

PÁDEL: PLANIFICANDO NUESTRA TEMPORADA.

Hoy reflexionaremos sobre la importancia que tiene el **trabajo previo** desarrollado antes de comenzar una temporada, curso o escuela de pádel.

A algunos profesores este capítulo no les parece relevante, son personas del día a día que enseñan mediante la práctica y/o la competición sin pararse a pensar si están cumpliendo algún objetivo, que progresión están siguiendo sus alumnos, o cómo solucionar los problemas que puedan darse en un futuro próximo.

El problema es que, sino planificamos... **no sabremos hacia dónde nos estamos dirigiendo** y por tanto, influyendo con esta misma incertidumbre a nuestros alumnos.

Normalmente podríamos definir una planificación general de todo el curso y también un plan específico para cada clase. También incluso podríamos hablar de cómo gestionar los recursos (personales, materiales, infraestructuras, etc...) para que pocas cosas queden al azar.

Pero... ¿Para qué nos sirve planificar?.

Planificar nos sirve para **ahorrar tiempo** posteriormente (durante el transcurso del curso).

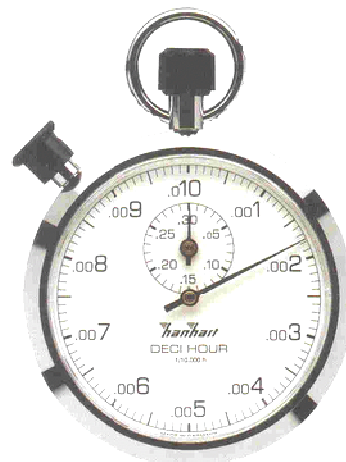
Nos sirve para garantizarnos que enseñaremos las **cuestiones clave** de nuestro deporte.

Nos sirve para estar al día y a tener presente lo que es verdaderamente importante y lo que no es relevante llevar a cabo.

Nos sirve para mejorar con respecto a la planificación del curso anterior. Constituye un marco de referencia para evaluar nuestras temporadas anteriores y así poder desarrollar una planificación mejor, más exacta y completa cara al siguiente curso.

Como vemos, es necesario que nos convenzamos de la importancia de esta acción antes de comenzar nuestras clases. Estos son algunos argumentos, pero todos sabemos que podríamos extraer más sobre los beneficios que tiene el llevar a cabo un diseño previo de nuestro curso.

A continuación reflejaremos las cuestiones básicas que tenemos que tener en cuenta para ir dándole forma a nuestra “plan de actuación”.



Los **pasos** para elaborar una buena **planificación** podrían ser:

1. Establecer las metas que queremos conseguir (tenerlas muy claras, siendo realistas).
2. Seleccionar qué queremos enseñar (conociendo todos los “pilares” que conforman nuestro deporte).
3. Organizar esta materia cara a las sesiones.

Después de tener claro estos tres pasos, podremos adentrarnos un poco más en nuestro objetivo, y completar el trabajo con estos dos puntos más:

4. Evaluar el conocimiento y las habilidades de nuestros alumnos (antes de comenzar el curso).
5. Planificar y establecer en el tiempo las sesiones.

Para esto, podemos hacernos una serie de preguntas **que nos proporcionen la información necesaria** para desarrollar adecuadamente nuestra planificación:

- ¿Cuántas sesiones llevaremos a cabo durante todo el curso?
- ¿Habrá competiciones, torneos, jornadas o campeonatos entre alumnos?
- ¿Qué actividades importantes se celebrarán durante la temporada (reuniones, comidas o cenas, charla con padres, excursiones, etc...)?
- ¿Cuántos alumnos tendremos?
- ¿En qué rango de edad se encuentran?
- ¿Qué nivel y conocimientos tienen sobre el pádel antes de comenzar el curso?
- ¿Dónde se van a impartir las clases (instalaciones)?
- ¿Qué material tendremos disponible para utilizar en nuestras sesiones?
- ¿Tenemos algún medio de enseñanza de fácil acceso (videos, libros, películas...)?
- Tendremos que pensar también si se nos ocurre **algún otro factor** que pueda **afectar** a la planificación de nuestra temporada.



Cuando tengamos claras todas estas cuestiones, podremos comenzar a definir nuestras metas o **¿qué queremos enseñarles a nuestros alumnos?**

Antes hemos hablado de **“pilares”** dentro pádel, esta es una forma de englobar en apartados todos los aspectos que conforman nuestro deporte. Son enunciados generales que esperamos cumplan (sean capaces de hacer) a final de temporada. Como bien sabemos, las **“etiquetas”** para estos “compartimentos” pueden ser:

**TÉCNICA, TÁCTICA, P.FÍSICA, CONOCIMIENTO
REGLAMENTARIOS, PSICOLOGÍA e incluso VALORES O
PRINCIPIOS** positivos de nuestra disciplina.

Nuestro siguiente paso sería **seleccionar los contenidos** para cada uno de estos apartados. Una tarea compleja y larga en la que elegiremos las habilidades que queremos enseñar para conseguir las citadas metas. Considero que la/s pregunta/a más importantes que debemos hacernos antes de comenzar es **¿Qué deben conocer y dominar mis alumnos para desenvolverse adecuadamente en nuestro deporte?, ¿Qué es lo ESENCIAL?.**



Es fácil definir estos contenidos analizando las habilidades que conforman el pádel. Por tanto partamos de estas primero y luego, podremos **dividir estos puntos en otros más pequeños, con más matices y riqueza conceptual**. Dependiendo del nivel al que entrenemos, puede que necesitemos volver incluso a subdividir estos conocimientos.

Avanzando un poco más en nuestro plan para desarrollar una planificación aplicable y coherente, fijaremos nuestra atención en el **desarrollo de nuestras clases** o sesiones. Cuando hayamos terminado de analizar los elementos anteriormente citados, esto nos proporcionará una ayuda estupenda para planificar adecuadamente las clases prácticas. Para planificar una clase tendremos que tener en cuenta unos principios muy básicos (pero que en ocasiones no tenemos en cuenta por el motivo que sea).

Estos puntos pueden darnos una idea de cómo confeccionar una **“hoja base”** personalizada para nuestras sesiones. Esta es una parte importante dentro de nuestra labor como docentes, tener una buen diseño de sesión (un modelo adecuado a nuestros grupos y a nuestros objetivos) será clave. Después más adelante podremos archivar las sesiones para poder tener un acceso más fácil a las mismas. Este será un trabajo que irá aumentando paulatinamente y este esfuerzo se vera compensado en un futuro a medio plazo, permitiéndonos tener una visión global sobre nuestras clases, los ejercicios que más desarrollamos, nuestros objetivos y también otros puntos sobre los que tendremos que hacer más hincapié.

Un modelo de sesión base cualquiera, podría contener los siguientes apartados:

- Fecha de la sesión.
- Objetivo/s del entrenamiento.
- Material necesario.
- Número de alumnos.
- Calentamiento (tipos, queremos resaltar alguna parte en concreto, etc...)
- ¿Repasamos conceptos vistos en otras sesiones?
- Ejercicios, actividades y/o juegos que vamos a desarrollar con sus respectivas explicaciones.
- Vuelta a la calma
- Comentarios sobre la sesión, dudas, destacando los puntos más importantes de la sesión.
- Refuerzo positivo en aquellos puntos que han sido integrados por nuestros alumnos.
- Etc...

ILES CALVIÀ DEPARTAMENT: Pádel Nº ALUMNOS: OBJECTIU SESSIÓ: CURSO: 2008-09 NIVEL: BLOQUE: PROFESOR: Rafa Guerrero		SESIÓ: <input type="checkbox"/>
CALENTAMIENTO:		CALENTOS
PAUSE PRINCIPAL:		NO OCUPAR
		
PAUSE FINAL: = Juego-Partido = Refuerzos		

ILES CALVIÀ DEPARTAMENT: Pádel Nº ALUMNOS: OBJECTIU SESSIÓ: CURSO: 2008-09 NIVEL: BLOQUE: PROFESOR: Rafa Guerrero		SESIÓ: <input type="checkbox"/>
CALENTAMIENTO:		CALENTOS
PAUSE PRINCIPAL:		NO OCUPAR
		REFUERZOS
		
		
		
PAUSE FINAL: = Juego-Partido = Refuerzos		

Espero que os haya resultado interesante el artículo de hoy. Gracias por los comentarios tan positivos que me habéis hecho llegar en estas últimas semanas.

Un saludo fuerte a todos los lectores de www.monitorespadel.com, nos vemos en la próxima nota, cualquier consulta, sugerencia o comentario no dudéis en poneros en contacto.

Abrazos!!

Rafa A. Guerrero

Info@planetapadel.com