDICATORIA

A Dios y a mi abuela porque son quienes iluminan mi camino

A mí querida esposa e hijos; quienes son el motor de mi vida, por su permanente apoyo para el logro de nuestras metas y objetivos.

INDICE

RESUMEN	6
INTRODUCCIÓN	7
CAPÍTULO I	
OBJETIVOS DE LA MONOGRAFÍA	9
1.1 Objetivo general	9
1.2 Objetivos específicos	9
CAPÍTULO II	
HISTORIA DEL TENIS DE MESA	10
2.1. Los primeros jugadores	11
2.2. La raqueta	15
2.3. La pelota	16
CAPÍTULO III	
LAS REGLAS DEL TENIS DE MESA.	17
3.1. La mesa	17
3.2. El conjunto de la red	18
3.3. La pelota	18
3.4. La raqueta	19
3.5. Conceptos básicos	20
3.6. Servicio correcto	21
3.7. Devolución correcta	22
3.8. Orden de juego	22
3.9. Anulación	23
3.10. Tanto	23
3.11. Juego	24
3.12. Partido	24
3.13. Elección de servicio, resto y lados	25

3.14. Errores en el orden de servicio, resto o lados	26
3.15. Regla de aceleración	26
CAPÍTULO IV	
TACTICA Y TECNICA	28
4.1. Manejo de la raqueta	28
4.2. Posición básica	29
4.3. Golpes básicos.	29
CAPÍTULO V	
TENIS DE MESA EN EDUCACIÓN	31
5.1. El tenis de mesa en el desarrollo del niño	34
5.1.1. Ubicación del tenis de mesa en el currículo del área.	34
5.1.2. Planteamiento metodológico	35
5.2. La técnica de enseñanza	36
CONCLUSIONES	46
REFERENCIAS CITADAS	47

RESUMEN

El tenis de mesa indudablemente nos presenta una gama de posibilidades educativas, ya que no solo permite un desarrollo psicomotor completo, es posible integrarlo con la matemática, lo social, y el aprendizaje de tácticas, planificación, concentración y atención, de rápida toma de decisiones.

Se ha llegado a las siguientes conclusiones con respecto al tenis de mesa:

Que es posible enseñarlo y ejecutarlo en el proceso de enseñanza aprendizaje de la educación física, tanto de los niveles de inicial, primaria y secundaria.

Que por sus características de ejecución, permite que los niños, aun de temprana edad, puedan alcanzar: un alto desarrollo psicomotor (óculo manual, óculo podal, sincronización de sus movimientos con el espacio), además de las relaciones de las partes de su cuerpo con el entorno y asunción de reglas. Además de que permite la articulación de asignaturas, desarrollo de la autoestima, facilita la socialización, otros.

Que para la enseñanza del tenis de mesa se utilizará una mixtura entre la demostración (del profesor o de otro compañero), a través del canal visual, complementado con otro denominado: técnica de enseñanza por indagación, a partir de una presentación de la tarea abierta y una retroalimentación de tipo interrogativo.

Palabras claves: Tenis de mesa, desarrollo psicomotor, enseñanza.

INTRODUCCIÓN

El tenis de mesa es uno de los aspectos menos estudiados en nuestro país, a pesar de que en los últimos años esta disciplina viene incrementándose, asumiéndose como un deporte más en la asignatura de educación física, sin tener en cuenta la amplitud y diversidad de elementos que no solo han de permitir un desarrollo psicomotor completo (psicomotriz gruesa y fina, relación óculo manual, óculo podal, integración espacial del cuerpo, idea de la imagen corporal), además de ser potencialmente utilizado integrándola en los procesos de enseñanza aprendizaje de las matemáticas, al contar primero con la mesa y el campo (dimensiones, áreas), la pelota y la raqueta (formas, planas y volumen, textura), y además el aspecto psico social, ya que ayuda a la socialización al integrarse como equipo e individualmente. Además de poder contribuir a relacionarse con su medio, asumiendo responsabilidades, cumpliendo reglas.

Por lo indicado, es que me interesé en este tema que he tratado de explicar a fin de mostrar sus bondades y potencialidades para su uso en la educación inicial, primaria y secundaria en procesos de enseñanza aprendizaje integrado, con participación según sea el caso con los padres.

Agradezco a la Universidad de Tumbes y a cada uno de mis maestros, su apoyo académico y personal constante que permitió alcanzar mi formación profesional docente. A mi familia, mi esposa porque son la motivación más grande en mi vida. Pongo a consideración esta compilación esperando haber contribuido en algo a la mejora de la educación.

CAPITULO I

OBJETIVOS DE LA MONOGRAFÍA

El capítulo I de este trabajo contiene el objetivo general, de la misma manera dos objetivos específicos que definen la información a presentar.

1.1. Objetivo general.

Analizar el deporte del tenis de mesa y los materiales necesarios para el proceso enseñanza aprendizaje en los estudiantes del nivel inicial, primaria y secundaria.

1.2. Objetivos específicos.

Identificar las características de ejecución del tenis de mesa que permiten el desarrollo psicomotor y cognitivo de los estudiantes.

Describir el proceso de enseñanza del tenis de mesa a través de técnicas de enseñanza entre docente- estudiante y estudiante-estudiante.

CAPITULO II

HISTORIA DEL TENIS DE MESA

Berrospi Trillo (2008), “entrenador de tenis de mesa en la Federación Peruana de Tenis de Mesa nos cuenta la historia del tenis de mesa”: “El Tenis de Mesa se inició en Inglaterra. Al principio fue solo un juego y no un deporte, nació en la década de 1880, cuando los aficionados al tenis de campo, no podían jugarlo en los meses de invierno, adaptaron su pasatiempo y jugarlo en un ambiente cerrado”.

“Los materiales iniciales consistían de tapones de corcho o goma utilizados como bolas y tapas de madera de cajas de puros con piel de animal seca utilizadas como raquetas. Hubo fabricantes que registraron marcas con respecto al naciente juego, Ping-Pong y Whiff-Waff fueron solo dos de los juegos patentizados en Inglaterra durante la década de 1890, y vendidos con reglas sencillas, Gossima fue otro de los primeros nombres del Tenis de Mesa”. (Berrospi Trillo, 2008).

“La competencia entre los fabricantes produjo un material cada vez más perfeccionado. Una de las innovaciones más populares de la época fue la raqueta de pergamino, con un mango de cerca de 45 cm de longitud. El impacto de las bolas de celuloide en esas raquetas producía el sonido ping y el de la bola en la mesa el sonido pong. James Gibb sugirió entonces ese nombre de marca a la firma John Jacques Ltda., registrándose el nombre de ping-pong”. (Berrospi Trillo, 2008).

El tenis de mesa como deporte alcanzado se apogeo de practica masiva desde el año 1901.

“...En los primeros años del siglo XX, se abrieron en Inglaterra muchos salones públicos para jugar al tenis de mesa. El tenis de mesa se adapta con rapidez en otros países y su expansión en el Imperio Británico es grande, convirtiéndose en un producto exportable. Así como en Buenos Aires, India y Egipto. Fue la diversión social por excelencia en Malasia y Australia dentro del círculo colonial. En febrero de 1902, un torneo en Alexandra Palace atrajo incluso a participantes del extranjero, siendo posiblemente el primer open internacional...”(Berrospi Trillo, 2008).

2.1. Los primeros jugadores.

“En 1902, Arnold Parker escribe el libro al que intitula Ping-Pong, y lo subtituló El juego y cómo jugarlo, dedicando seis de sus quince capítulos a aconsejar cómo se debe jugar. Parker fue una de las primeras estrellas del juego, ganando en 1901 el Torneo Nacional de la Asociación de Ping-Pong, celebrado en Londres”. (Berrospi Trillo, 2008).

“Cuando las asociaciones de ping-pong y de tenis de mesa, las dos existentes en Inglaterra, se unieron, Parker se clasificó segundo en el I Campeonato Nacional Inglés, en 1902, llegando a ser campeón en 1903, después de cambiar su antigua raqueta por otra con caras de goma” (Berrospi Trillo, 2008).

Vizcaino (2015) señala “que en 1902 comenzó a publicarse el periódico semanal que llevaba el nombre de Table Tennis Pionner (Pionero del Tenis de Mesa), el cual se enorgullecía ese mismo año de haber alcanzado la cifra de 20 000 lectores”. También en 1902 se editan en Inglaterra y Estados Unidos la cantidad de 20 libros con instrucciones del juego, los principales jugadores ingleses de la época desempeñaban un gran papel en la evolución del Tenis de Mesa mundial, el primer puntuado cubierto

de caucho o goma fue patentado por Frank Bryan en 1901 y “vendido bajo el nombre de Átropos, este tipo de raqueta fue utilizado universalmente durante muchos años, después comenzó a usarse la raqueta de aluminio, garantizando gran rapidez, pero era muy cara y no tuvo gran aceptación”. Ante esta situación Ayres y Bussey “fabricaron raquetas acordonadas, como las de Tenis, en miniatura, eran de fabricación muy esmerada y utilizaban cordones muy tensos y de gran calidad, pero tenían el inconveniente de que no ofrecían buen control sobre la pelota”.

“En 1922, ya se conocía el nuevo deporte en Suecia, Francia, Gales, Centro Europa, etc., estando regulado en estos países y jugándose campeonatos asiduamente”. (Berrospi Trillo, 2008).

“En el año 1926, se funda la Asociación Inglesa de Tenis de Mesa, con nuevas reglas y estatutos. Esta asociación se da a la tarea de organizar el I Campeonato del Mundo en Londres, el cual tuvo un gran éxito. En este torneo se habló de la necesidad de constituir una Federación Internacional de Tenis de Mesa (ITTF) de forma provisional y la organización del I Campeonato del Mundo y de un Congreso, ambos en Londres. Celebrado el Congreso, se constituye oficialmente la Federación Internacional de Tenis de Mesa (ITTF), nombrándose presidente a Ivor Montagu. En este primer Campeonato del Mundo participan Hungría, Austria, Inglaterra, India, País de Gales, Checoslovaquia y Alemania” (Berrospi Trillo, 2008).

Desde el año 1920 el tenis de mesa empieza a poner en prácticas reglas elementales de juego, empieza a tener más interés por las poblaciones y se masifica su práctica.

Los primeros campeonatos mundiales se realizaron en Europa, los que tuvieron el impulso de estos eventos fueron los húngaros, Checoslovacos y Austriacos. Entre los deportistas se destacaron algunos como Barna y Sábados en masculinos y Mednyasky

y Sipsos en femeninos, estos deportistas dieron inicio a la obtención de varios títulos para su país. Hungría se llena de triunfos hasta el año 1952 cuando los japoneses empiezan a quitarles el protagonismo.

“...El año 1936 marca un momento muy importante en la historia del tenis de mesa; y este fue el descenso de la red, la cual pasó de 17.5 a 15.25 cm. Este cambio fundamental se debió a que la altura de la red protegía al jugador defensivo y promocionaba su existencia eternizando los partidos. Este descenso de la red supuso una auténtica revolución influyendo de forma trascendental en el desarrollo de la técnica y, por supuesto, de la táctica... (Berrospi Trillo, 2008).

“En el 1959 en el Congreso celebrado en la ciudad de Dortmund se llegó a un acuerdo, apareciendo la base de la reglamentación actual de la raqueta, cuya madera estaría cubierta de goma-esponja, pero su cara exterior de contacto con la pelota es con picos hacia fuera o hacia dentro y un espesor total de 4 mm.” (Berrospi Trillo, 2008).

“A partir de 1961 el dominio japonés pasa a ser chino, destacándose sus jugadores Chuan Tse-Tung y Li-Fu-Jung, los cuales disputaron por tres veces consecutivas la final del campeonato Mundial, logrando la victoria las tres veces Tse-Tung. Estos fueron los comienzos del top-spin y de los side-spin, jugadas que se difundieron por todo el mundo y que revolucionaron el tenis de mesa”. (Berrospi Trillo, 2008).

“...En la década de los años 70 siguió el dominio de China, pero Suecia en 1973 y Hungría en 1979 se proclamaron campeones mundiales, e igualmente sus grandes ases, el sueco Bengtson y el húngaro Jonyer, se proclamaron campeones individuales del mundo en 1971 y 1975, respectivamente. En la categoría femenina, al dominio de China y Japón

se han intercalado Rusia y Corea del Sur, así como la coreana del norte Pak Yung-Sun...”. (Berrospi Trillo, 2008).

“En la actualidad el tenis de mesa se ha extendido por todo el mundo, existiendo 202 países afiliados a la ITTF y más de 45 millones de jugadores federados, siendo innumerables los adeptos y practicantes. Es un deporte olímpico que ha logrado situarse entre los primeros del mundo por organización y número de licencias”. (Berrospi Trillo, 2008).

A partir del año 1988 el Tenis de mesa empezó a formar parte de los deportes olímpicos.

“...Hacia finales de 2000, la ITTF instituyó varios cambios en las reglas con el objetivo de hacer el tenis de mesa más viable como deporte televisado. Primero, la bola de 38 milímetros fue substituida oficialmente por la bola de 40 milímetros. Esto aumentó la resistencia del aire de la bola y retrasó con eficacia el juego. Para ese punto, los jugadores habían comenzado a aumentar el grosor de la capa rápida de la esponja en sus raquetas, lo que hizo el juego excesivamente rápido, y difícil de mirar en la televisión. En segundo lugar, la ITTF cambió de un sistema de 21 a uno de 11 puntos. Esto fue con la intención de hacer los juegos más rápidos y excitantes. La ITTF también cambió las reglas en servicio para evitar que un jugador oculte la bola durante el servicio, para reducir la ventaja del servidor...”(Berrospi Trillo, 2008).

2.2. La Raqueta

“Se atribuye al inglés E.C. Goode la invención de la raqueta recubierta de goma por ambas caras. Gracias a su invento, Goode ganó muchos torneos; entre otros, el campeonato nacional, batiendo en la final a Arnold Parker, entonces campeón, por 50-3. Aunque luego existirían una gran variedad. Los materiales más usados para cubrirlas eran el papel de lija y el corcho, aunque las raquetas que han sobrevivido y llegado hasta nosotros son las que se cubrían con fieltro, grata e incluso de marfilina. El primer cubierto de caucho o goma fue patentado por Frank Bryan en 1901 y vendido bajo el nombre de átropos”. (Berrospi Trillo, 2008).

2.3. La Pelota

“En 1900, Jacques Ltda. fabricaba una pelota de celuloide sin costura y normalizada en tamaño y forma. Las pelotas fueron adquiriendo dureza, y además incrementaron el tamaño, circunstancia que facilitaba un juego más rápido”. (Berrospi Trillo, 2008).

CAPITULO III

LAS REGLAS DEL TENIS DE MESA

3.1 La Mesa

“La superficie superior de la mesa, conocida como superficie de juego, será rectangular, con una longitud de 2,74 m y una anchura de 1,525 m, y estará situada en un plano horizontal a 76 cm del suelo”. (reglas oficiales de tenis de mesa, 2018).

“La superficie de juego no incluye los lados de la parte superior de la mesa. La superficie de juego puede ser de cualquier material y deberá proporcionar un bote uniforme de, aproximadamente, 23 cm al dejar caer sobre ella una pelota reglamentaria desde una altura de 30 cm.” (reglas oficiales de tenis de mesa, 2018).

“La superficie de juego deberá ser de color oscuro, uniforme y mate, con una línea lateral blanca de 2 cm de anchura a lo largo de cada borde de 2,74m, y una línea de fondo blanca de 2 cm de anchura a lo largo de cada borde de 1,525 m”. (reglas oficiales de tenis de mesa, 2018).

“La superficie de juego estará dividida en dos campos iguales por una red vertical paralela a las líneas de fondo y deberá ser continua en toda el área de cada campo. Para dobles, cada campo estará dividido en dos medios campos iguales por una línea central blanca de 3 mm de anchura y paralela a las líneas laterales; la línea central será

considerada como parte de cada medio campo derecho”. (reglas oficiales de tenis de mesa, 2018).

3.2 El Conjunto de la Red

3.2.1 “El conjunto de la red estará formado por la red, su suspensión y los soportes, incluyendo las fijaciones que los sujetan a la mesa”. (reglas oficiales de tenis de mesa, 2018).

3.2.2 “La red estará suspendida de una cuerda sujeta en cada uno de sus extremos a un soporte vertical de 15,25 cm de altura; el límite exterior de los soportes estará a 15,25 cm por fuera de las líneas laterales”. (reglas oficiales de tenis de mesa, 2018).

3.2.3 “La parte superior de la red deberá estar, en toda su longitud, a 15,25 cm sobre la superficie de juego”. (reglas oficiales de tenis de mesa, 2018).

3.2.4 “La parte inferior de la red deberá estar en toda su longitud lo más cerca posible de la superficie de juego, y los extremos de la red lo más cerca posible de los soportes”. (reglas oficiales de tenis de mesa, 2018).

3.3 La Pelota

3.3.1 La pelota será esférica, con un diámetro de 40 mm.

3.3.2 La pelota deberá pesar 2,7 g.

3.3.3 La pelota deberá ser de celuloide o de un material plástico similar, blanca o naranja, y mate.

3.4 La Raqueta

- 3.4.1 “La raqueta puede ser de cualquier tamaño, forma o peso, pero la hoja deberá ser plana y rígida”. (reglas oficiales de tenis de mesa, 2018).
- 3.4.2 “Como mínimo, el 85% del grosor de la hoja deberá ser de madera natural; una capa adhesiva en el interior de la hoja puede ser reforzada con un material fibroso tal como fibra de carbono, fibra de vidrio o papel prensado, pero sin sobrepasar el 7,5% del grosor total ó 0,35 mm, siempre la medida inferior”. (reglas oficiales de tenis de mesa, 2018).
- 3.4.3 “El lado de la hoja usado para golpear la pelota deberá estar cubierto, bien con goma de picos normal con los picos hacia fuera y un grosor total no superior a 2 mm, incluido el adhesivo, o bien con goma sandwich con los picos hacia dentro o hacia fuera y un grosor total no superior a 4 mm, incluido el adhesivo”. (reglas oficiales de tenis de mesa, 2018).
- a.- “La goma de picos normal es una capa sencilla de goma no celular, natural o sintética, con picos distribuidos de manera uniforme por su superficie, con una densidad no inferior a 10 por cm² ni superior a 50 por cm²”. (reglas oficiales de tenis de mesa, 2018).
- b.- “La goma sandwich es una capa sencilla de goma celular, cubierta exteriormente por una capa sencilla de goma de picos normal; el grosor de la goma de picos no debe sobrepasar los 2 mm”. (reglas oficiales de tenis de mesa, 2018).
- 3.4.4 “El recubrimiento deberá llegar hasta los límites de la hoja, pero sin. Sobre pasarlos, si bien la parte más cercana al mango y que se sujeta con los dedos puede quedar al descubierto o cubrirse con cualquier material”. (reglas oficiales de tenis de mesa, 2018).
- 3.4.5 “La hoja, cualquier capa en su interior y todo recubrimiento o capa adhesiva deberán ser continuos y de grosor uniforme”. (reglas oficiales de tenis de mesa, 2018).

- 3.4.6 “La superficie del recubrimiento de los lados de la hoja, o la de un lado si éste queda sin cubrir, deberá ser mate, de color rojo vivo por un lado y negro por el otro”. (reglas oficiales de tenis de mesa, 2018).
- 3.4.7 “Se pueden permitir leves alteraciones en la continuidad de la superficie, o en la uniformidad del color, debidas a roturas accidentales o uso, siempre y cuando las características de la superficie no sufran cambios significativos”. (reglas oficiales de tenis de mesa, 2018).
- 3.4.8 “Al comienzo de un partido, y siempre que cambie de raqueta durante el mismo, un jugador deberá mostrar a su contrincante y al árbitro la raqueta que va a usar, y permitirles que la examinen”. (reglas oficiales de tenis de mesa, 2018).

3.5 Conceptos Básicos

- 3.5.1 Una jugada es el período durante el cual está en juego la pelota.
- 3.5.2 “La pelota está en juego desde el último momento en que permanece inmóvil en la palma de la mano libre antes de ser puesta en servicio intencionadamente, hasta que toca cualquier cosa que no sea la superficie de juego, el conjunto de la red, la raqueta empuñada con la mano, la mano de la raqueta por debajo de la muñeca o hasta que la jugada se decide como tanto o anulación”. (reglas oficiales de tenis de mesa, 2018).
- 3.5.3 Una anulación es una jugada cuyo resultado no es anotado.
- 3.5.4 Un tanto es una jugada cuyo resultado es anotado.
- 3.5.5 La mano de la raqueta es la mano que empuña la raqueta.
- 3.5.6 La mano libre es la mano que no empuña la raqueta.
- 3.5.7 Un jugador golpea la pelota si, estando en juego, la toca con su raqueta empuñada con la mano, o con la misma mano por debajo de la muñeca.

- 3.5.8 Un jugador obstruye la pelota si él, o cualquier cosa que vista o lleve, la toca estando en juego sin que haya sobrepasado su línea de fondo, no habiendo tocado su campo desde la última vez que fue golpeada por su oponente.
- 3.5.9 El servidor es el jugador que ha de golpear en primer lugar la pelota en una jugada.
- 3.5.10 El restador es el jugador que ha de golpear en segundo lugar la pelota en una jugada.
- 3.5.11 El árbitro es la persona designada para dirigir un partido o encuentro.
- 3.5.12 El árbitro auxiliar es la persona designada para asistir al árbitro en ciertas decisiones.
- 3.5.13 Lo que un jugador viste o lleva incluye todo lo que vestía o llevaba al comienzo de la jugada, excluida la pelota.
- 3.5.14 Se considera que la pelota pasa por encima o alrededor del conjunto de la red si pasa por cualquier lugar que no sea entre la red y los soportes de ésta, o entre la red y la superficie de juego.
- 3.5.15 Se considera que la línea de fondo se prolonga indefinidamente en ambas direcciones.

3.6 Servicio Correcto

- 3.6.1 “Al comienzo del servicio la pelota deberá estar inmóvil, manteniéndose libremente sobre la palma abierta y extendida de la mano libre del servidor, por detrás de la línea de fondo y por encima del nivel de la superficie de juego”. (reglas oficiales de tenis de mesa, 2018).
- 3.6.2 “A continuación el servidor lanzará la pelota hacia arriba lo más verticalmente posible, sin imprimirle efecto, de manera que se eleve al menos 16 cm tras salir de la palma de la mano libre y luego caiga sin tocar nada antes de ser golpeada”. (reglas oficiales de tenis de mesa, 2018).

- 3.6.3 “Cuando la pelota está descendiendo, el servidor deberá golpearla de forma que toque primero su campo y luego, pasando por encima o alrededor del conjunto de la red, toque directamente el campo del restador; en dobles, la pelota deberá tocar sucesivamente el medio campo derecho del servidor y del restador”. (reglas oficiales de tenis de mesa, 2018).
- 3.6.4 La pelota y la raqueta estarán por encima del nivel de la superficie de juego desde el último momento en que la pelota está inmóvil antes de ser lanzada hasta que es golpeada.
- 3.6.5 “Cuando la pelota es golpeada, ha de encontrarse por detrás de la línea de fondo del servidor, pero no más atrás de la parte del cuerpo del servidor situada más lejos de su línea de fondo, exceptuando el brazo, cabeza o pierna”. (reglas oficiales de tenis de mesa, 2018).
- 3.6.6 Es responsabilidad del jugador servir de forma que el árbitro o árbitro auxiliar pueda ver que cumple con los requisitos de un buen servicio.
- a.- “Si el árbitro tiene duda sobre la corrección de un servicio, pero ni él ni el árbitro auxiliar están seguros de la ilegalidad, podrá, en la primera ocasión de un partido, advertir al servidor sin conceder un tanto”. (reglas oficiales de tenis de mesa, 2018).
- b.- “Si posteriormente en el partido, un servicio del jugador o de su pareja en dobles es de dudosa corrección, por la misma o cualquier otra razón, el restador ganará un tanto”. (reglas oficiales de tenis de mesa, 2018).
- c.- “Siempre que el servidor incumpla claramente los requisitos de un servicio correcto no recibirá advertencia alguna y el restador ganará un tanto, ya sea en la primera o en cualquier otra ocasión”. (reglas oficiales de tenis de mesa, 2018).
- 3.6.7 “En casos excepcionales, el árbitro podrá atenuar los requisitos para un servicio correcto siempre que le sea notificado antes de comenzar el juego que una determinada discapacidad física impide su cumplimiento”. (reglas oficiales de tenis de mesa, 2018).

3.7 Devolución Correcta

3.7.1 “Tras haber sido servida o devuelta, la pelota deberá ser golpeada de forma que pase por encima o alrededor del conjunto de la red y toque el campo del oponente, bien sea directamente o tras haber tocado el conjunto de la red”. (reglas oficiales de tenis de mesa, 2018).

3.8 Orden De Juego

3.8.1 “En individuales, el servidor deberá primero servir correctamente; luego, el restador deberá hacer una devolución correcta, y en lo sucesivo, servidor y restador deberán hacer devoluciones correctas alternativamente”. (reglas oficiales de tenis de mesa, 2018).

3.8.2 “En dobles, el servidor deberá primero servir correctamente; luego, el restador deberá hacer una devolución correcta; a continuación, el compañero del servidor deberá hacer una devolución correcta; después, el compañero del restador deberá hacer una devolución correcta, y en lo sucesivo, cada jugador, por turno y en este orden, deberá hacer una devolución correcta”. (reglas oficiales de tenis de mesa, 2018).

3.9 Anulación

3.9.1 La jugada será anulada:

a. – “Si, en el servicio, la pelota toca el conjunto de la red al pasar por encima de él, siempre y cuando, por lo demás, el servicio sea correcto o si la pelota es obstruida por el restador o su compañero” (reglas oficiales de tenis de mesa, 2018).

- b - Si se efectúa el servicio cuando el restador o pareja restadora no están preparados, siempre que ni el restador ni su pareja intenten golpear la pelota;
- c - Si los fallos en el servicio o al hacer una devolución correcta, o cualquier otro incumplimiento de las Reglas, se deben a causas que escapan al control del jugador;
- d - Si el árbitro o árbitro auxiliar interrumpen el juego.

3.9.2 Se puede interrumpir el juego:

- a - para corregir un error en el orden de servicio, resto o lados;
- b - para introducir la regla de aceleración;
- c - para amonestar o penalizar a un jugador;
- d - cuando las condiciones de juego se ven perturbadas de forma tal que podrían afectar al resultado de la jugada.

3.10 Tanto

- a.- A menos que la jugada sea anulada, un jugador ganará un tanto:
- b.- Si su oponente no sirve correctamente;
- c.- Si su oponente no hace una devolución correcta;
- d.- Si, tras haber realizado un servicio correcto o una devolución correcta, la pelota toca cualquier cosa, excepto el conjunto de la red, antes de ser golpeada por su oponente;
- e.- Si la pelota, pasa más allá de su línea de fondo sin haber tocado su campo, tras ser golpeada por su oponente;
- f- Si su oponente obstruye la pelota;
- g- Si su oponente golpea la pelota dos veces consecutivas;
- h- Si su oponente golpea la pelota con un lado de la hoja de la raqueta cuya superficie no cumple los requisitos indicados en los artículos 4.3, 4.4 y 4.5;
- i- Si su oponente, o cualquier cosa que éste vista o lleve, mueve la superficie de juego;

- j- Si su oponente, o cualquier cosa que éste vista o lleve, toca el conjunto de la red;
- k- Si su oponente toca la superficie de juego con la mano libre;
- l- Si en dobles uno de los oponentes golpea la pelota fuera del orden establecido por el primer servidor y el primer restador.
- m- De acuerdo con lo estipulado en la regla de aceleración (2.15, b)

3.11 Juego

“Ganará un juego el jugador o pareja que primero alcance 21 tantos, excepto cuando ambos jugadores o parejas consigan 20 tantos; en este caso, ganará el juego el jugador o pareja que primero obtenga 2 tantos de diferencia sobre el jugador o pareja oponente”. (reglas oficiales de tenis de mesa, 2018).

3.12 Partido

- a.- Un partido se disputará al mejor de 3 o 5 juegos.
- b.- El juego será continuo durante todo el partido, excepto en los intervalos autorizados.

3.13 Elección de Servicio, Resto y Lados

- a.- El derecho a elegir el orden inicial de servir, restar o lado de la mesa se decidirá por sorteo, y el ganador puede elegir servir o restar primero, o empezar en un determinado lado de la mesa.
- b.- Cuando un jugador o pareja ha elegido servir o restar primero, o empezar en un lado determinado, el otro jugador o pareja tendrá la otra elección.
- c.- “Después de haberse jugado 5 tantos, el restador o pareja restadora pasará a ser el servidor o pareja servidora, y así hasta el final del juego, a menos que ambos jugadores o

parejas hayan anotado 20 tantos o esté en vigor la regla de aceleración. En estos últimos casos, el orden del servicio y del resto será el mismo, pero cada jugador servirá tan sólo un tanto alternativamente”. (reglas oficiales de tenis de mesa, 2018).

d.- “En cada juego de un partido de dobles, la pareja que tiene el derecho a servir en primer lugar elegirá cuál de los dos jugadores lo hará primero, y en el primer juego de un partido la pareja restadora decidirá cuál de los dos jugadores restará primero; en los siguientes juegos del partido, una vez elegido el primer servidor, el primer restador será el jugador que le servía en el juego anterior”. (reglas oficiales de tenis de mesa, 2018).

e.- “En dobles, en cada cambio de servicio, el anterior restador pasará a ser servidor, y el compañero del anterior servidor pasará a ser restador”. (reglas oficiales de tenis de mesa, 2018).

f.- “El jugador o pareja que sirva primero en un juego restará en primer lugar en el siguiente juego del partido, y en el último juego posible de un partido de dobles, la pareja restadora cambiará su orden de recepción cuando la primera de las parejas anote 10 tantos”.

g.- “El jugador o pareja que comienza un juego en un lado de la mesa comenzará el siguiente juego del partido en el otro lado, y en el último juego posible de un partido, los jugadores o parejas cambiarán de lado cuando el primero de los jugadores o parejas anote 10 tantos”. (reglas oficiales de tenis de mesa, 2018).

3.14 Errores en el Orden de Servicio, Resto o Lados

a.- “Si un jugador sirve o resta fuera de su turno, el juego será interrumpido por el árbitro tan pronto como se advierta el error, y se reanudará sirviendo y restando con aquellos jugadores que deberían servir y restar respectivamente según el tanteo alcanzado, de acuerdo con el orden establecido al principio del partido; en dobles, el juego se reanudará con el orden de servicio elegido por la pareja que tenía derecho a servir primero en el juego durante el cual es advertido el error”. (reglas oficiales de tenis de mesa, 2018).

- b.- “Si los jugadores no cambiaron de lado cuando debían haberlo hecho, el juego será interrumpido por el árbitro tan pronto como se advierta el error, y se reanudará con los jugadores en los lados en que deberían estar según el tanteo alcanzado, de acuerdo con el orden establecido al comienzo del partido”. (reglas oficiales de tenis de mesa, 2018).
- c.- En cualquier caso, todos los tantos conseguidos antes de advertirse un error serán válidos.

3.15 Regla de Aceleración

- 3.15.1 Excepto que ambos jugadores o parejas hayan conseguido al menos 19 tantos, la regla de aceleración entrará en vigor si un juego no ha finalizado tras 15 minutos de juego, o en cualquier otro momento anterior a petición de ambos jugadores o parejas.
- a - Si la pelota está en juego al llegarse al tiempo límite, el juego será interrumpido por el árbitro y se reanudará con el servicio del jugador que sirvió en la jugada que fue interrumpida.
- b - Si la pelota no está en juego al llegarse al tiempo límite, el juego se reanudará con el servicio del jugador que restó en la jugada inmediatamente anterior.
- 3.15.2.- A partir de ese momento, cada jugador servirá un tanto por turno, y el jugador o pareja restadora ganará un tanto si hace 13 devoluciones correctas.
- 3.15.3.- Una vez aplicada, la regla de aceleración continuará en vigor hasta el final del partido.
- 3.15.4 Si la duración de un juego fuese más de 15 minutos, todos los juegos posteriores del partido deberán jugarse bajo la regla de aceleración.

CAPITULO IV

TACTICA Y TECNICA

“El tenis de mesa es un juego sumamente táctico. Las decisiones estratégicas se toman a una gran velocidad y existe un componente psicológico determinante.

Los principales aspectos técnicos son: el manejo de la raqueta, la posición básica y los golpes”. (Diaz, 2016)

4.1 Manejo de la raqueta

En el tenis de mesa hay tres formas básicas de empuñar la raqueta:

Presa europea o clásica: “Es la más extendida en Europa y su ventaja principal es que permite jugar con las dos caras de la raqueta sin necesidad de variar la posición de los dedos; se empuña la pala como en el tenis, pero dejando extendido el índice en la cara exterior (de revés), sobre el borde de la hoja”. (Diaz, 2016).

Presa china: “En esta modalidad el índice y el pulgar están juntos sobre la hoja exterior de la pala, pero sin llegar a estar en contacto, mientras que en la cara interior los tres dedos están juntos y ligeramente flexionados sobre la hoja”. (Diaz, 2016)

Presa japonesa: “Es muy parecida a la china, pero los dedos índice y pulgar están en contacto; por el lado opuesto, los dedos están más abiertos que en la presa china”. (Diaz, 2016).

4.2 Posición básica

“La posición corporal básica correcta es de pie, con las rodillas algo flexionadas y el peso del cuerpo echado hacia adelante para acelerar los movimientos y facilitar la anticipación”. (Diaz, 2016)

“Los desplazamientos son muy cortos y, excepto si el jugador está muy lejos de la mesa, no se cruzan las piernas en paso de carrera. La distancia correcta respecto a la mesa dependerá de la táctica utilizada, aunque en ningún caso se debe tomar una posición en contacto con la mesa, excepto para devolver una dejada”. (Diaz, 2016).

4.3 Golpes básicos

Los golpes básicos que se realizan en el tenis de mesa son los mismos que se emplean en el tenis:

Saque de derecha: “El saque básico de derecha se realiza colocando el cuerpo ligeramente flexionado y perpendicular respecto a la mesa, con la bola sobre la palma de la mano extendida y la mano de saque preparando la pala por encima de la altura de la bola. El movimiento ha de ser coordinado, con la mano soltando la bola hacia arriba y la de saque golpeando hacia abajo y hacia adelante, para colocar el primer bote cerca del ángulo de la propia mesa y de modo que pase al otro lado de la red” (Diaz, 2016).

Saque de revés: “El saque básico de revés se ejecuta con un movimiento parecido, pero colocando el cuerpo un poco flexionado y frontal respecto a la mesa y la mano derecha agarrando la pala a la altura del pecho”. (Diaz, 2016).

Golpe de derecha: “Se utiliza cuando se golpea la pelota por el lado hábil y por la cara de la raqueta en la que se apoya el pulgar. El jugador se coloca con la pierna de apoyo retrasada, a la vez que lleva el brazo que sostiene la pala hacia atrás con un giro de hombros. El golpe de derecha puede ser muy variado según el efecto y la fuerza” (Diaz, 2016).

El revés: “Se emplea cuando la pelota llega por el lado en el que el jugador es menos diestro, y se ejecuta cruzando la mano hábil por delante del cuerpo y golpeando con la

cara de la raqueta en la que se apoya el índice extendido. El jugador se coloca con la pierna derecha adelantada, y la rotación de los hombros permite la aceleración en el golpe”. (Diaz, 2016)

La dejada: “Mediante un golpe suave se deja frenada la bola justo detrás de la red. Es un tipo de golpe que se utiliza cuando el adversario está lejos de la red o cuando se desea cambiar el ritmo del juego”. (Diaz, 2016)

Golpe de bote pronto: “Se golpea la bola justo después del bote. Este golpe se emplea para romper el ritmo y acelerar el contraataque o para impedir el efecto después del bote de la bola del contrario”. (Diaz, 2016).

Golpes con efecto: “Los golpes con efecto transmiten a la pelota un movimiento de rotación para que describa una trayectoria extraña o inesperada. El golpe liftado imprime una rotación hacia adelante que provoca que la pelota caiga más rápida sobre la mesa; se golpea de abajo arriba. El golpe cortado imprime una rotación hacia atrás que hace que la pelota, al botar, no salga despedida como se esperaba; se golpea de arriba abajo”. (Diaz, 2016)

CAPITULO V

TENIS DE MESA EN LA EDUCACIÓN

Abad Robles (2008, p 37), “nos señala las consideraciones que se deben tener en cuenta en la enseñanza del Tenis de Mesa”:

- “Existe la necesidad de utilizar una metodología de enseñanza del Tenis de Mesa que combine la instrucción centrada en la técnica y aquélla que se centra en la táctica. Teniendo en cuenta los estudios de Raab, Masters, y Maxwell” (2005) y de Tielemann (2007), esta forma de enseñar el Tenis de Mesa sería conveniente para alumnos y alumnas de edades correspondientes a educación Primaria y de Secundaria.
- “Dada la importancia del entrenador/profesor en la iniciación deportiva, tal como afirman Taberner, Márquez, y Llanos” (2002), la formación de éstos respecto al modelo alternativo se torna fundamental. Esto mismo también es sugerido por Unierzyski y Crespo (2007), “en relación con otro deporte de raqueta como el tenis”.
- “En lo que respecta a la Educación Primaria, tenemos que decir que el niño, en las edades de 8-10 años presenta una capacidad de aprendizaje global” (Le Boulch, 1976, citado por Giménez y Rodríguez, 2006). “Por tanto, en la iniciación al Tenis de Mesa en esta etapa ha de predominar la estrategia en la práctica global, aspecto destacado por Torres y Carrasco (1999) en la enseñanza de otro deporte de raqueta como el tenis”.
- “En la enseñanza del Tenis de Mesa en la educación Primaria y Secundaria, es aconsejable una mayor utilización de la técnica de enseñanza a través de la búsqueda y de los estilos de enseñanza que fomentan la indagación” (Le Boulch, 1991; Contreras, 1996;

Derri y Pachtá, 2007); “así favoreceremos el desarrollo de la capacidad cognitiva, los aprendizajes serán más significativos (se irán construyendo de forma engarzada y tendrán una aplicación o funcionalidad directa) y conseguiremos una mayor motivación de nuestros jugadores/alumnos, lo cual incrementará el aprendizaje” (Chiu-Ju, Chien-Chih, Hsiu-Li, MeiChi, y Kuo-Chuan, 2005).

- “Destacar también, la importancia que tiene una adecuada comunicación en la enseñanza del Tenis de Mesa”. “Es beneficioso para el aprendizaje en Tenis de Mesa, siguiendo” a Todorov, Shadmehr, y Bizzi (1997), retroalimentar (feed-back) a nuestros jugadores, lo cual ha de hacerse de forma clara, concisa, positiva y objetiva. “También parece conveniente fomentar el conocimiento de resultados interrogativo, dejando a un lado los gritos, los castigos y otras formas poco educativas”, (Castejón y Pérez-Llantada, 1999).

- “No se debe caer en el error de enseñar una técnica muy rígida y automatizada, puesto que, al ser el Tenis e Mesa un deporte de situación (acíclico), se perdería capacidad para resolver los problemas planteados en un partido” (Minc, 2001).

- “Las actividades y ejercicios que planteemos deben, en su mayoría, aproximarse progresivamente a las condiciones reales de juego” (Angelescu, 1988; Sève, Saury, Theureau, y Durand, 2002; Sève, Saury, Ria y Durand, 2003; Poolton, Masters, y Maxwell, 2006). “Se trata de la enseñanza contextual del Tenis de Mesa. De esta manera, el jugador o alumno comprenderá el porqué de cada actividad, gesto, secuencia de movimientos, aspectos de tener en cuenta antes de golpear una bola, etc.; es decir: comprenderá el Tenis de Mesa”.

- El juego es fundamental para el desarrollo y el aprendizaje del niño. Se debe utilizar como estrategia metodológica y también como aprendizaje en sí mismo, ya que el Tenis de Mesa es, en esencia, juego.

- La capacidad de concentración de los chicos y chicas se presenta mermada si la comparamos con la de un adulto, por lo que las actividades y juegos han de ser variados y de corta duración.

- El niño y niña presenta un gran egocentrismo, con lo que necesita estar en contacto con la pala, con la pelota, pero también con la mesa, ya que su principal objetivo es satisfacer su necesidad de jugar al Tenis de Mesa.

- Siguiendo a Sáenz-López (1997), “los dos pilares básicos del aprendizaje motor son: la motivación y la práctica; se ha de fomentar, pues, la motivación de los niños y niñas que están aprendiendo, no solo la motivación externa, sino también la que proviene del interior de la persona que aprende; es decir: la motivación intrínseca. Por otro lado, es conveniente tener en cuenta que solo se aprende practicando; jugando al Tenis de Mesa” (esto parece evidente, pero, a veces, a los entrenadores y profesores se nos olvida).

Señala además que para mejorar la enseñanza de los deportes de raqueta en general, y del Tenis de Mesa en particular, hacen falta nuevas y abundantes investigaciones y estudios relacionados con éstos, sobre todo, en relación con los modelos, técnicas, estrategias y estilos de enseñanza aplicados a la enseñanza de estos deportes, tanto en el ámbito educativo como en el deportivo.

Tratándose de un deporte de gran concentración, Castro (2012) “señala que luego de analizar las características de este deporte podemos decir que requiere gran gasto de energía lo cual provoca grandes cambios biológicos en el músculo los cuales trascienden a la sangre y la orina pero que además estos cambios no se reducen y trascienden a transformar órganos y sistemas del organismo y estos cambios además son específicos de la actividad física que se realiza”.

5.1 El tenis de mesa en el desarrollo del niño

Mónica Liyau, ex tenista profesional, en un artículo en una entrevista realizada por el periodista Francisco Sanz Gutiérrez (2016), nos “señala lo siguiente”:

“—Pero se puede decir que la práctica de cualquier deporte es necesaria”.

“Varios expertos, uno de ellos el psiquiatra estadounidense Daniel Amen, sostienen que el ping pong es el mejor deporte para el desarrollo del cerebro. La bola en movimiento

alcanza una gran velocidad, así que te desarrolla el músculo del ojo. Y al tener tan cerca al contrincante, tu reacción cerebral se acelera”.

— ¿Cómo puede repercutir eso en la escuela?

Los índices de comprensión de lectura en nuestro país son muy bajos. Los chicos leen palabra por palabra de forma muy lenta y no entrelazan, mueven la cabeza en vez de mover el ojo. Allí puede ayudar el tenis de mesa...”

Tratando de enriquecer su respuesta desde el punto educativo, nos señala que el tenis de mesa afina la psicomotricidad oculo – manual, oculo pedal, permitiendo además respuestas rápidas ante los problemas, identificándose el niño con su cuerpo y su entorno, lo cual son básicos para la lecto escritura y la comprensión lectora.

El deporte (Hernández (1994), cit. Castellar y Otros, 2012) aúna unas características que, “se resumen en las siguientes variables: situación motriz, juego, competición, reglamento e institucionalización”. A estos elementos, Pires (1998), cit. Castellar y Otros, 2012) incluye otro más: proyecto. Según su criterio el deporte puede presentar distintas orientaciones (deporte recreativo, de rendimiento, educativo, etc.).

Castellar y Otros (2012), “nos proporcionan las posibilidades educativas del tenis de mesa, las cuales adaptare a nuestra realidad”.

5.1.1. Ubicación del tenis de mesa en el currículo del área

“El tenis de mesa es una oportunidad, en forma de contenido educativo, para el desarrollo del alumno”. En esta línea, Allen (1996) “afirma que esta disciplina acelera el desarrollo motor del niño y favorece la mejora de los mecanismos que controlan la coordinación del movimiento complejo y fino. Asimismo, este autor incluye entre sus rasgos la capacidad para que el alumno progrese en su capacidad de aprendizaje de la percepción motora”.

En el ámbito normativo, ya en el 2016 se incorporó el ping pong en la curricula educativa, señalando el ministro de educación de entonces: "La Educación Física es fundamental para lograr la formación integral de los estudiantes y sembrar en ellos hábitos saludables

y valores claves como la disciplina, solidaridad, honestidad y el trabajo en equipo, que pondrán en práctica durante toda su vida", comentó en la ceremonia realizada en el colegio Isabel La Católica de La Victoria.

Con Resolución ViceMinisterial N° 058-2018-MINEDU, “que aprueba las bases generales y específicas de los Juegos Deportivos Escolares Nacionales para el 2018, se incorporase el tenis de mesa como un deporte obligatorio. En el 2006 se establece las enseñanzas mínimas para la Educación Primaria en el Estado Español. En su apartado dedicado a la Educación Física, diferencia cinco bloques de contenidos. El tenis de mesa pertenece al bloque quinto, el dedicado a los juegos y las actividades deportivas. Sin embargo, por los elementos motrices que son necesarios para la práctica de esta disciplina, de forma transversal también presenta elementos del bloque uno (el cuerpo: imagen y percepción), el bloque dos (habilidades motrices) y el bloque cuatro (actividad física y salud). Estas características dotan al tenis de mesa de unas particularidades ideales para el desarrollo de los contenidos de trabajo que componen cada uno de los bloques del área”.

5.1.2. Planteamiento metodológico

El tenis de mesa es uno de los aspectos menos estudiados en nuestro país, asumiéndose como un deporte más en la asignatura de educación física, sin tener en cuenta la amplitud y diversidad de elementos que no solo han de permitir un desarrollo psicomotor completo (psicomotriz gruesa y fina, relación óculo manual, óculo podal, integración espacial del cuerpo, idea de la imagen corporal), además de ser potencialmente utilizado integrándola en los procesos de enseñanza aprendizaje de la matemática, al contar, idea de número, concepto y relación de conjuntos, luego con la mesa y el campo idea de formas, dimensiones, áreas, unidades de medida, la pelota y la raqueta formas planas y volumen, textura, además del aspecto psico social, ya que ayuda a la socialización al integrarse como

equipo e individualmente. Además de poder contribuir a relacionarse con su medio, asumiendo responsabilidades, cumpliendo reglas.

5.2 La técnica de enseñanza

La enseñanza tradicional del tenis de mesa consistió en ver como los estudiantes demostraban sus habilidades que tenían para mejorar estas, el entrenador después de ver si tenía las cualidades podía decir que estaba predispuesto para este deporte sin embargo en la actualidad esto es diferente.

“El modelo citado es necesario complementarlo con otro denominado: técnica de enseñanza por indagación”. En este sentido, Abad (2008) “propone ejemplos de cómo utilizarlo y aplicarlo en el proceso de enseñanza del tenis de mesa, a partir de una presentación de la tarea abierta y una retroalimentación de tipo interrogativo”. “Sólo de esta forma el alumno, además de aprender el gesto técnico, puede llegar a interiorizar la finalidad de cada gesto técnico, y por qué debe aplicar uno u otro en función de la situación cambiante del juego” (Abad, 2008). “Con la implicación cognoscitiva del alumno, la técnica de enseñanza basada en la indagación se fundamenta predominantemente en los mecanismos de percepción y decisión, mostrando por tanto un carácter más educativo”.

Por estudios realizados por el profesor de Educación Física, John B Allen (1996), “con 20 años de experiencia jugando tenis de mesa, incluyendo entrenamientos en China y Japón, tuvo el propósito con esta revisión de sostener la hipótesis que la práctica del tenis de mesa acelera el desarrollo motriz en los niños”.

El nivel del crecimiento en el desarrollo motriz de los niños es un período formativo en el aprendizaje motriz a medida que el sistema nervioso madura, el cual envía información a los músculos para controlar el movimiento.

Las características de clasificación de las habilidades psicomotrices según Sage en “1984 son: control de precisión, multi-coordinación de miembros, orientación de respuesta, tiempo de reacción, velocidad del movimiento de brazo, tasa de control, destreza manual, estabilidad brazo-mano, velocidad muñeca-dedo y puntería. Estos son los factores en desarrollo motriz, y todos son utilizados en la práctica de las técnicas del tenis de mesa”.

De esta investigación se concluye que:

“...A partir de mi experiencia como instructor y profesor de educación física, las técnicas de Tenis de Mesa y apropiada capacidad motriz puede desarrollarse efectivamente desde temprana edad, 6 años. La paleta y pelota de Tenis de Mesa son suficientemente livianas para que los niños puedan balancearlas y golpear la pelota. También, la distancia entre el contacto con la pelota y la profundidad del campo de juego no son tan grandes como en otros deportes de paleta. Además, la práctica del Tenis de Mesa provee un gran monto de tiempo de interacción, considerando que la pelota es golpeada aproximadamente cada 1.5 segundos si se alimenta continuamente. Por esta razón, la práctica del Tenis de Mesa puede aumentar el proceso y la adquisición de técnicas de tareas motoras similares y el mecanismo que gobierna el control motriz complejo y fino...” (Allen, 1996).

“Al observar la secuencia de eventos para el aprendizaje de una tarea en Tenis de Mesa, uno puede ver el desarrollo en un niño (5-8 años) de la capacidad motriz y el aprendizaje perceptivo motor”. (Allen, 1996). La destreza más fundamental en Tenis de Mesa es golpear un objeto en movimiento (pelota) lo cual requiere coordinación para cada golpe. Basado sobre esto revisar los mecanismos que controlan la coordinación son desde la entrada sensorial y el sistema nervioso. Por ejemplo, al aprender el golpe de derecha, cuando una paleta y una pelota son introducidos por

primera vez, el alumno debe encontrar el objeto a ser golpeado (separación figura-fondo).

Luego, la información del estímulo visual se procesa por los sistemas de circuito abierto y cerrado, y se envían impulsos para activar la respuesta apropiada para balancear la paleta y golpear la pelota. Al principio, el niño no golpea la pelota a menudo, y la pelota rara vez va en la dirección deseada sobre la mesa cuando es golpeada. A través de prueba y error la respuesta de salida mejora rápidamente, llegando a ser más consistente y segura por medio del filtrado de la información no deseada. Con guía y práctica el esquema del movimiento de derecha llega a ser un movimiento suave, consistente y eficiente. “De acuerdo con las investigaciones de Fitts (1951, cit Allen 1996) y Fleishman & Rich (1963, cit Allen 1996) inicialmente el desarrollo de técnicas está primariamente apoyado por la realimentación externa (visual-espacial) la cual modula finamente la tarea. Dado que la información indeseable es filtrada por el movimiento un programa motor (circuito abierto de control) puede desarrollarse y almacenarse en la memoria, mecanismos de circuito cerrado están ahora disponibles para ajustar el movimiento para alcanzar un nuevo y más alto nivel técnico”.

La meta siguiente con el ataque de derecha es la capacidad para ejecutar este esquema bajo condiciones variadas, cambiando el efecto, la velocidad, trayectoria y ubicación de la pelota a ser golpeada. Variando estas condiciones de la pelota entrante, el niño adapta su respuesta al cambiante entorno aplicando conocimiento de ángulos, velocidad, fuerza, tiempo y relaciones espaciales y kinestéticas. La respuesta exitosa a estos ajustes complejos apoya la investigación de Glencross y Cibich (1976, cit Allen 1996) que por medio de la práctica el flujo de señales es diferenciada y clasificada para poder realizar un respuesta adecuada. Esta adquisición técnica también demuestra las características de las capacidades psicomotrices en relación con el golpe de derecha en Tenis de Mesa, la cual es productiva en el proceso de desarrollo estas habilidades para otras tareas. Dada la abundancia de golpes en la práctica, el Tenis de Mesa provee mayor interacción con esta técnica psicomotriz que cualquier otro deporte en un ambiente seguro y divertido. La práctica de las técnicas de Tenis de Mesa desarrolla

capacidad de aprendizaje de percepción motora y eleva la tasa de desarrollo motriz en niños comparada con otras actividades deportivas de raqueta.

La hipótesis original de este estudio es referente a niños en el primer nivel del aprendizaje motriz. Los adultos utilizan los mecanismos de coordinación en toda su vida activa. La práctica en aplicar estos mecanismos puede solamente lubricar este proceso y proveer estimulación para hacer más diestra y fluida la coordinación en cualquier edad. De esta forma, esta investigación implica que mayores investigaciones están indicadas para revisar los beneficios de la coordinación motriz fina, los mecanismos por los cuales ella ocurre y que actividades promueven su mantenimiento en adultos de cualquier edad.

En el trabajo realizado Ballesteros y otros (2012), “señalan la relación entre el tenis de mesa y el desarrollo motriz, concluye que”:

a.- “De acuerdo a los resultados de las pruebas se evidencio una notable mejoría en el desarrollo motor de los niños del colegio la ETB Álvaro Camargo ya que en el post test el 90% de las pruebas todos los niños las ejecutaron correctamente y con mayor facilidad”. (Ballesteros 2012).

b.- “Los logros que más se resaltan con el proyecto están en la mejoría de los patrones de manipulación, coordinación, tanto viso-manual como viso pedica y el equilibrio de los niños, los patrones locomotores del movimiento como correr saltar y caminar desde el inicio no presentaban falencias motrices al ejecutarlos por lo que simplemente se estimularon para que cada vez los ejecuten con mayor fluidez”. (Ballesteros 2012).

c.- “Se puede concluir que utilizando los elementos básicos del tenis de mesa (una raqueta, un ping pong y una mesa dibujada) como medio para estimular el desarrollo motor de los niños, el proceso que se ejecutó junto con el acompañamiento de los padres si logro una mejoría de los aspectos nombrados anteriormente, además de la parte social y cognitiva del niño”. (Ballesteros 2012).

d.- “Otro aspecto que evidenció cambios positivos fue el comportamiento de los niños, al inicio se observó timidez frente al desarrollo de las actividades, pero con el apoyo

de sus padres y la integración de los demás participantes, permitió que se fueran desenvolviendo con mayor facilidad en el proceso de aprendizaje”. (Ballesteros 2012). Evidenciamos la falta de compromiso en cuanto a la participación de algunos padres para involucrarse en el proceso de aprendizaje y formación de los niños.

e.-. “La fundamentación de la propuesta pedagógica en cuanto a los valores, lo sociológico, lo pedagógico, psicomotor y filosófico, desarrollados dentro de las sesiones en el colegio ETB Álvaro Camargo, logró contribuir en la formación integral de los niños, esto evidenciado a lo largo del proceso por la observación de los docentes y expresado por los padres al finalizar las clases”. (Ballesteros 2012).

f.-. “Finalmente a lo largo del diseño y ejecución de la propuesta se observó durante las sesiones y por la interpretación de los resultados cambios característicos en el desarrollo motor de los niños, en los que fueron más evidentes los patrones de gateo, carrera y salto lo que permite establecer una relación entre una propuesta pedagógica fundamentada en matro-tenis de mesa y la estimulación progresiva que se logró en el desarrollo motor de los niños en edades entre los 3 y 5 años del colegio ETB Álvaro Camargo de grado cero”. (Ballesteros 2012).

Fuentes y Otros (2010), “señalan que la selección y obtención de resultados en niños y adolescentes está estrechamente ligada con el proceso de entrenamiento de muchos años, por ello el contenido de cada una de sus etapas está directamente relacionado con el diagnóstico de la aptitud deportiva y con la necesidad de ampliar un buen proceso de desarrollo de habilidades básicas en estos niños, para cumplir las crecientes exigencias del deporte”.

Hoy en día en el Tenis de Mesa se trabaja desde el punto de vista científico-investigativo en la búsqueda de nuevas técnicas de la enseñanza y entrenamiento en edades tempranas, que permitan tener mejores resultados.

“Las actividades lúdicas estimulan el trabajo individual y colectivo, así como la formación de diversos niveles de disposición para la realización de la actividad deportiva, motivan y promueven todos los procesos psíquicos de la personalidad, especialmente los procesos volitivos- emocionales, en su forma competitiva le brindan

a la enseñanza del deporte su verdadero valor, puesto que son el fin del aprendizaje y la ejercitación de los niños y niñas”. (Ballesteros 2012).

“En todo el tiempo que el Tenis de Mesa ha ido tomando arraigo en Cuba se han venido realizando estudios desde el punto de vista científico metodológico para mejorar el proceso de enseñanza de los jugadores, aspecto este que podría favorecer en la obtención de logros futuros, por lo que se decidió dirigir la investigación a los cimientos del deporte, la etapa de iniciación, para la cual se utilizó las mejores experiencias aplicadas en países de Europa y Asia los cuales establecen el período de inicio de los 5 a los 8 años, período en el cual se busca lograr una familiarización del niño con el deporte en un ambiente de juegos motivadores, creativos y dinámicos con la utilización de los implementos de juego”. (Ballesteros 2012).

Es importante precisar dos etapas en la adquisición de una habilidad. La etapa de adquisición de la habilidad y la de su desarrollo.

“Se habla de formación de la habilidad cuando una vez adquirido los modos de acción, se inicia la ejercitación, es decir de uso de la habilidad recién formada en la cantidad necesaria y con una frecuencia adecuada, de modo que vaya haciéndose cada vez más fácil de reproducir o usar y se eliminen los errores. Cuando se garantice la acción ejercitada se realiza con rapidez y corrección, así como con iniciativa e innovación, decimos que la habilidad se desarrolla”. (Ballesteros 2012).

Son requerimientos en esta etapa de desarrollo de la habilidad el saber precisar cuántas veces, cada cuánto tiempo, y algo muy importante: de qué forma. La ejercitación necesita de ser suficiente, el ser diversificada, es decir, la presentación de los ejercicios variados para evitar el mecanicismo, el formalismo, las respuestas con asociación de algunas palabras de la orden o de la forma en que el ejercicio se presenta. Estos errores anulan el aprendizaje, "eliminan" el pensamiento, la reflexión, la conducta inteligente. Es importante garantizar un período suficiente y variado de ejercitación, es decir el desarrollo de habilidad. Las habilidades permiten al niño poder realizar una determinada tarea.

En el transcurso de la actividad, como el resultado del ejercicio, la repetición o la enseñanza dirigida, el niño va dominando las acciones que le permite realizar de una forma cada vez más perfecta la actividad de que se trate.

La población está compuesta por 38 niños entre la edad de 5 a 8 años pertenecientes a la circunscripción 9, tomándose como muestra a 12 niños, representando el 28% con respecto a la población, esta selección se realizó utilizando el muestreo intencional, de estos 2 eran del sexo femenino y 10 del masculino, con una edad promedio de 6.3 años.

Las conclusiones a las que se llegó son:

- Se logró determinar los fundamentos teóricos metodológicos que sustentan las actividades lúdicas en las edades tempranas.
- Se logró proponer un conjunto de actividades lúdicas para lograr el desarrollo de habilidades con la raqueta en los niños y niñas de la circunscripción 9 del Consejo Popular Sur del municipio Jatibonico que respondiera a la selección de talentos para el deporte.
- A partir de la aplicación de las actividades lúdicas propuestas y la validación de experto se pudo corroborar la calidad de las actividades lúdicas diseñadas.
- Las actividades lúdicas con el Tenis de Mesa posibilitaron aumentar las habilidades con la raqueta en el grupo experimental.
- Los resultados finales arrojaron que son efectivos las actividades lúdicas aplicadas para el desarrollo de habilidades con la raqueta de Tenis de Mesa.

Según el manual de tenis de mesa presentado por Zuleta (2005), “señala que la a etapa de iniciación del Tenis de Mesa, comienza a partir de los 11 hasta los 14 años de edad”.

Considerando que las características físicas de un deportista del Tenis de Mesa prima en la coordinación, agilidad, velocidad y a medida que va evolucionando en el entrenamiento, el deportista debe desarrollar, resistencia y fuerza.

Las características psicológicas es que sea un niño o niña feliz, sistemática, buena autoestima, ser capaz de pensar y actuar en forma independiente, debe estar preparado para el triunfo y la derrota, debe ser capaz de tomar decisiones, comprometerse con la actividad y consigo mismo.

Las características de aspecto social, el deportista debe demostrar: valores, y mostrar predisposición para relacionarse de forma correcta con su entorno y con sus pares, debe respetar normas como deportista y como persona.

El tenis de mesa puede utilizarse como tratamiento para trastornos de atención e hiperactividad como lo señala Sánchez (2012) “la mayoría de los niños con síntomas del Trastorno de Déficit de Atención e Hiperactividad, presentan un trastorno comórbido, como, por ejemplo: problemas de afectividad (como trastornos del estado de ánimo o ansiedad), trastornos del aprendizaje, fracaso escolar, trastornos de conducta y de una manera cada vez más significativa, trastornos de la Coordinación Motora”.

“...Es fácil que, por lo anterior, sean excluidos, tanto social, como en el ambiente educativo y posteriormente laboral, situación no ajena al ámbito deportivo. Inicialmente, en las escuelas se presta especial atención a aquellos niños que se destacan por sus habilidades y destrezas, dejando de lado a los que no progresan en el entrenamiento, lo cual en cierta instancia es razonable ya que estos niños o niñas destacados son el reflejo cercano de un trabajo constante y que arroja los resultados que son necesarios para un entrenador en un tiempo determinado, pero gracias a este afán de victoria se olvida a aquellos niños con problemas, quienes pueden llegar a ser iguales o mejores que otros, sin ningún tipo de dificultad aparente...”. Sánchez (2012).

Teniendo en cuenta que la Educación Física que incluye al tenis de mesa, es un eficaz instrumento de pedagogía, por cuanto ayuda a desarrollar las cualidades básicas del hombre como unidad bio-sico-social, que determina el accionar educativo con sus fundamentos científicos apoyándose en la filosofía, la psicología, la biología, etc.; permite y facilita a los individuos comprender su propio cuerpo, sus posibilidades, a conocer y dominar un número variado de actividades corporales, que se ajusten a su interés, sean convenientes para su desarrollo y recreación personal, mejorando a su vez su calidad de

vida por medio del enriquecimiento y disfrute personal y la relación con los demás. Y en la búsqueda de una disciplina deportiva que genere interés en los individuos.

Nos indica Barba (2015) “que socializó su proyecto de dar a los niños y niñas de educación inicial los primeros pasos del tenis de mesa, cual fue acogido positivamente, el objetivo fue evitar que los niños se dediquen a pasar el tiempo en video juegos o en la televisión, así como amenorar la obesidad de la comunidad”. El reto que se quiso lograr es que el niño o niña aprenda lo movimientos básicos del tenis de mesa que es la derecha y el revés, una vez que ellos dominen bien estos golpes se les podría enseñar lo otros tipo de golpes que se pueden dar a las distintas bolas con sus efecto. La metodología utilizada se basó en técnicas que no aburran a los niño/as como son los conos, las escaleras para que tenga más motricidad en las piernas lo cual les ayudará a un mejor desplazamiento en la mesa, los recursos disponibles fueron: conos, escaleras, raquetas, globos, bolas, y sogas y mesa de tenis de mesa. Los logros obtenidos fueron satisfactorios ya que en dos meses de trabajo las niñas y niños lograron aprender los golpes de derecha y revés y en la última semana se han desempeñado mucho más.

Soler (2012), “señala en el Manual Técnico del PNTD que es posible, y muy interesante, empezar un entrenamiento con niños incluso de 4 o 5 años. Señalando que se tiene que dar un enfoque distinto a los entrenamientos usuales de los mayores, tiene que primar el juego y la diversión, que nos ayudarán a que el niño y niña vayan adquiriendo poco a poco un bagaje motor adecuado para su futuro entrenamiento. Por lo tanto, esta fase podría denominarse Fase de pre-entrenamiento”.

La sesión de entrenamiento: es una en la que los niños y niñas de estas pequeñas edades, desarrollen los juegos y ejercicios de forma divertida y adaptada el "mundo imaginario" de los niños (poner nombre de animales a los juegos, hacerlo con canciones, etc.). La duración por sesión es de 45' a 1h15' y 2 o 3 días a la semana.

Estructura de la sesión:

- Entrada en (calor 20 a 30% del tiempo). Carrera de obstáculos, juegos pre-competitivos, juegos de equilibrio, relevos, moverse con los ojos cerrados con un compañero que nos guía salvando los obstáculos, etc.

- Fundamentos del juego (ejes de trabajo) 30 a 40% del tiempo
- Competición 20 a 30% del tiempo
- Fin de la sesión 10% del tiempo. Canciones, relajación, explicar algún juego para hacer en casa, estiramientos, etc.

CONCLUSIONES

PRIMERO. - Teniendo en cuenta que el tenis de mesa, es posible enseñarlo como deporte desde los 4 y 5 años (inicial), de 6 a 11 años (primaria), y mayores de 12 años y que los materiales e implementos necesarios para el tenis de mesa no son pesados o peligrosos, se puede concluir que es viable ejecutarlo en el proceso de enseñanza aprendizaje de la educación física, tanto de los niveles de inicial, primaria y secundaria.

SEGUNDO.- El tenis de mesa por sus características de ejecución, permite que los niños, aun de temprana edad, puedan alcanzar: un alto desarrollo psicomotor (óculo manual, óculo podal, sincronización de sus movimientos con el espacio), además de las relaciones de las partes de su cuerpo con el entorno y asunción de reglas. Además de que permite la articulación de asignaturas, desarrollo de la autoestima, facilita la socialización, incentiva a toma de decisiones rápidas, planifica, elabora estrategias, supera la derrota, cultiva la responsabilidad y el respeto a las normas.

TERCERO.- Para la enseñanza del tenis de mesa se utilizará una mixtura entre la demostración (del profesor o de otro compañero), a través del canal visual, complementado con otro denominado: técnica de enseñanza por indagación, a partir de una presentación de la tarea abierta y retroalimentación de tipo interrogativo.

REFERENCIAS CITADAS

Abad, M. (2008). Propuesta de enseñanza del Tenis de Mesa en Educación Primaria y

Secundaria RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación. (tesis de pregrado). Federación Española de Docentes de Educación Física. Murcia, España.

Allen, J. (1996). El Tenis De Mesa Y El Desarrollo Motriz, International Journal of Table Tennis Sciences N° 3, Agosto 1996, 311 Highwood Drive, Louisville, KY 40206-3292, USA. Descargado de <http://www.efdeportes.com/efd8/desmot.htm>

Ballesteros, T. González, D. & Carlós, B. (2012). Tenis de Mesa una Propuesta Pedagógica para Estimular Progresivamente el Desarrollo Motor de los Alumnos del Colegio Etb Alvaro Camargo en Edades De 3 A 5 Años Del Grado Cero. (tesis de pregrado). Universidad Libre. Facultad Ciencias de la Educación. Bogotá.

Barba, M. (2015). Educación Inicial en el Tenis de Mesa. Recuperado de: <https://prez.com/swqfzxx8d0i1/educacion-inicial-en-el-tenis-de-mesa/>

Berrospi, J. (2008). Breve historia del tenis de mesa. Recuperado de: <http://tenisdemesa10.blogspot.com/2008/11/breve-historia-del-tenis-de-mesa.html>

Castellar, C. Pradas F. Quintas, A. Coll, I. & Rapún, M. (2012). El proceso de enseñanza-aprendizaje del tenis de mesa en el ámbito escolar. Una propuesta educativa en Educación Primaria. (tesis de pregrado). Universidad de Zaragoza, IV Congreso Internacional de Ciencias del Deporte y la Educación Física. Pontevedra, España.

Castro, A. (2008). Análisis biológico de la influencia del Tenis de Mesa en el organismo que practica esta actividad sistemáticamente. Recuperado de: <https://www.monografias.com/trabajos58/tesis-analisis-biologico/tesis-analisisbiologico. .shtml>.

Coello, B. & Geovanny, F. (2012). Análisis del servicio de derecha y su incidencia en la recepción en los tenimesistas Infantiles y Juveniles de Pichincha durante el primer semestre del año 2012. Escuela Politécnica del Ejército. Sangolquí, Ecuador.

Fernández, M. (2010). El tenis de mesa, tenis-de-mesa-Historia-Reglas-Campo de Juego. Recuperado de <http://www.tododxts.com/index.php/deportes/125-tenis-de-mesa/222>.

Fuentes, R. Pérez, Y. & Pozas, L. (2010). Actividades lúdicas para el fortalecimiento de la selección de talentos del tenis de mesa. (tesis de pregrado). Universidad de ... Ciencia de la Cultura Física y los Deportes “Manuel Fajardo”. La Habana.

González, P. (2012). Evaluación del Funcionamiento del Primer Curso de Implantación de un Programa Integral de Deporte Escolar en Educación Primaria en el Municipio de Segovia”. (tesis de pregrado). Universidad de Valladolid, España.

Sánchez, G. (2012). Manual Metodológico de Tenis De Mesa para el Mejoramiento de los Síntomas del Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (Tdah) en Niños y Niñas de 8 a 10 años. (tesis de pregrado). Universidad del Valle. Santiago de Cali, Colombia.

Sanz, F. (2016). El ping pong es el mejor deporte para desarrollar el cerebro. Recuperado de: <https://elcomercio.pe/blog/posdata/2016/07/el-ping-pong-es-el-mejor-deporte-Para-desarrollar-el-cerebro-3-Diario>. El Comercio –Perú.

Zuleta, C. (2005). Manual de Capacitación en Iniciación Deportiva en Tenis de Mesa. SERVISPORT LTDA, Chile. Editorial

Vizcaíno, J. (2015). Ejercicios para mejorar la técnica del golpe de derecha con efecto arriba en los tenismesistas escolares de la provincia de Villa Clara. Facultad de Cultura Física “Manuel Fajardo”. (tesis de pregrado). Universidad Villa Clara. La Habana.

El tenis de mesa en estudiantes de educación secundaria.

INFORME DE ORIGINALIDAD

29%	29%	1%	13%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	docplayer.es Fuente de Internet	5%
2	gorazde.webcindario.com Fuente de Internet	4%
3	www.monografias.com Fuente de Internet	3%
4	tt-gewo.com Fuente de Internet	3%
5	www.redalyc.org Fuente de Internet	3%
6	www.3djuegos.com Fuente de Internet	1%
7	www.colimdo.org Fuente de Internet	1%
8	entitats.sumi.es Fuente de Internet	1%
9	altorendimiento.com Fuente de Internet	1%

10	www.cttesviver.es Fuente de Internet	1%
11	vicherey.files.wordpress.com Fuente de Internet	1%
12	tenisdemesa10.blogspot.com Fuente de Internet	1%
13	repository.unilibre.edu.co Fuente de Internet	1%
14	www.tododxts.com Fuente de Internet	1%
15	www.sellodeportivo.com Fuente de Internet	1%
16	documentop.com Fuente de Internet	<1%
17	deportesderaquetasafa.wikispaces.com Fuente de Internet	<1%
18	Submitted to Universidad Nacional de Tumbes Trabajo del estudiante	<1%

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias

< 15 words

Excluir bibliografía

Activo