

Sistema de actividades físico-deportivas-recreativas. Una perspectiva para incrementar la motivación de los niños hacia la práctica del deporte taekwondo en la comunidad.

Julio Fajardo-Pompa. Filial Universitaria de Cultura Física de Río Cauto. Granma-Cuba.

Resumen:

El artículo expone los resultados de un sistema de actividades físico-deportivas-recreativas en la comunidad "Guamo Viejo", que tuvo como objetivo condicionar la motivación en los niños con edades comprendidas entre 11-12 años para la práctica del taekwondo en la comunidad. Este sistema de actividades posee amplias posibilidades para utilizar adecuadamente el tiempo libre en función del deporte. El mismo tomó como referencia las actividades que oferta la comunidad, detectándose gran parte de las insuficiencias recreativas a través de un análisis de las necesidades de estos niños que no les ofrecen como alternativa el deporte en función de la recreación.

Palabras clave: taekwondo/ sistema de actividades/ recreación.

Abstract:

The article exposes the results of a system of physical-sport activities - recreational in the community Guamo Viejo that had as objective to condition the motivation in the children 11-12 years for the practice of the taekwondo in the community. This system of activities possesses wide possibilities to use the free time appropriately in function of the sport. The same one took like reference the activities that it offers the community, being detected great part of the recreational inadequacies through an analysis of the necessities of these children that you/they don't offer them as alternative the sport in function of the recreation.

Words key: taekwondo / system of activities / recreation.

Introducción:

Las actividades físico-deportivas-recreativas en la comunidad constituyen acciones de motivación que tienden a crear vínculos entre los participantes, produciéndose un proceso de identificación entre sí y a la vez con el entorno, contribuyendo también al mejor disfrute y conocimiento de la oferta recreativa y en consecuencia, aumentando el nivel de satisfacción de las expectativas individuales y la integración social.

La labor de los profesores de recreación es facilitar y promover las ofertas recreativas a fin de que constituyan opciones para la libre elección de quienes se recrean, esto ha hecho de Cuba un punto de referencia para el mundo, por haberse convertido en uno de los países que más lucha por mejorar la calidad de vida de su población; no obstante, existen insuficiencias en el desarrollo de la motivación en los niños en la comunidad, donde no se diseñan ofertas deportivas de espectáculos masivos, como son las artes marciales en todas sus magnitudes.

Estas se convierten en un medio idóneo para potenciar en los niños el desarrollo de la motivación hacia la práctica de cualquier deporte; se ha constatado que a pesar de los esfuerzos realizados subsisten en las actividades físico-deportivas-recreativas dificultades, pues no logran un impacto realmente trascendental en los niños, en correspondencia con las particularidades específicas de su edad, motivaciones, intereses y necesidades.

Los programas solo están dirigidos a los jóvenes y adultos, no tienen en cuenta a los niños, sus necesidades, que como seres humanos pueden experimentar desde el momento en que toman conciencia del “yo” individual y de la realidad que los envuelve, es tratar de comprender la naturaleza de sus emociones, sus relaciones con el pensamiento racional y el modo en que ambas dimensiones interactúan y condicionan sus actos constatando las consecuencias de su proceder, posiblemente nos preguntemos los motivos por los cuales han actuado de tal modo y si habían otras alternativas posibles que hubieran arrojado otros resultados y que una vez logrado, saciará una necesidad dentro de la comunidad en que se desarrolla.

Desarrollo:

Las tendencias humanas hacia ciertas formas de actividad están influidas por su preparación física y mental, por el nivel cultural, por la edad, por el sexo, por el temperamento, la motivación y que naturalmente, el medio ambiente entrará en condición permitiendo concretar las formas de ajuste, de acuerdo al concepto social que se tenga de la recreación. De aquí que los programas de recreación, en cualquiera de sus formas deben caracterizarse por la riqueza en la diversidad de formas, y de oportunidades que se ofrezcan, a fin de satisfacer las más diversas necesidades e intereses de la población.

Dentro de estas acciones físico-recreativas y deportivas resaltan los favorables cambios que pueden ocurrir en el estado de salud en los niños de la comunidad, los cuales son expresión de la alta prioridad y los esfuerzos realizados por la recreación en la esfera social y en la transformación cualitativa del nivel de vida, teniendo en cuenta los factores que influyen en la necesidad recreativa, entre los cuales se encuentran los biopsicosocial siendo el motivo de este trabajo, la motivación, que es entendida como la energía que lleva al individuo a realizar las actividades, la dinámica de los móviles y motivos que conlleva al logro de forma correcta de comportamiento. La motivación es un requisito previo para el aprendizaje, especialmente el sistema físico-deportivo-recreativo, dado que la motivación se intensifica al tener vivencias de éxito, tanto individual como colectivo, dependiendo de la adaptación social del niño y de su nivel de aspiración dentro de la comunidad.

Contexto del sistema de actividades físico-deportivas-recreativas.

Para el desarrollo de este trabajo se escogió con un entorno constituido por 60 niños, de ellos se seleccionaron 20 entre 11-12 años, que representa el 12 % de la población general de la escuela primaria "Tony Alomás" ubicada en la comunidad Guamo Viejo; el criterio de selección fue intencional, considerando las características de la muestra seleccionada.

Sistema de actividades físico-deportivas-recreativas propuesto para motivar la práctica del deporte de taekwondo en la comunidad.

El sistema de actividades se realizará durante todo un curso. Los lunes, miércoles y viernes, las actividades se realizarán a partir de las 5.00p.m. hasta las

7:00p.m., sábado desde las 9:00a.m. hasta la 11:00a.m. y los domingos desde las 9:00a.m. hasta las 12:00m.

Acciones:

1. Exposición de círculos de interés en la escuela de la comunidad del deporte taekwondo con el equipo municipal. Exponiendo lo siguiente:
 - Historias del deporte, internacional, nacional, provincial y municipal.
 - Explicación de las formas de competencia en el deporte con demostraciones, kioppa, poomse, combate.
 - Exposición de los medios de protección de combate.
 - Medios auxiliares para el desarrollo del entrenamiento, saco, pal chagüi, guantereta.
 - Exposición de los resultados del equipo a nivel provincial y municipal.
 - Conversatorios con los atletas con resultados y medallas en los eventos provinciales, exposición de vivencias y experiencias.
 - Exposición del vestuario, su historia y empleo en el combate.
2. Videos debates:
 - Videos debates de eventos internacionales.
 - Videos debates de eventos nacionales con las principales figuras del equipo Cuba.
 - Videos debates de estudios en los eventos provinciales con el equipo municipal de taekwondo.
 - Logros del equipo, lugar de entrenamiento de la provincia, del municipio, perspectivas del deporte.
 - Videos de los eventos municipales del equipo, así como las evaluaciones de grado realizadas.
3. Exposición de medios de protección, fotos, medallas, diplomas, referentes a todos los logros obtenidos en el deporte desde 1993.

4. Charlas, conversatorios con los atletas del deporte a nivel provincial y municipal.

- Conversatorios de las vivencias de los diferentes atletas del deporte municipal y provincial.

5. Demostraciones: Marciales y competitivas.

➤ Marciales:

➤ - Elementos básicos, simples y complejos.

- Quijones de poomse.

- Poomse.

➤ Competitivas:

- Elementos técnicos de piernas, simples y complejos.

- Dominio de tres o más elementos técnicos con una sola pierna al aire y en pareja.

- Combinaciones de elementos técnicos con ataques por el frente, en giro y recuperación con técnica de suspensión.

- En dúo.

- Ataques simples.

- Ataques y contraataques.

6. Realizar carteles competitivos:

- Empleando los medios de difusión masiva para su mayor divulgación e invitación a los comunitarios a participar en los eventos organizados.

Realizar competencia de Poomse

- Individual

- Dúo

- Tríó

Realizar carteles competitivos:

- Categoría 9-10 años.

- Categoría 11-12 años.

Conclusiones:

- El sistema de actividades físico-deportivas-recreativas demostró la aceptación y la aplicación del sistema, aumentó la motivación de los niños de la edad de 11-12 años hacia la práctica del taekwondo en la comunidad.
- Se logró la formación de un especialista de taekwondo, a través de la universalización, hasta elevar su nivel marcial de cinturón negro I dan entrenando un equipo completo en la comunidad "Guamo Viejo".
- Se aportaron dos atletas a eventos provinciales y un atleta al evento nacional, alcanzando medalla de bronce por equipo e individual, se incluyó al equipo de la comunidad en actividades del festival de artes marciales y carteles competitivos en las comunidades: Grito de Yara, Guamo y Cauto Embarcadero.

Citas y notas:

1. Cuba. Instituto Nacional de Deportes y Recreación. (1990). Manual de la masividad. La Habana, INDER.
2. Migdalia Estévez Cullell y col. (2004). La Investigación Científica en la Actividad Física: su metodología. La Habana, Editorial Deportes.
3. Marlene Vázquez Pedroso. (1996). Estudio diagnóstico de las relaciones de los diferentes elementos psicológicos de las acciones tácticas en los atletas de Taekwondo de alto rendimiento. Ciudad Habana, ISCF.
4. V. Radianov A. (1989). Influencia de los factores psicológicos en el resultado deportivo. Moscú, Editorial Uneneshtorgiedot.
5. Richard Chung. (1980). Taekwondo. El arte marcial coreano. Editora Diana.
6. Andrés Briñones. (2003). Estudio Correlacional de la información. Aproximación metodológica en la enseñanza del Taekwondo. Memorias del evento Científico de combate celebrado en Holguín.
7. Colectivo de autores. (2000). Exigencias psicológicas del Taekwondo. Ciudad Habana, Editorial Pueblo y Educación.