

El Tenis de Mesa como Estrategia para Impulsar la Diversidad Deportiva y el Aprovechamiento del Tiempo Libre en la Institución Educativa CASD Jornada de la Tarde

Table Tennis as a Strategy to Promote Sports Diversity and the Use of Free Time at CASD Educational Institution, Afternoon Shift

Enrique Alfredo Aarón Rodríguez., Camilo José Tete Alfaro, Jader Eliecer Acosta Freiles

RESUMEN

El presente estudio tuvo como propósito impulsar la diversidad deportiva y el aprovechamiento del tiempo libre mediante la enseñanza del tenis de mesa en la Institución Educativa CASD, jornada de la tarde. Se identificó inicialmente una baja participación estudiantil en deportes alternativos y un escaso uso de los recursos disponibles, situación agravada por la falta de inclusión del tenis de mesa en el currículo y por las interrupciones de las clases debido a las lluvias. Se empleó un enfoque participativo y experiencial con estudiantes de grados 6° a 9°, utilizando talleres progresivos, actividades lúdicas, eventos recreativos y un festival escolar. La muestra estuvo conformada por 150 a 200 estudiantes por semana, quienes participaron en la aplicación de encuestas diagnósticas y de satisfacción. Los resultados evidenciaron un aumento significativo en el interés, la práctica y la valoración del deporte: más del 94% expresó satisfacción con las actividades, el 80.7% reconoció aprendizaje técnico y el 90.4% consideró que el tenis de mesa debe mantenerse en la institución. Se concluye que esta estrategia favorece la inclusión deportiva, optimiza el uso de recursos y fortalece la convivencia escolar, justificando la creación de una guía metodológica para su continuidad.

Palabras clave: tenis de mesa, diversidad deportiva, educación física escolar, tiempo libre, participación estudiantil

ABSTRACT

This study aimed to promote sports diversity and improve the use of leisure time through the introduction of table tennis at CASD School, afternoon shift. The initial diagnosis revealed low student participation in alternative sports and limited use of available resources, a situation intensified by the absence of table tennis in the physical education curriculum and by frequent class interruptions due to rain. A participatory and experiential approach was implemented with students from grades 6 to 9. Progressive workshops, recreational events, and a school tournament were conducted. The sample consisted of 150 to 200 students per week, who completed diagnostic and satisfaction surveys. Results showed a significant increase in interest, participation, and appreciation of the sport: over 94% expressed satisfaction, 80.7% reported technical learning, and 90.4% believed table tennis should remain in the institution. The strategy strengthened inclusion, optimized resource use, and improved school coexistence, supporting the development of a methodological guide to ensure continuity.

Keywords: table tennis, sports diversity, physical education, leisure time, student participation

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En la Institución Educativa CASD, jornada de la tarde, se ha identificado una problemática que afecta la participación estudiantil en actividades físicas y la diversidad deportiva disponible para los estudiantes. Aunque la institución cuenta con recursos para la práctica del tenis de mesa, como mesas, raquetas y pelotas, estos permanecen subutilizados debido a la falta de estrategias pedagógicas que integren este deporte en la dinámica escolar. La ausencia del tenis de mesa dentro de la malla curricular de Educación Física limita su enseñanza formal y contribuye a que los estudiantes lo perciban como una actividad secundaria o poco relevante.

La situación se agrava por las condiciones climáticas de la jornada de la tarde. Las lluvias frecuentes obligan a suspender o modificar las clases al aire libre, reduciendo significativamente el tiempo destinado a la actividad física. Esto genera desmotivación, disminuye la participación y afecta el bienestar físico y emocional de los estudiantes, quienes deben regresar a los salones sin alternativas para continuar la práctica deportiva. En consecuencia, se pierde una oportunidad valiosa para promover hábitos saludables, fortalecer competencias motoras e incentivar el aprovechamiento adecuado del tiempo libre.

A nivel cultural, los estudiantes muestran una marcada preferencia por deportes tradicionales como el fútbol, el baloncesto y el voleibol. Esta tendencia, reforzada por prácticas escolares históricas, produce una oferta deportiva limitada y poco inclusiva. El predominio de estas disciplinas ocasiona que otros deportes potencialmente formativos como el tenis de mesa permanezcan invisibilizados, restringiendo el acceso de los estudiantes a experiencias motrices variadas y a escenarios donde puedan desarrollar habilidades físicas, cognitivas y sociales diferentes a las que ofrecen los deportes convencionales.

Esta problemática no solo afecta a los estudiantes, sino también a los docentes de Educación Física, quienes encuentran dificultades para diversificar sus clases o adaptarlas a situaciones climáticas adversas. Del mismo modo, la comunidad educativa en general percibe una oferta deportiva homogénea, que no favorece la exploración de nuevas prácticas ni el fortalecimiento de la convivencia escolar mediante actividades alternativas, recreativas y accesibles.

En síntesis, la situación problemática surge de la combinación de tres factores clave: la baja visibilidad del tenis de mesa en el contexto escolar, el escaso aprovechamiento de los recursos institucionales disponibles y las limitaciones derivadas de las condiciones climáticas. Esto ha generado un déficit en la diversidad deportiva y ha restringido las oportunidades de los estudiantes para ocupar su tiempo libre de forma activa, significativa y saludable.

Ante este panorama, se hace necesario implementar una estrategia pedagógica que rescate el valor del tenis de mesa como deporte alternativo, viable en espacios reducidos y capaz de fomentar la participación, la motivación y el desarrollo integral de los estudiantes del CASD, jornada tarde. Esta intervención representa una oportunidad para transformar la dinámica deportiva institucional y promover una cultura más inclusiva, variada y formativa.

OBJETIVO GENERAL

- Impulsar la Diversidad deportiva y el aprovechamiento del tiempo libre mediante la enseñanza del tenis de mesa en el CASD, jornada de la tarde.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Diseñar estrategias pedagógicas para la enseñanza del tenis de mesa I.E CASD en la jornada de la tarde.

- Organizar espacios y eventos recreativos y competitivos, para incentivar la práctica del tenis de mesa.
- Promover la inclusión del tenis de mesa dentro del currículo de Educación Física en la Institución Educativa CASD.
- Evaluar el impacto de las estrategias en la participación y motivación de los estudiantes hacia el tenis de mesa.

METODOLOGÍA

- La investigación se desarrolló bajo un diseño no experimental con enfoque mixto, integrando un componente cuantitativo descriptivo para medir niveles de conocimiento, interés, participación y satisfacción, y un componente cualitativo interpretativo para analizar las percepciones, actitudes y dinámicas observadas durante la intervención pedagógica. La intervención consistió en la implementación de talleres progresivos, exhibiciones, actividades lúdicas y un festival escolar de tenis de mesa dirigidos a estudiantes de grados 6.º a 9.º de la jornada de la tarde.
- El estudio se llevó a cabo en cuatro etapas.
 1. Diagnóstico inicial: se aplicó una encuesta estructurada para identificar conocimientos previos, uso de implementos deportivos e interés hacia el tenis de mesa.
 2. Planificación de la intervención: con base en los resultados, se diseñaron talleres organizados en módulos de fundamentos básicos, práctica progresiva y preparación para el festival institucional.
 3. Implementación: durante tres semanas, se desarrollaron sesiones diferenciadas por grado, actividades recreativas, ejercicios técnicos y eventos de exhibición, con una participación aproximada de 150 a 200 estudiantes por semana.
 4. Evaluación final: se aplicó una encuesta de satisfacción para valorar aprendizaje, motivación, utilidad de los talleres e interés por la continuidad del deporte en la institución.
- Los datos cuantitativos se recogieron en dos momentos: antes y después de la intervención. El instrumento inicial midió conocimiento del deporte, frecuencia de práctica, uso de recursos institucionales e interés por aprenderlo. El instrumento final evaluó satisfacción, motivación, percepción del aprendizaje, continuidad esperada y valoración general del tenis de mesa. Ambos instrumentos consistieron en preguntas cerradas de selección múltiple y tipo Likert, diseñadas para facilitar el análisis estadístico descriptivo.

Los instrumentos fueron revisados por docentes especialistas en Educación Física y en investigación educativa, lo que garantizó validez de contenido y coherencia entre los ítems y los indicadores de las variables. Para asegurar claridad, objetividad y confiabilidad, se realizó una prueba piloto con un pequeño grupo de estudiantes, lo que permitió ajustar redacción, niveles de dificultad y precisión conceptual.

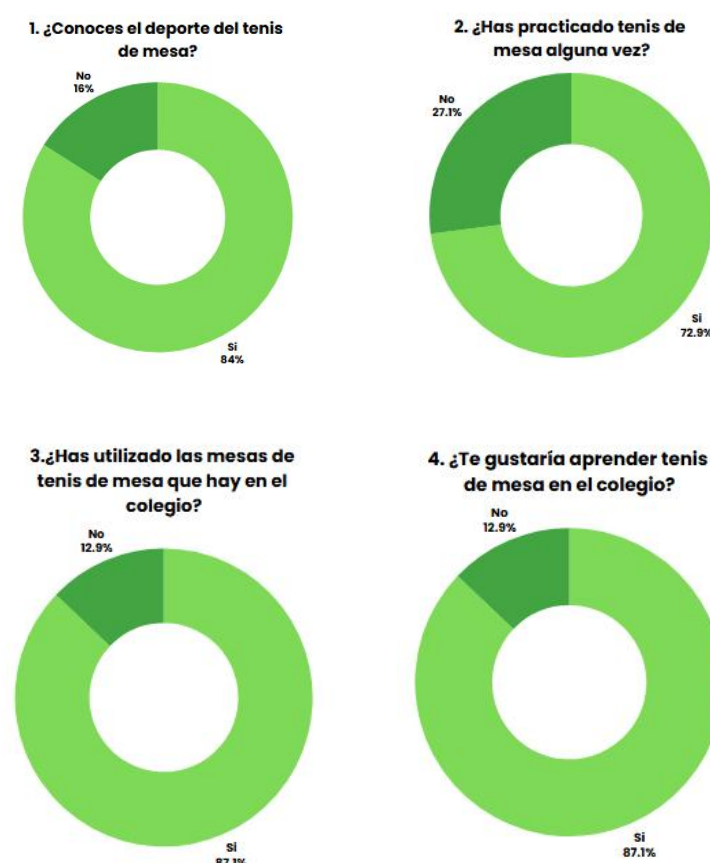
Los datos cualitativos fueron recolectados mediante registros de observación sistemática durante los talleres. Se documentaron comportamientos, niveles de participación, actitudes hacia el aprendizaje, interacción entre pares y apropiación del deporte dentro de la dinámica escolar. Estos registros fueron posteriormente organizados en categorías temáticas para su análisis interpretativo.

RESULTADOS

Al contrastar los resultados de la primera encuesta diagnóstica con la evaluación final de satisfacción, se evidencia una evolución significativa en la relación de los estudiantes con el tenis de mesa dentro de la institución. Inicialmente, aunque el 83.7% afirmaba conocer el deporte, los niveles de participación eran muy bajos: el 72.7% nunca lo había practicado y el 87.1% no había utilizado las mesas disponibles, demostrando un claro desaprovechamiento de los recursos y una práctica casi inexistente. Sin embargo, este panorama cambió a partir de la intervención pedagógica, ya que los estudiantes manifestaron un 74.9% de interés por aprender, lo que permitió implementar talleres semanales con una asistencia constante de 30 a 40 estudiantes, logrando impactar entre 150 y 200 jóvenes por semana.

Figura 1

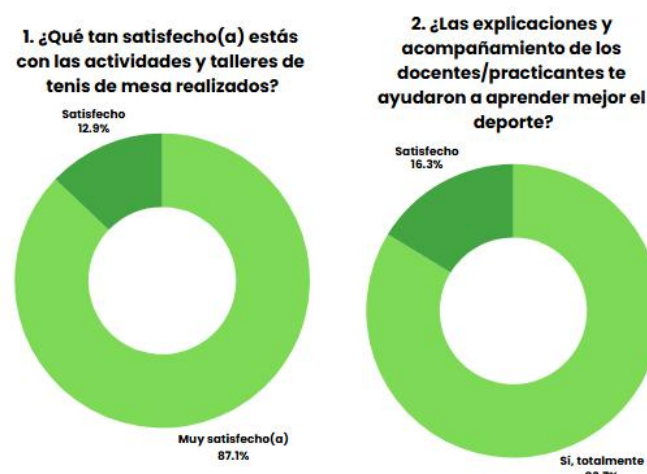
Contexto y situación de los estudiantes frente al tenis de mesa.

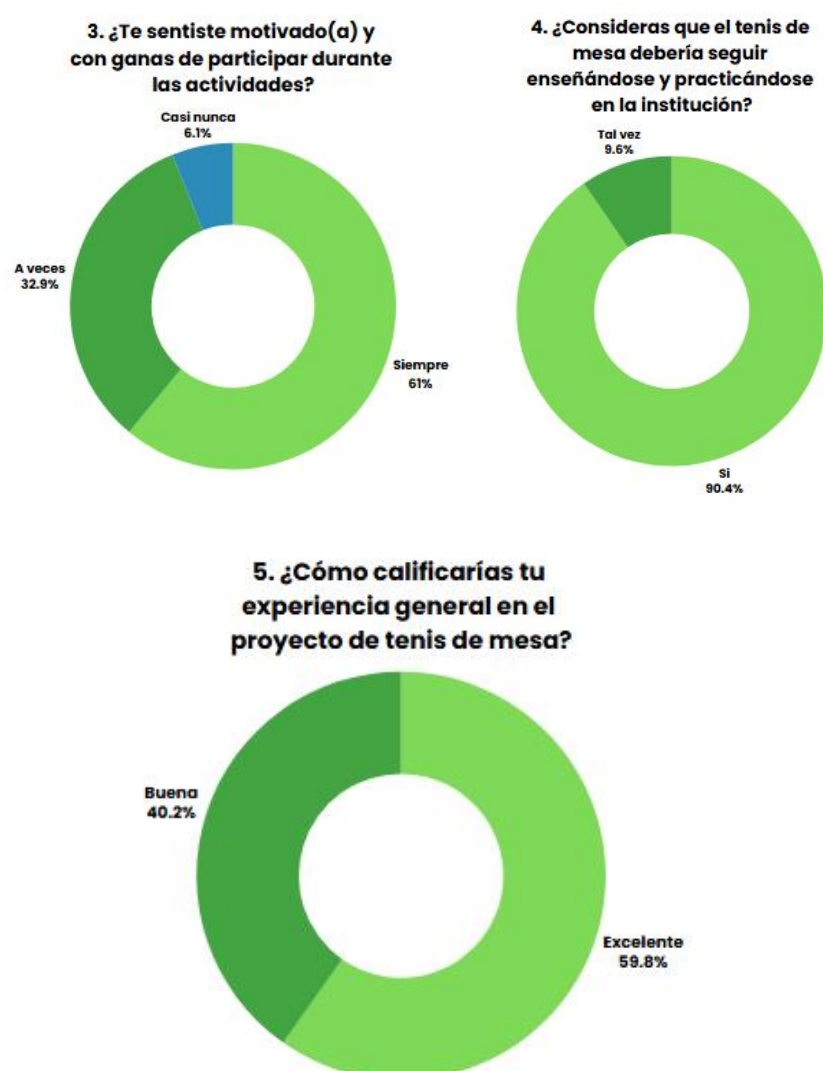


en los resultados finales de satisfacción, donde más del 94% de los estudiantes se declararon satisfechos o muy satisfechos con los talleres realizados, el 80.7% aseguró haber aprendido gracias al acompañamiento docente y el 60.2% reportó sentirse siempre motivado(a) a participar. Además, el 90.4% expresó que el tenis de mesa debería seguir enseñándose en la institución. Esta coherencia entre interés inicial e impacto final confirma que el proyecto no solo respondió a una necesidad previamente identificada, sino que logró transformar la percepción, la participación y el aprovechamiento del deporte dentro del entorno escolar.

Figura 2

Resultados de la satisfacción de los estudiantes frente al trabajo pedagógico en tenis de mesa.





En síntesis, los resultados iniciales mostraban un deporte conocido, pero no practicado; tras la intervención, los resultados finales evidencian un deporte aprendido, valorado y solicitado por la mayoría. Esto justifica plenamente la creación de la guía metodológica propuesta, pues garantiza la continuidad del proceso, fortalece los aprendizajes adquiridos y asegura que el tenis de mesa se consolide como una práctica educativa significativa dentro de la institución.

CONCLUSIÓN

El estudio demostró que la enseñanza del tenis de mesa es una estrategia efectiva para diversificar la práctica deportiva y mejorar el aprovechamiento del tiempo libre en la Institución Educativa CASD. La intervención incrementó la participación estudiantil, fortaleció la motivación y permitió el uso adecuado de recursos que previamente estaban subutilizados. Los altos niveles de satisfacción y aprendizaje reportados por los estudiantes confirman la pertinencia de incluir deportes alternativos dentro de las clases de Educación Física.

Asimismo, los resultados respaldan la elaboración de una guía metodológica que facilite la continuidad del proceso y apoye a docentes en la implementación del deporte. Se recomienda realizar estudios futuros que evalúen el impacto a largo plazo del tenis de mesa en el desarrollo integral y en la convivencia escolar.

En conjunto, el proyecto cumplió sus objetivos y evidenció que el tenis de mesa puede consolidarse como una alternativa pedagógica valiosa para enriquecer la formación física y recreativa de los estudiantes.

BIBLIOGRAFÍA

Castejón, F. J. (2017). *La enseñanza de los deportes en la escuela: hacia una educación física más inclusiva y formativa*. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, (416), 55-68.

Cecchini, J. A., & Méndez-Giménez, A. (2018). *El tiempo libre y la actividad física: una oportunidad educativa*. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 13(39), 187-194.

