

■ C. Mañas

# Cuatro formas de aprender... ¡con el pickleball!

El pickleball tiene más de 50 años, pero estamos seguros de que no habías oído hablar de él hasta hoy. Imagínatelo: combina tenis, pádel, bádminton y tenis de mesa. Dos o cuatro jugadores golpean una bola (llamada *wiffle*) por encima de una red, con palas hechas de madera o algún otro material ligero. Pueden jugar personas de todas las edades y es fácilmente adaptable a personas en silla de ruedas o con movilidad reducida.

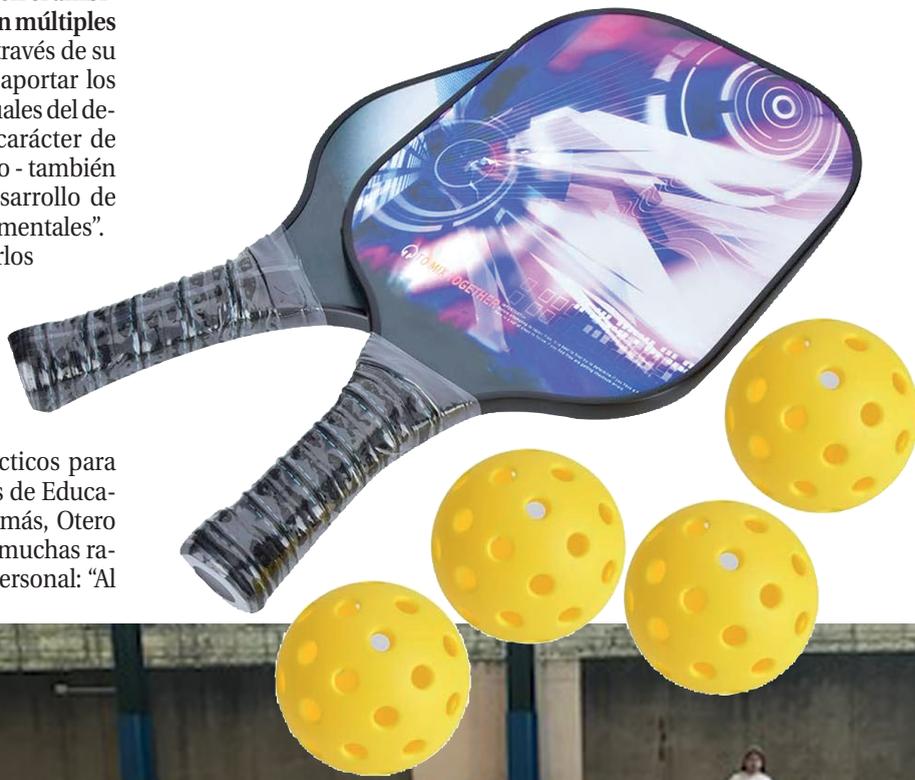
Ahora está intentando colarse en las escuelas de Galicia, en la hora de Educación Física. Y es que ¿qué aporta pedagógicamente el fútbol, las carreras o el (poco querido) Test de Course Navette que no pueda dar esta curiosa modalidad deportiva?

“Las posibilidades que el pickleball nos ofrece en el ámbito de la enseñanza son múltiples y variadas, porque a través de su práctica, además de aportar los beneficios más habituales del deporte - como es su carácter de juego y el factor lúdico - también puede facilitar el desarrollo de otros aspectos fundamentales”.

Así lo explica José Carlos Otero López, pedagogo y partidario de introducir las palas de este deporte en los centros escolares.

Hay motivos didácticos para utilizarlo en las horas de Educación Física, pero además, Otero busca destacar otras muchas razones en el ámbito personal: “Al

Este deporte, a medio camino entre el tenis y el bádminton, busca establecer una nueva línea educativa en las aulas gallegas: “Combina el juego con el aprendizaje”



fin y al cabo es un deporte divertido y dinámico, de alto componente social y de equipo, además de comprometido y motivador”.

## De la cancha al colegio

Y es que no todos los juegos que tradicionalmente se incluyen en la programación de Educación Física son inclusivos con personas con capacidades diferentes, y otros que sí lo son resultan demasiado caros para poder introducirlos como habituales en la escuela. “El pickleball es innovador y atractivo, se utilizan materiales muy sencillos, las pistas son pequeñas y en general supone un coste muy bajo para el colegio”, explica Otero.

“Nuestro objetivo prioritario a corto plazo es introducir el pickleball en los centros como recurso didáctico dentro de la programación de Educación Física, pero también como actividad extraescolar. En estos momentos ya se está practicando esta modalidad deportiva en el Colegio Sagrado Corazón de Placeres, el IES Torre de Ballester y alguno más, y estamos en trámites de incluirlo en otros tantos. ¡Ya somos miles en Galicia!”

## 1

### Desarrollo fisiológico, orgánico y muscular

Son muchas las razones por las que el pickleball puede ser un aliado en el aprendizaje, pero la primera es la más obvia: es un deporte, y como tal contribuye a mejorar la coordinación, equilibrio, locomoción, resistencia ae-

róbica y anaeróbica... beneficios que son parte importante del currículum de Educación Física.

## 2

### Desarrollo sociológico

Aceptando las reglas de este juego, su protocolo y normativa, se favorece la relación social con los compañeros y compañeras, implicando la conversación y el trabajo en equipo. Además, la posibilidad de jugar en igualdad de condiciones (“tengas o no una silla de ruedas”) trabaja el respeto a los demás.

## 3

### Desarrollo psicológico,

Asumiendo las limitaciones que nos impone el pickleball, como cualquier otra modalidad deportiva, se aprende a gestionar las emociones y las tensiones que surgen en cada momento. “Las competencias educativas adquiridas con este deporte pueden ser: gestión de emociones, toma de decisiones...”

## 4

### Desarrollo intelectual

Porque aunque sea sencillo nos obliga a conocer el reglamento, que es imprescindible memorizar, y el sistema de puntuación en el saque es complejo, por lo que funciona también como refuerzo de las matemáticas: “En el saque hay que cantar la puntuación propia y la del contrario ¡todo un juego de números!”