

JUEGOS PARA LA INICIACIÓN AL PÁDEL DE LOS MÁS PEQUEÑOS

Resumen

En las siguientes líneas intentamos describir una nueva forma de transmitir los conceptos del pádel a los niños y niñas en fases de aprendizaje de una forma motivante. La progresión que a continuación vamos a mostrar tiene como piedra angular todas y cada una de las características de la etapa evolutiva del niño; a partir de ellas hemos establecido la metodología de trabajo.

Introducción y desarrollo

Tras cuatro años dedicados a la docencia del pádel, tanto en personas adultas como en niños/as de edad escolar; me he dado cuenta que dicho deporte carece de documentación útil a la que acercarse y obtener ideas relevantes para la enseñanza del mismo, en la iniciación para niños. Por ello, la única finalidad de este estudio es tratar de aportar una visión diferente de la concepción que hasta hoy día se tiene de “Cómo” transmitir los contenidos de este moderno deporte.

- 1º Juegos con móvil y sin implemento (sin contacto con la pelota)
 - Evitar bolas: **mama gallina (progresión del marcianito, en movimiento), marcianito y matapollo.**
- 2º Juegos con móvil y sin implemento (en contacto con la pelota)
 - En contacto con la bola: **frontón** (ideal para aprender el rebote de pared en el golpe de pared de fondo/ variante: lo más próximo lanzar y hacer que el compañero recoja el rebote dejando la pared detrás de su espalda, y el cuerpo orientado lateralmente), **lluvia de estrellas, ratón y el gato, el matar, lo bola loca, el río** (progresión al golpe de derecha y revés; empezariamos ambos alumnos con las manos, posteriormente uno con pala y otro no, luego ambos con pala – y aumentaremos la dificultad llevando a cabo la misma progresión pero con la red de por medio), **el volcán. Carrera de bolas y la sartén**
- 3º Juegos con móvil y con implemento
 - Familiarización específica: **el reloj, la piruleta, el camarero, beisbol pádel, el comecocos, que no caiga, pasa la pala** (4 alumnos agarrados de la mano...), **la diana** (cuadrado en pared de fondo), **el yoyo, la pared** (un alumno situado en la red, el resto situado en fondo de pista deberán intentar-sin hacer globos- que la bola una vez sea golpeada de derecho o revés vaya dirigida hacia su compañero, y este evitar que la bola pase , a modo de pared, si se la devuelve siguen jugando), **el portero.**
- 4º Juegos modificación de la situación real
 - **Vale todo, abecedario, mini-pádel.**

En el compendio de juegos que a continuación describimos he tenido en cuenta todas y cada uno de las funciones que un docente debe conocer para desarrollar la sesión con buen criterio. Resaltar también que han sido organizados mediante unidades didácticas, las cuales guardan relación en cuanto a su nivel de dificultad-implicación se refiere.

“1º Juegos con móvil y sin implemento (sin contacto con la pelota)”.

Sesión n º: 1

Título: juegos para la iniciación del pádel

Nombre del juego:

Matapollo

Desarrollo: el profesor se sitúa en un lado de la pista (detrás de la red) y los alumnos detrás de la línea de servicio del campo contrario, dentro del recinto establecido. Estos deberán evitar que las bolas lanzadas por el profesor le toquen de ser así, hasta un total de 3 veces, dicho alumno pasará a ayudar al monitor, pero lanzará las bolas sobre sus compañeros con las manos.



Recursos materiales: pelotas de pádel, pala de pádel (por parte del profesor), 2 conos

Instalación: Pista de pádel

Variantes:

- Matapollos tumbado (vuelta a la calma)
- Utilizar las diferentes formas de desplazamiento imitando a animales

Nº participantes: 6 alumnos

Observaciones:

Edad: 7 u 8 años

Duración: 8' o 10' min.

Sesión n º: 2

Título: juegos para la iniciación del pádel

Nombre del juego:

Los Marcianitos

Desarrollo: el profesor se sitúa detrás de la red, y los alumnos al otro lado, sobre la línea media del campo (en fila India), y entre 2 conos. Estos deben evitar ser tocados con la bola lanzada por el profesor, y si son alcanzados deben correr hacia la pared de

fondo, tocarla y situarse el último de la fila. Ganara aquel alumno que cuando no queden bolas en el carro se encuentre situado el 1º de la fila.

Recursos materiales: pelotas de pádel, pala de pádel (por parte del profesor), 2 conos

Instalación: Pista de pádel

Variantes:

- Ir variando las números de apoyos

Nº participantes: 6 alumnos

Observaciones:

Edad: 7 u 8 años

Duración: 8' o 10' min.

Sesión n º: 3

Título: juegos para la iniciación del pádel

Nombre del juego:

Mama gallina

Desarrollo: este juego se presenta como una variante del anterior, ya que la disposición de los alumnos es muy semejante al mismo, con la diferencia que en este caso los alumnos deberán evitar que la bola toque al compañero que está situado cerrando el grupo, para ello sin soltarse de la cintura del compañero que le antecede deben desplazarse por todo el espacio. Ganará el alumno que haya conseguido estar más tiempo sin que ninguna bola le haya alcanzado.(Coordinación espacio-temporal)

Recursos materiales: pelotas de pádel, pala de pádel (por parte del profesor), 2 conos

Instalación: Pista de pádel

Variantes: no presenta.

Nº participantes: 6 alumnos

Observaciones:

Edad: 7 u 8 años

Duración: 8' o 10' min.

Sesión n º: 4

Título: juegos para la iniciación del pádel

Nombre del juego:

La sartén

Desarrollo: los alumnos se sitúan detrás de la línea de servicio, y el profesor justo al otro lado de la red, con su pala y tantas bolas como nº alumnos (-1), lanzará las bolas hacia los alumnos y estos deberán coger cada uno una bola, aquel alumno que se quede sin bola se apunta una, así hasta alcanzar un total de 5 que será eliminado.

Recursos materiales: pelotas de pádel, pala de pádel (por parte del profesor),

Instalación: Pista de pádel

Variantes: no presenta.

Nº participantes: 6 alumnos

Observaciones:

Edad: 7 u 8 años

Duración: 8' o 10' min.

Sesión n º: 5

Título: juegos para la iniciación del pádel

Nombre del juego:

Carrera de bolas

Desarrollo: los pequeños se sitúan detrás de la línea de servicio, a la señal del profesor echarán su bola a rodar y tratarán de sentarse sobre ella lo antes posible. Vence el alumno que lo haga más rápido. (Coordinación espacio temporal.

Recursos materiales: pelotas de pádel, , 4 conos

Instalación: Pista de pádel

Variantes: no presenta

Nº participantes: 6 alumnos

Observaciones:

Edad: 7 u 8 años

Duración: 8' o 10' min.

Sesión n º: 6

Título: juegos para la iniciación del pádel

Nombre del juego:

El matar

Desarrollo: se trata de jugar al matar de toda la vida, con la intención de hacer llegar a los pequeños la idea de atacar-defender, e incluso la de conocer determinadas zonas prohibidas, como ocurre en el momento del servicio.

Recursos materiales: [pelotas de pádel](#), 16 conos, pelota de gomas espuma.

Instalación: Pista de pádel

Variantes: llevarlo a cabo en tapas posteriores, utilizando la pala.

Nº participantes: 6 alumnos

Observaciones:

Edad: 7 u 8 años

Duración: 8' o 10' min.

Sesión n º: 7

Título: juegos para la iniciación del pádel

Nombre del juego:

El volcán

Desarrollo: situamos el carro en el centro del círculo, y los alumnos por fuera del mismo, desde allí sin entrar en él deben intentar hacer que las palas caigan al suelo. Gana el alumno que logre caer mayor nº de palas. (precisión-coordinación óculo-manual)

Recursos materiales: pelotas de pádel, 12 conos, palas y el carro.

Instalación: Pista de pádel



Variantes: colocar el carro con las patas sueltas, intentar dejar caer el carro por completo al suelo.

Nº participantes: 6 alumnos

Observaciones:

Edad: 7 u 8 años

Duración: 8' o 10' min.

Sesión n º: 8

Título: juegos para la iniciación del pádel

Nombre del juego:

El ratón y el gato

Desarrollo: 2,3 o 4 alumnos se la quedan en el espacio del centro (a modo de red), los otros 2, se sitúan uno a cada lado del resto. Deberán pasarse la bola intentando que los compañeros del centro no intercepten el pase. (concepto de red y bote) Será obligatorio dejar botar la pelota una vez rebase la línea formada por los compañeros. Si alguien intercepta el pase, se cambia automáticamente con el que lo fallo.

Recursos materiales: pelotas de pádel, 4 conos

Instalación: Pista de pádel

Variantes: no presenta

Nº participantes: 6 alumnos

Observaciones:

Edad: 7 u 8 años

Duración: 8' o 10' min.

Sesión n º: 9

Título: juegos para la iniciación del pádel

Nombre del juego:

Lluvia de estrellas

Desarrollo: cada [alumno](#) toma en su mano un cono (el cual utilizara a modo de cesta) para captar las bolas mientras boten. Cada vez que logren cazar una bola que este botando la llevaran al lugar marcado previamente. Ganará el alumno que al acabar el carro tenga más bolas en su poder.

Recursos materiales: pelotas de pádel, 4 conos

Instalación: Pista de pádel

Variantes: no presenta

Nº participantes: 6 alumnos

Observaciones:

Edad: 7 u 8 años

Duración: 8' o 10' min.

Sesión n º: 10

Título: juegos para la iniciación del pádel

Nombre del juego:

El frontón

Desarrollo: todos los alumnos en el espacio representado. Lanzaran la pelota contra el cristal previo bote en el suelo, tratando de hacer que esta golpee en el espacio marcado de la pared de fondo (transferencia directa a este golpe). Cada vez que el golpe no alcance su objetivo el alumno que lo realizó se apunta un punto negativo, así hasta obtener 5 que sería un eliminado.

Recursos materiales: pelotas de pádel, 4 conos

Instalación: Pista de pádel

Variantes: no presenta

Nº participantes: 6 alumnos

Observaciones:

Edad: 7 u 8 años

Duración: 8' o 10' min.

Sesión n º: 11

Título: juegos para la iniciación del pádel

Nombre del juego:

La bola loca

Desarrollo: por parejas, en cada una de las 4 esquinas de la pista, un alumno lanzara la pelota sobre una de estas, con idea de hacer que rebote de la manera más rara posible (concepto de doble pared, junto a un gran trabajo de atención-concentración). El compañero deberá cogerla antes de que la pelota vuelva a botar en el suelo (justo después del rebote).

Recursos materiales: pelotas de pádel, 4 conos

Instalación: Pista de pádel

Variantes: ir cambiando a los alumnos de esquina, para así cambiarles por completo los patrones, e ir iniciándolos a los diferentes golpes de doble pared que existen.

Nº participantes: 6 alumnos

Observaciones:

Edad: 7 u 8 años

Duración: 8' o 10' min.

Sesión n º: 12

Título: juegos para la iniciación del pádel

Nombre del juego:

El río

Desarrollo: este es el juego de mayor importancia hacia el aprendizaje de los golpes de derecha y revés. Un alumno situado al frente de otro, con 3 conos entre ambos. Hay una progresión importante en el mismo (tal y como se muestra en la ilustración): 1.- ambos alumnos sin pala (concepto de bote). 2.- uno con pala y el otro sin ella (concepto de golpear en pos. Lateral, a la altura de la cintura y en profundidad, a la altura del pie más adelantado). Por último, ambos alumnos con palas, haciendo botar la pelota en el espacio marcado. Del 4 al 6, sería exactamente igual pero con la red de por medio, un poco más cerca de la situación real.

Recursos materiales: pelotas de pádel, 4 conos

Instalación: Pista de pádel

Variantes: no presenta

Nº participantes: 6 alumnos

Observaciones:

Edad: 7 u 8 años

Duración: 8' o 10' min.

Sesión n º: 13

Título: juegos para la iniciación del pádel

Nombre del juego:

El reloj

Desarrollo: situamos al alumno en el centro (imitando las agujas de un reloj), el resto conformando un círculo alrededor de este a unos 4 de separación, en cada uno de los cuartos de hora del reloj. El [profesor](#) dice una hora y el que esta situado en el centro debe orientarse con el cuerpo en posición lateral hacia esa hora donde recibirá una bola y la golpeará de nuevo hacia el compañero que se la lanzo. (Tiene también un componente de trabajo de mejora de la velocidad de reacción).

Recursos materiales: pelotas de pádel, 4 conos

Instalación: Pista de pádel

Variantes: no presenta

Nº participantes: 6 alumnos

Observaciones:

Edad: 7 u 8 años

Duración: 8' o 10' min.

Unidad didáctica nº 3

“1º Juegos con móvil y con implemento (familiarización específica)”.

Sesión n º: 14

Título: juegos para la iniciación del pádel

Nombre del juego:

El camarero

Desarrollo: se trata de una carrera de relevos por equipos, donde los alumnos discurren por el espacio marcado previamente manteniendo la bola sobre la pala, aquel alumno que la deje caer, comenzara su recorrido desde el inicio. El cambio de bola de un compañero otro también debe realizarse sin que la bola se caiga al suelo.

Recursos materiales: pelotas de pádel, 4 conos

Instalación: Pista de pádel

Variantes: no presenta

Nº participantes: 6 alumnos

Observaciones:

Edad: 7 u 8 años

Duración: 8' o 10' min.

Sesión n º: 15

Título: juegos para la iniciación del pádel

Nombre del juego:

Comecocos

Desarrollo: consiste en desplazarse utilizando como única vía las líneas de la pista, sin salirse de estas. Cada alumno llevara una pelota sobre la pala y deben mantenerla ahí sin que se caiga al suelo, si fuese así pasaría a quedarla.

Recursos materiales: pelotas de pádel, 4 conos

Instalación: Pista de pádel

Variantes: cambiando el desplazamiento, botando la bola con la pala.

Nº participantes: 6 alumnos

Observaciones:



Edad: 7 u 8 años

Duración: 8' o 10' min.

Sesión n º: 16

Título: juegos para la iniciación del pádel

Nombre del juego:

Pasa la pala

Desarrollo: formamos 2 tríos (o 2 parejas), agarrados por sus mano, y a cada uno de los tríos le damos una pala, que cogerá bien el de extremo o bien e otro, el profesor lanzará la bola sobre uno de los tríos y más concretamente a un lado u otro de los alumnos, y estos deben pasarse la pala de un lado a otro para tratar de golpearla. (coordinación espacio-temporal)

Recursos materiales: pelotas de pádel, 4 conos

Instalación: Pista de pádel

Variantes: no presenta

Nº participantes: 6 alumnos

Observaciones:

Edad: 7 u 8 años

Duración: 8' o 10' min.

Sesión n º: 17

Título: juegos para la iniciación del pádel

Nombre del juego:

Que no caiga

Desarrollo: el profesor lanzará bolas al aire, y los alumnos antes de que estas dejen de botar deben golpearlas hacia arriba, con el fin de tratar de mantener el mayor nº de bolas en movimiento posible.

Recursos materiales: pelotas de pádel, 4 conos

Instalación: Pista de pádel

Variantes: no presenta

Nº participantes: 6 alumnos

Observaciones:

Edad: 7 u 8 años

Duración: 8' o 10' min.

Sesión n º: 18

Título: juegos para la iniciación del pádel

Nombre del juego:

El yoyo

Desarrollo: ataremos la bola a un elástico de unos 4 metros (lo venden hecho), el otro extremo del elástico, lo ataremos a la maya (a la altura del suelo), y ahora se trata de individualmente haber que alumno logra golpear la bola más veces bien de derecha o de revés sin que de más de un bote.

Recursos materiales: pelotas de pádel, 4 conos

Instalación: Pista de pádel

Variantes: no presenta

Nº participantes: 6 alumnos

Observaciones:

Edad: 7 u 8 años

Duración: 8' o 10' min.

Sesión n º: 19

Título: juegos para la iniciación del pádel

Nombre del juego:



La diana

Desarrollo: marcamos en la pared un cuadrado (representación gráfica), y con la misma dinámica que en el juego del frontón, introducimos la variante de utilizar la pala para enviar la bola sobre la “diana”. Ganará aquel alumno que se mantenga cuando el resto de compañeros hayan sido eliminados.

Recursos materiales: pelotas de pádel, 4 conos

Instalación: Pista de pádel

Variantes: no presenta

Nº participantes: 6 alumnos

Observaciones:

Edad: 7 u 8 años

Duración: 8’ o 10’ min.

Sesión n º: 20

Título: juegos para la iniciación del pádel

Nombre del juego:

La pared

Desarrollo: distribuimos la clase en 2 tríos, cada uno de ellos en un paralelo, uno situado en ataque y los otros 2 del trío en defensa. El profesor pone la bola en juego sobre los que juegan en defensa, el cual debe dirigir la bola hacia el compañero situado en volea (ataque-red) sin hacer [globo](#), y este dirigirla de nuevo hacia el, así hasta que se caiga, cuando la bola cae, entrará el siguiente compañero en defensa.

Recursos materiales: pelotas de pádel, 4 conos

Instalación: Pista de pádel

Variantes: no presenta

Nº participantes: 6 alumnos

Observaciones:

Edad: 7 u 8 años

Duración: 8’ o 10’ min.

Sesión n º: 21

Título: juegos para la iniciación del pádel

Nombre del juego:

El portero

Desarrollo: colocamos una portería en la pared de fondo, hacía donde debe dirigirse la volea, en ella se situara un alumno. El profesor lanzara la bola para que sea voleada por un alumno situado en la red, debe dirigirla hacia la portería e intentar marcar gol, aunque el portero puede evitar el gol sacando la pelota de pared de fondo. Si no es así, abandonará la portería y el alumno que voleo pasara a portero, todo ello lo tiene que hacer rápido porque el profesor mientras él se desplaza estará colocándole la bola al siguiente compañero. (reduciendo así el tiempo de espera entre alumnos).

Recursos materiales: pelotas de pádel, 4 conos

Instalación: Pista de pádel

Variantes: no presenta

Nº participantes: 6 alumnos

Observaciones:

Edad: 7 u 8 años

Duración: 8' o 10' min.

Sesión n º: 22

Título: juegos para la iniciación del pádel

Nombre del juego:

Vale-todo

Desarrollo: dividimos a la clase por parejas. Y cada una de ellas se sitúa en un lado de la pista. El profesor lanzara la bola sobre una de las parejas, la cual tiene como principal objetivo pasarla al otro campo, y puede hacerlo mientras esta no deje de botar. Para ir aumentando la complejidad haremos que los pequeños no den más de un determinado nº de toques, así cómo, para fomentar el compañerismo obligaremos a que la bola antes de ser mandada hacía el otro campo debe ser tocada por los 2 integrantes de la pareja.

Recursos materiales: pelotas de pádel, 4 conos

Instalación: Pista de pádel

Variantes: obligaremos a mandar la bola hacia el otro campo utilizando la derecha o el revés.

Nº participantes: 6 alumnos

Observaciones:

Edad: 7 u 8 años

Duración: 8' o 10' min.

Sesión n º: 23

Título: juegos para la iniciación del pádel

Nombre del juego:

abecedario

Desarrollo: tal y como se representa en la representación gráfica, un alumno a cada lado de la línea de conos y cada vez que golpeen la bola deberán relacionarla en voz alta con una letra del abecedario, con el fin de mantenerla arriba durante el mayor tiempo posible, vencerá la pareja que logre mayor nº de letras.

Recursos materiales: pelotas de pádel, 4 conos

Instalación: Pista de pádel

Variantes: no presenta

Nº participantes: 6 alumnos

Observaciones:

Edad: 7 u 8 años

Duración: 8' o 10' min.

Sesión n º: 24

Título: juegos para la iniciación del pádel

Nombre del juego:

Mini-pádel

Desarrollo: utilizando el espacio que hay entre la línea de servicio, la pared de fondo y ambas paredes laterales; colocamos una red de mini tenis en la prolongación de la T. En cada uno de los lados de la red se colocará un alumno y jugarán al mejor de 11 puntos, basándose en el [reglamento de pádel](#). (Se trata de una tarea bastante útil a modo de evaluación final).

Recursos materiales: pelotas de pádel, 4 conos, red de mini-tenis

Instalación: Pista de pádel

Variantes: no presenta

Nº participantes: 6 alumnos

Observaciones:

Edad: 7 u 8 años

Duración: 8' o 10' min.

Conclusiones

Resaltar que en todos y cada uno de los juegos ponemos de manifiesto un importante trabajo de coordinación óculo-manual.

Me gustaría decir que este fichero que hemos confeccionado no sea definitivo, sino que sirva a modo de guión para tratar de encauzar los diferentes juegos que se le ocurra al resto de lectores, colocando cada juego en su unidad didáctica correspondiente, con el único objetivo de hacer que día tras día nuestro deporte vaya creciendo con cierto rigor científico.

Referencias

- González Rivera, M.D. y Aznar Miralles, R. () Valoración de una investigación colaborativa para la enseñanza de los deportes de raqueta. *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires, Nº 122. <http://www.efdeportes.com/efd122/investigacion-colaborativa-para-la-ensenanza-de-los-deportes-de-raqueta.htm>
- González Teruel, R. () Unidad didáctica: Nos divertimos con juegos y deportes de raquetas y palas. *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires, Nº 122. <http://www.efdeportes.com/efd122/unidad-didactica-juegos-y-deportes-de-raquetas-y-palas.htm>