

Sistema de juegos para potenciar las habilidades deportivas en los niños de una comunidad rural.

Yecenia Emelda Castillo-Castillo. Dirección Municipal de Deportes de Jiguaní. Granma-Cuba.

Juan Manuel Castillo-Reyes. Dirección Municipal de Deportes de Jiguaní. Granma-Cuba.

Yisel Castillo-Castillo. Dirección Municipal de Deportes de Jiguaní. Granma-Cuba.

Resumen:

El artículo trata sobre la influencia de un Sistema de Juegos Predeportivos para potenciar las habilidades deportivas de los niños en el contexto de la comunidad para además aumentar las ofertas recreativas en su tiempo libre, a través de actividades amenas y variadas, favoreciendo el desarrollo del voleibol y aumentando la calidad del mismo; la forma de realizar los juegos da la posibilidad a todos los niños a participar y las variantes que se proponen le permiten potenciar no solo las habilidades deportivas en el voleibol, sino también de otros juegos con pelotas. El sistema de juegos propuesto constituye una opción más dentro de las ofertas recreativas-deportivas, tanto para el período lectivo, como para el período vacacional pasando a ser la primera opción de los miembros de la comunidad.

Palabras clave: sistema de juegos/ habilidades deportivas/ niños

Abstract:

The article tries on the influence of a System of Games Predeportivos for potenciar the sport abilities of the children in the context of the community it also stops to increase the recreational offers in its free time, through interesting and varied activities, favoring the development of the volleyball and increasing the quality of the same one; the form of carrying out the games gives the possibility to all the children to participate and the variants that intend allow him non alone potenciar the sport abilities in the volleyball, but also of other games with balls. The proposed system of games constitutes an option more inside the recreational-sport offers, so much for the period lectivo, like for the period vacacional becoming the first option of the members of the community.

Words key: system of games / sport abilities / children

Introducción:

Las actividades físico-recreativas en el tiempo libre se consideran como una necesidad de los seres humanos, que posibilita calidad de vida y creación de un estilo de vida en la población, que benefician al hombre en su capacidad física, en la salud, en la economía, en los niveles de comunicación y en el desarrollo humano, factores esenciales en el desarrollo local, también pueden ejercer una influencia positiva en la conducción del proceso de aprendizaje de los niños, debido a las variadas formas de realización, se fusiona lo cognitivo con lo afectivo en un medio favorable, en contacto directo con la naturaleza y sus fenómenos.

El Estado garantiza la participación democrática de sus habitantes para organizar la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, sin discriminación alguna de etnia, credo, condición o sexo, preserva la sana competición y respeto a las normas y reglamentos de tales actividades, los participantes deben acogerse a los regímenes disciplinarios que le sean propios, sin perjuicio de las responsabilidades legales pertinentes.

El juego hay que considerarlo como un fenómeno inherente al hombre, fundamentalmente al niño, si se tiene en cuenta que el juego es uno de los primeros lenguajes de este y una de sus primeras actividades, a través de la cual conoce el mundo que lo rodea, incluyendo las personas, los objetos, el funcionamiento de los mismos, por tanto se reconoce que no se puede excluir el juego del ámbito de la educación formal y de la socialización.

El voleibol es uno de los juegos más populares del mundo; a nivel internacional se eleva cada año, así como la cantidad de jugadores que participan en las competencias de importancia y los cambios que han sufrido las reglas de este deporte en los últimos tiempos hacen que en este no haya enemigo pequeño.

Para lograr y mantener resultados superiores en este deporte es necesario comenzar a desarrollar los futuros voleibolistas desde las primeras edades, formando en cada escalón una sólida preparación en cada uno de sus componentes, la preparación física, la técnica, la táctica, la preparación psicológica y el marco propicio para lograrlo es practicar este deporte en el tiempo libre de los niños para que haya mayor motivación y aumente la masividad en la práctica del mismo.

Por el análisis de participación en los juegos realizados en varios períodos donde compiten los niños se pudo constatar que existen insuficiencias en la calidad de juego que se observó, las más comunes son: dificultades en las habilidades deportivas del voleibol, poca participación de los niños en los juegos, no se planifican ni coordinan actividades con los técnicos de este deporte que permitan el desarrollo de las habilidades del mismo, en los proyectos comunitarios

no contemplan los juegos predeportivos de voleibol como una opción recreativa en la comunidad, el voleibol aunque está incluido en las opciones para el desarrollo del deporte para todos en las escuelas y dentro de los juegos deportivos-recreativos se practica poco en la comunidad, así como de herramientas que permitan el desarrollo del deporte en la comunidad .

El sistema de juegos constituye una oferta más de las actividades para el tiempo libre de los niños, con él se aumenta la participación de jugadores y espectadores de otros sectores sociales.

La puesta en práctica de este sistema contribuye a lograr una mayor participación de los niños en la práctica del voleibol en el tiempo libre, ayuda a mejorar las relaciones interpersonales y garantiza una correcta selección de los posibles talentos del deporte desde la comunidad, pues el desarrollo comunitario implica en gran medida el desarrollo social.

El aporte principal lo constituye la elaboración de un sistema de juegos predeportivos de voleibol para potenciar las habilidades deportivas, durante la práctica sistemática de este deporte en el tiempo libre de la muestra objeto de investigación.

La forma de realizar los juegos da la posibilidad a todos los niños a participar y las variantes que se proponen le permiten potenciar no solo las habilidades deportivas de voleibol, sino también de otros deportes de juegos con pelotas como el fútbol, el baloncesto, el balonmano; hay un aumento de la participación de jugadores y espectadores de otros sectores sociales.

El sistema de juegos propuesto constituye una opción más dentro de las ofertas recreativas deportivas tanto para el período lectivo como para el período vacacional pasando a ser la primera opción de los miembros de la comunidad.

Desarrollo:

Título: Sistema de juegos para potenciar las habilidades deportivas en los niños de una comunidad rural.

Objetivo: Aplicar juegos predeportivos para potenciar habilidades deportivas en los niños de una comunidad rural.

El Sistema de Juegos tiene una duración de 8 meses. Se diseña a la luz de la alta aspiración de asegurar la efectividad del trabajo del niño con la relación escuela-comunidad, creando las condiciones para que la labor educativa de la escuela de conjunto con los factores de la comunidad resulte exitosa, para la creación de estilos de vida más sanos. Asegurando la capacidad de aprendizaje, autorregulación personal y mayores posibilidades de contribuir a la calidad de vida en el colectivo y la comunidad.

El sistema de juegos que se propone tiene los siguientes componentes: familiarización, sistematización e integración y el mismo responde a las características del método que lo sustenta, método sistémico-estructural-funcional. Estableciendo las relaciones entre cada elemento componente del sistema.

El componente de familiarización constituye la base del sistema de juegos creando las condiciones para la enseñanza de las habilidades deportivas del voleibol, desde la clase en dos frecuencias semanales. Aquí es donde el niño se familiariza con cada una de las habilidades del voleibol: saque, recibo, voleo y conoce los aspectos históricos, teóricos del juego, tradición, resultados del municipio y jugadores destacados.

El componente de sistematización en las actividades extracurriculares, dentro del horario del Deporte para Todos en dos frecuencias semanales, adquiriendo las habilidades más gruesas en su formación deportiva, el éxito de este componente depende de la forma en que el niño haya asimilado el contenido y si está en condiciones de aplicar de manera creadora los conocimientos a nuevas situaciones.

El componente de integración se logra en las actividades extracurriculares de los sábados o domingos, donde los juegos se llevan a cabo en forma de competencia, que se organizan por la escuela, por las instituciones deportivas de la comunidad, con la afluencia de los niños en su horario libre. Durante el desarrollo de la misma cada niño será capaz de realizar habilidades del voleibol y el cumplimiento de reglas.

Juegos predeportivos ofertados

El voleo

La vuelta al círculo

Pelota a las esquinas

Siempre por el aire

Relevo de voleo sobre la cabeza

Voleo entre sí

Pasa y recibe

El saque

Voleo entre cuerdas

Golpea y corre

Entra y sale

Jugar voleando

Balón rebote

Tira encesta y ganarás

Pelota voladora

Voleibol recreativo

Voleibol sentado

Voleibol con net tapada

La aplicación del sistema de juegos en los niños de 9 a 12 años de la comunidad rural “Las Palmas” del municipio Jiguaní, permitió conocer que los mismos fueron capaces de percibir la intencionalidad de los profesores al incorporar de forma consciente y planificada, las habilidades deportivas del voleibol a la recreación física en la comunidad, además de imponerles retos en cuanto a la búsqueda, resultados individuales con respecto a las normas establecidas para su edad y sexo.

Además tuvo un impacto positivo en la vinculación entre las actividades físico-recreativas y las habilidades específicas del deporte voleibol y su desarrollo en el tiempo libre de los niños. Se evidenció que antes de la aplicación del sistema no existía un uso adecuado del tiempo libre de los niños de la comunidad ni una variada oferta recreativa que los motivara a participar, luego de la aplicación del mismo se asumió de forma consciente y necesaria la utilización del tiempo libre en actividades provechosas para la salud y el bienestar de los miembros de la comunidad.

Se evidencia el incremento y mejoramiento de habilidades deportivas las cuales se considera que son el producto de un grupo de características propias y exclusivas de las edades de 9 a 12 años, estas edades representan, atendiendo al comportamiento motor un punto culminante del desarrollo infantil con rasgos y características propias como son:

- El gobierno consiente y dominio de los movimientos, la seguridad, la funcionalidad, la economía y la armonía. Es por eso que los niños en estas edades adquieren gran agilidad y habilidad que pueden ser conservadas por el resto de la vida con la práctica constante del ejercicio y el deporte.
- El período tratado es una época idónea para las clases de Educación Física, el Deporte para Todos y el deporte opcional o comunitario.
- El aprendizaje motor se ve beneficiado por una buena capacidad de reacción, arrojo y afán de aprender.

- Las condiciones corporales también benefician al desarrollo motor puesto que las proporciones equilibradas del cuerpo en un crecimiento bastante uniforme propician la relación fuerza peso unido a una posición relativamente baja del centro de gravedad.
- El desarrollo del sistema nervioso superior es bastante equilibrado ante los procesos de excitación e inhibición lo que permite un rápido afianzamiento de los reflejos condicionados que a su vez constituyen la base para la buena calidad de la acción motriz y el aprendizaje de otras nuevas.

El sistema constituyó una opción más dentro de las ofertas recreativas deportivas tanto para el período lectivo como para el período vacacional pasando a ser la primera opción de los miembros de la comunidad. Aumentó la participación de jugadores y espectadores de otros sectores sociales. Se lograron mejores resultados en las competencias “Esperanzas Pioneriles”, que se desarrollan todo el curso durante varios años en el municipio, el cual comenzó con las cinco escuelas urbanas y hoy tributan más de diez escuelas rurales.

Conclusiones:

- El diagnóstico realizado para conocer la situación actual de las habilidades deportivas del voleibol en los niños de esta comunidad, reveló que existen insuficiencias en la utilización de juegos predeportivos que permitan desarrollar las mismas y darle un adecuado empleo a su tiempo libre.
- La implementación del sistema de juegos predeportivos constituyó un elemento dinamizador en el desarrollo de las habilidades deportivas del voleibol en los niños, a partir de los cambios ocurridos en el comportamiento de estos sujetos, el mismo tiene carácter flexible e integrador y con sus variantes se mejoran las habilidades de otros deportes.

Citas y notas:

1. J. Caballero Ramírez. (1967). Los 100 Juegos del plan de la calle. . Vedado. La Habana, Editorial Pueblo y Educación.
2. S. Kleine. (1968). Juegos Menores. Vedado, La Habana, Editorial Pueblo y Educación.
3. R. I. Jukouskoja. (1978). La educación del niño en el juego. L Habana, Editorial Pueblo y Educación.
4. H. Watson Brown. (2008). Teoría práctica de los juegos. Ciudad de La Habana, Cuba, Editorial Deportes.
5. A. Testa Frenes. (1997). Aprendizaje mediante juegos. Dpto de educación laboral. Facultad de ciencias, I.S. P. “Enrique José Varona”. Editorial Academia.

Castillo-Castillo y otros.

6. D.F. Elkonin. (1978). *Psicología del juego*. Editorial Pueblo y Educación.

7. L. Aisanuk. (2000). *Gestión de tiempo libre*. Barcelona, INDE Publicaciones.