

Original

**ALTERNATIVA DE JUEGOS PREDEPORTIVOS PARA LA INICIACIÓN DEPORTIVA DE LOS
ESCOLARES EN EL VOLEIBOL DESDE LA EDUCACIÓN FÍSICA**

**Alternative of predeportivos games for the initiation sportive of the students in the volleyball in the
physical education**

M.Sc. Víctor Luis Olivera-Rodríguez, Universidad de Granma, Cuba, voliverar@udg.co.cu

Dr. C. Odonel Martínez-Barzaga, Universidad de Granma, Cuba, omartinezb@udg.co.cu

Dr. C. Antonio Sáez-Palmero, Universidad de Granma, Cuba, antonio.saez@reduc.edu.cu

M.Sc. Yuniesky Cabrera-Carrazana, Universidad de Granma, Cuba, ycabrerac@udg.co.cu

Recibido: 10-04-2018 / Aceptado: 21-04-2018

RESUMEN:

La incorporación de niñas y niños a la práctica de deportiva es una de las tareas de la Educación Física. Por lo que, el objetivo de la investigación se enmarca en "Elaborar una alternativa de juegos predeportivos que favorezca la iniciación deportiva y la incorporación proyectiva de los escolares a la práctica del Voleibol. La investigación se desarrolló en la escuela primaria rural Arquímedes Colina de Mabay en Bayamo, con los escolares de 9 a 11 años de edad. La alternativa de juegos predeportivos constituye una vía para favorecer la iniciación deportiva y la incorporación proyectiva de los escolares a la práctica del Voleibol en la clase de Educación Física y en el Deporte para Todos.

Palabras claves: alternativa, educación física, deporte para todos, iniciación deportiva, juegos predeportivos, incorporación proyectiva.

ABSTRACT:

The incorporation of girls and boys to the practice of sports is one of the tasks of Physical Education. Therefore, the objective of the research is framed in "To elaborate an alternative of predeportive games that favors the sportive initiation and the projective incorporation of the students to the practice of the Volleyball." The investigation was developed in the rural elementary school Arquímedes Colina of Mabay in Bayamo, with schoolchildren from 9 to 11. The alternative of predeportive games is a way to encourage sports initiation and the projective incorporation of schoolchildren to the practice of Volleyball in the Physical Education class and Sports for All.

Key words: alternative, physical education, sport for all, sportive initiation, predeportive games, projective incorporation.

INTRODUCCIÓN:

El Voleibol constituye uno de los deportes que se práctica en todas las comunidades, academias y combinados deportivos de nuestro país, desde las categorías infantiles hasta mayores, en ambos sexos y así como, las personas limitadas físicas (voleibol sentado) con carácter educativo, recreativo y competitivo.

Este deporte se introduce en los programas de Educación Física en el cuarto grado de la enseñanza primaria mediante los juegos predeportivos de saques y voleos; y en el octavo como unidad motivo de estudio. Sin embargo, no se establecen proyectos o megaeventos que favorezcan la iniciación deportiva y su práctica sistemática en el horario de deporte para todos.

Autores nacionales y extranjeros, tales como: Sarmiento, Y. (s/f), Gevert, R. (2004), Ortín, V. (2010), García, C. (2011), Vargas, E., Rodríguez, G. y Gutiérrez, M. (2012), Oroceno, M., Hall, E. y Hechavarría, N. (2013), Benítez, R., Govea, C.A. y Mencho, I. (2013), Machín, R. (2013), Olivera, V. (2015), Alfonzo, A. (2015), entre otros, hacen referencia a actividades, juegos predeportivos y programas en diversos contextos para la iniciación deportiva de los niños y niñas al Voleibol, tanto en la Educación Física como en el entrenamiento deportivo.

Sin embargo, en el diagnóstico aplicado se constataron las siguientes insuficiencias:

- Insuficientes juegos predeportivos diseñados en el programa de Educación Física.
- Insuficiente utilización de los juegos predeportivos de Voleibol en las clases de Educación Física y el Deporte para Todos.
- Insuficiente preparación de los profesores de Educación Física para potenciar la iniciación deportiva en el Voleibol.
- Baja incorporación de los niños y niñas a la práctica del Voleibol.
- Insuficientes actividades para la potenciación del Voleibol en el Deporte para Todos.
- Insuficientes equipos de Voleibol en la comunidad escolar.

Esto conlleva a la siguiente situación problemática: a pesar de los juegos predeportivos establecidos en la Educación Física, se hace necesario una alternativa para la iniciación deportiva de los escolares y su incorporación a la práctica del Voleibol.

Esto conlleva a la interrogante siguiente: ¿Cómo potenciar la iniciación deportiva de los escolares que favorezca su incorporación a la práctica del Voleibol? Y concentra su análisis en el proceso de iniciación deportiva en la Educación Física. Por lo que, para dar solución es necesario "Diseñar una alternativa de juegos predeportivos que favorezca la iniciación deportiva y la incorporación proyectiva de los escolares a la práctica del Voleibol".

La investigación se hace pertinente a partir de que en los programas de Educación Física actuales no está implementado el Voleibol como unidad a impartir, es un deporte que se introdujo en la comunidad rural de Mabay y Julia en los años 60 del siglo XX, es de preferencia por las niñas y niños de la escuela Arquímedes Colina y posee la infraestructura y el personal técnico para su desarrollo.

DESARROLLO:

Población y Muestra:

El escenario seleccionado para desarrollar la investigación es la comunidad rural de Mabay, y se eligió la escuela primaria Arquímedes Colina, que posee espacios al aire libre y con excelente vegetación que permite la práctica deportiva (atletismo, bádminton, baloncesto, balonmano, fútbol, hockey, voleibol, tenis de campo, deportes de combate; gimnasia artística, aerobia y rítmica) en cualquier horario sin perjudicar la salud de las niñas y niños; y la cancha rústica de voleibol que permite su práctica y empleo con carácter recreativo.

De una población de 432 escolares, se seleccionó como muestra los 221 niños y niñas, que representan el 52%. Los criterios para la selección de esta muestra, de manera no probabilística e intencional fueron: que cursan los grados 4to, 5to y 6to, de ambos sexos y edades (9 a 11 años) que son las más propicias para la iniciación deportiva, a partir de las etapas dadas Ruiz, R. y Ashmarin, B. (1966) y Matvéev, L. (1983).

Análisis de los resultados:

La triangulación de los métodos y técnicas aplicadas arrojaron las siguientes insuficiencias: el voleibol no es deporte motivo de estudio en los programas de Educación Física, son insuficientes los juegos predeportivos que aparecen en el programa (solo 6 están planificados); existe un solitario equipo de voleibol masculino con 12 escolares incorporados, que representa solo el 5,4% de la muestra escogida en la escuela Arquímedes Colina, y baja asistencia los fines de semana en el Deporte para Todos; los profesores de Educación Física casi no aplican juegos predeportivos relacionados con el Voleibol, en solo 6 clases de las 24 observadas emplearon los juegos de saque y voleo; plantean la necesidad de implementos oficiales para desarrollar el deporte, de incluir el Voleibol en los programas de Educación Física desde el 4to grado, de actualizarse en la metodología y el reglamento; los escolares exponen que les interesa la Educación Física y la práctica del Voleibol, que no se hacen muchas competencias entre ellos y con otras escuelas; y la estrategia deportiva es dogmática, pues no responde a intereses de los escolares ni tiene en cuenta las tradiciones deportivas y recreativas de la comunidad, ni las potencialidades de la escuela y la localidad.

Esto demuestra la necesidad de una alternativa que favorezca la iniciación deportiva de los escolares y su incorporación proyectiva a la práctica del Voleibol, tanto de los niños como de las niñas; el rescate de este deporte como tradición de la comunidad, los gustos y preferencias de los escolares; así como las potencialidades de infraestructura y de los recursos humanos.

A partir de los resultados del diagnóstico y en correspondencia con los gustos y preferencias de los escolares, las potencialidades de la escuela y la comunidad; las posibilidades y facilidad de implementación, se diseñan los juegos con una adecuación de la metodología de Arnold, J. (1998) y Watson, H. (2008).

Alternativa de juegos predeportivos para favorecer la iniciación deportiva y la incorporación proyectiva de los escolares a la práctica del Voleibol”.

Fundamentos teóricos y metodológicos de los juegos.

La palabra juego procede de dos vocablos en latín: "iocum y ludus-ludere" ambos hacen referencia a broma, diversión, chiste, y se suelen usar indistintamente junto con la expresión actividad lúdica.

Muchos autores han valorado el juego desde sus diferentes ópticas, entre ellos podemos encontrar la definición dada por: La Real Academia Española lo define como: “la acción de jugar, pasatiempo o diversión, su definición es algo no definida, ya que es una actividad principalmente bajo su aspecto ocio”.

Otros conceptos nos los ofrecen (H. Spencer), (Guy Jacquir), (J. Huizenga) los cuales en el mismo orden refieren al aspecto fisiológico de juego, psicológico y sociológico, todos citado por Marrero López, Maidelin (2010)

Concepto fisiológico: Es la actividad que realizan los seres superiores sin un fin aparentemente utilitario, como medio para eliminar su exceso de energía. Sin embargo cuando un niño se encuentra enfermo, no pierde el interés por el juego y él mismo sigue jugando.

Concepto psicológico: Es la actividad espontánea y desinteresada que exige una regla libremente escogida que cumplir o un obstáculo deliberadamente que vencer. El juego tiene como función esencial procurar que el niño logre, el placer moral del triunfo, que al aumentar su personalidad, los sitúa ante sus propios ojos y ante los demás.

Concepto sociológico: Se puede definir el juego como actividad u ocupación voluntaria que se realiza dentro de ciertos límites establecidos de espacio y tiempo, atendiendo a reglas libremente aceptados.

Por su parte Cabrera Carrazana, Yunieski. (2009) hace referencia al valor biológico y pedagógico: los juegos constituyen un medio indispensable en la formación del niño ofrecen gran diversidad de movimiento y instan al niño a dar el máximo de esfuerzo en su práctica,

labor que realiza con espíritu emulativo. Propicia además la acumulación de experiencia social, motriz y cognoscitiva e influyen en el desarrollo físico y mental consolidando hábitos motores y desarrolla habilidades.

Por estas y otras razones los juegos son empleados como un medio de la Educación Física y el Deporte para Todos, tomando así su verdadero valor para la formación de la personalidad de niño y la niña, instándolos a participar del aprendizaje al mismo tiempo que se divierten.

Los juegos predeportivos.

Ozolin, N.G. (1983) plantea que los juegos predeportivos, son una forma lúdica motora de tipo intermedio entre el juego y el deporte, que contiene elementos afines a alguna modalidad deportiva y que son el resultado de la adaptación de los juegos deportivos con una complejidad estructural y funcional mucho menor, su contenido, estructura y propósito permite la adquisición de destrezas motoras que sirven de base para el desarrollo de habilidades deportivas ya que contiene elementos de algún deporte.

Valdés, M. y Morales, J. M. (1980) plantean que los juegos predeportivos son: aquellos que tienen carácter competitivo, que se rigen por reglamentaciones oficiales pero pueden tener cambios, tanto en su duración, como en el número de jugadores, en las dimensiones del terreno y hasta en el propio desarrollo del juego bajo criterios didácticos o lúdicos.

M. Valdés y J. M. Morales (1980) clasifican los juegos predeportivos en la educación primaria en Cuba de la siguiente forma:

- Juegos predeportivos básicos: Su contenido esta dirigido fundamentalmente, a desarrollar habilidades de carácter básico que permitan incorporar elementos y habilidades más complejas.
- Juegos predeportivos específicos: Son aquellos que comprenden elementos de los diferentes deportes, y están encaminados al desarrollo de las habilidades y destrezas del deporte en cuestión.

Objetivos generales de los juegos predeportivos.

- 1- Familiarizar a los escolares con las habilidades motrices deportivas de los deportes que potencien el proceso de iniciación deportiva.
- 2- Contribuir a la formación de cualidades morales, sociales y volitivas, que fomenten el amor hacia la Educación Física y el Deporte, y la Patria.
- 3- Transmitir conocimientos teóricos sobre las reglas de los deportes con vista a aplicarlos en las actividades extradocentes y extraescolares como forma de aprovechar el tiempo libre.

Los juegos predeportivos diseñados tienen como finalidad favorecer el proceso de iniciación deportiva y la incorporación proyectiva de los escolares en el Voleibol, durante la clase de

Educación Física y el Deporte para Todos (participativo y recreativo) partiendo de los gustos y preferencias de los escolares, y las potencialidades de la escuela y la comunidad; y las limitaciones que tienen los programas de Educación Física.

El nivel de dificultad de los juegos predeportivos dependerá del grado de desarrollo motor y del conocimiento del niño del deporte, ya que esto puede condicionar la ejecución de algunas acciones, entender algunas reglas o su integración al equipo.

Los juegos predeportivos propician: Alto grado de autonomía, el desarrollo del pensamiento y la creatividad, valores morales y estéticos, y las capacidades de transferir, discriminar, la abstracción, la concreción y la generalización.

Alternativa de juegos predeportivos de Voleibol.

Juegos de Saque.

1-Nombre: Balón en retroceso.

Objetivo general: Realizar el saque por abajo de frente.

Potencia: Habilidad motriz básica del saque.

Propósito formativo: Lograr una misma meta para todos los participantes.

Propósito motor: Perfeccionar las habilidades de saque.

Participantes: Todo el grupo participa.

Materiales: Balones de voleibol y una net.

Espacio: De acuerdo al terreno disponible en la escuela.

Organización: En este juego los equipos se encuentran formados en frontal hilera a 5m de distancia de la línea de saque.

Desarrollo: A la señal del profesor los primeros alumnos de cada hilera salen corriendo hasta la línea de saque donde, lanzaran el balón golpeándolo en forma de saque por abajo contra la net, pero dejándolo que rebote en el campo propio antes de enviarlo al terreno contrario, cada alumno espera el balón, regresa corriendo a su equipo y entrega el balón al siguiente jugador del equipo, y se coloca al final de la hilera. Gana el equipo que primero termine.

Reglas: el jugador debe realizar el saque desde la línea de saque del terreno de juego, un jugador no puede golpear el balón dos veces consecutivas y si el balón lanzado sale de los límites del área el jugador debe recogerlo. Todos los jugadores deben realizar el saque.

Variantes: Los equipos se encuentran formados en frontal hilera a 3m de distancia de la línea de saque o la distancia que determine el profesor.

2-Nombre: Derriba las banderitas.

Objetivo general: Realizar el saque por abajo de frente.

Potencia: Habilidad motriz básica del saque.

Propósito formativo: Lograr una misma meta para todos los participantes.

Propósito motor: Perfeccionar las habilidades de saque.

Participantes: Todo el grupo participa.

Materiales: Balones de voleibol o de goma y una net.

Espacio: De acuerdo al terreno disponible en la escuela.

Organización: Se formaran dos equipos detrás de la línea de saque, formados en frontal hilera.

Desarrollo: A la señal del profesor, el jugador número 1 realizara un saque, con el objetivo de derribar las banderitas que están en el centro del círculo ubicado por debajo de la net, después del saque se incorpora al final de la hilera. Gana el equipo que más puntos acumule.

Reglas: se considera válido el movimiento de saque si el balón derriba las banderitas, cada banderita derribada vale tres puntos y hay que adoptar la posición de saque antes de enviar el balón hacia el aro.

3-Nombre: Pase caliente.

Objetivos general: Realizar el saque por abajo de frente.

Propósito formativo: Lograr una misma meta para todos los participantes.

Propósito motor: Perfeccionar las habilidades de saque.

Participantes: Todo el grupo participa

Materiales: Balones, medicinales y una net.

Espacio: De acuerdo al terreno disponible en la escuela.

Organización: Se forman los equipos divididos en dos, formados en círculos frontales o laterales, filas etc. El tamaño de los círculos depende del espacio disponible y de la cantidad de los jugadores, gana el equipo que primero termine

Desarrollo: Cada círculo tiene un balón que, a una señal del profesor circula hacia la derecha o izquierda. El balón debe circular 2 veces en el círculo. Gana el equipo en el que el balón haya regresado primero al lugar de partida, donde el respectivo jugador lo alzaré gritando "listo".

Reglas: no pasar por alto ningún jugador al pasar el balón y se debe realizar el lanzamiento indicado al iniciar el juego.

Variantes: Se puede modificar el tipo de pase: tiro bajo, pase con la mano izquierda o derecha, pase con dos.

4-Nombre: Anotar un tanto.

Objetivos general: Realizar el saque por abajo de frente.

Propósito formativo: Lograr una misma meta para todos los participantes.

Propósito motor: Perfeccionar las habilidades de saque.

Participantes: Todo el grupo participa

Materiales: Balones de voleibol y una net.

Espacio: De acuerdo al terreno disponible en la escuela.

Organización: Se dividirán los alumnos en 2 equipos, con igual número de niños en cada uno, cada equipo se sitúa frente a línea de saque, entregándole una pelota al primer niño de cada equipo.

Desarrollo: A la señal del profesor para comenzar el juego, los 2 primeros niños de cada equipo realizarán el saque del balón tratando de enviarla detrás de la net, si el jugador al realizar el saque del balón no es llevado detrás de la net, el jugador que la lanzó será eliminado, tomando entonces la bola el compañero que le sigue en orden; si por el contrario se anota el tanto, entonces el bando se anota un tanto y el niño que anotó se irá a situar al final de su hilera, para tirar luego nuevamente. El juego finaliza cuando se hayan eliminado todos los jugadores de un equipo, resultando ganador el equipo que más alumnos queden en el juego y el que primero termine.

Reglas: el jugador que no anote será eliminado del juego y la pelota se lanzará desde la línea de saque o la que delimite el profesor.

Variantes: Se podrá cambiar la distancia de la net según las características de los alumnos.

5-Nombre: Tres balones a la pared.

Objetivo: Realizar el saque por abajo de frente.

Propósito formativo: Lograr una misma meta para todos los participantes.

Propósito motor: Perfeccionar las habilidades de saque.

Participantes: Todo el grupo participa.

Materiales: Balones, tizas.

Espacio: De acuerdo al terreno disponible en la escuela.

Organización: El grupo se divide en dos equipos formados en hileras frente a una pared, a una distancia aproximada de 5 metros, delimitándose por una marca.

Desarrollo: A la voz del profesor el primero de cada equipo debe lanzar la pelota varias veces consecutivas contra la pared, después es sustituido por el jugador que le sigue y pasará a ocupar el último lugar en la de su equipo. Cuando el primer estudiante se encuentre en el lugar inicial, termina el juego.

Reglas: el equipo ganador será el que realice la vuelta más rápida y cada jugador debe realizar el saque 3 veces.

Variante: Se podrá modificar la cantidad de pases para poder cambiar de posición.

Juegos de voleo:

1-Nombre: Balón arriba.

Objetivo general: Realizar el voleo por abajo.

Propósito formativo: Lograr una misma meta para todos los participantes.

Propósito motor: Perfeccionar las habilidades del voleo.

Participantes: Todo el grupo participa.

Materiales: Balones.

Espacio: De acuerdo al terreno disponible en la escuela.

Organización: El grupo se encuentra dividido en dos equipos los cuales estarán formados en círculos por más de jugadores 6 en cada equipo.

Desarrollo: Los jugadores se encontraran dispersos en el área sentados, a la señal del profesor saldrán corriendo y formaran los equipos. El capitán de cada equipo será el primero en realizar el voleo y después sucesivamente todos los otros jugadores del equipo. Gana el equipo que primero termine. Cuando el primer estudiante se encuentre en el lugar inicial, termina el juego.

Reglas: el equipo ganador será el que realice la vuelta más rápida y todos los integrantes realizaran el voleo.

Variante: Se podrá modificar la cantidad de voleo.

2-Nombre: Voleos enumerados.

Objetivo general: Realizar el voleo.

Propósito formativo: Lograr una misma meta para todos los participantes.

Propósito motor: Perfeccionar las habilidades del voleo.

Participantes: Todo el grupo participa.

Materiales: Balones.

Espacio: De acuerdo al terreno disponible en la escuela.

Organización: Los jugadores estarán enumerados y formados en dos hileras las cuales tendrán la misma cantidad de jugadores, entre los 2 equipos habrá una distancia de 10m, en el medio del terreno el profesor tendrá una línea como marca y en el medio de esta se encontrara dentro del círculo el balón.

Desarrollo: El profesor nombrara un número y de cada equipo saldrá un jugador, los cuales saldrán corriendo hacia el centro del terreno, el primero que tome el balón realizará el voleo. Y vuelven a ocupar su lugar en el equipo hasta que los vuelvan a mencionar. Gana el equipo que más voleo realicen sus jugadores.

Reglas: el equipo ganador será el que realice más voleo, todos los integrantes realizaran en el voleo y realizara el voleo el jugador que primero tome el balón.

Variantes: Se podrá modificar la cantidad de voleo.

3-Nombre: Voleos en parejas.

Objetivo general: Realizar el voleo por abajo.

Propósito formativo: Lograr una misma meta para todos los participantes.

Propósito motor: Perfeccionar las habilidades del voleo.

Participantes: Todo el grupo.

Materiales: Balones.

Espacio: De acuerdo al terreno disponible en la escuela.

Organización: Formados en un círculo el equipo completo y el profesor colocado en el centro de este, los jugadores estarán formados en parejas.

Desarrollo: Se colocan los jugadores en un círculo en cuyo centro se situará el profesor el cual realizara el voleo. A la señal del profesor los alumnos estarán obligados a realizar el voleo de misma forma que lo ha efectuado el profesor. Ganará la pareja que mejor realice el voleo.

Reglas: Todos los jugadores deberán realizar el voleo.

Variantes: Este juego puede realizarse con pelotas de béisbol o de baloncesto.

4-Nombre: Carreras de carretillas con voleo.

Objetivo general: Realizar el voleo por abajo.

Propósito formativo: Lograr una misma meta para todos los participantes.

Propósito motor: Perfeccionar las habilidades del voleo.

Participantes: Todo el grupo participa.

Materiales: Balones.

Espacio: De acuerdo al terreno disponible en la escuela.

Organización: Se colocarán los niños de cada equipo en hileras dobles. Se fijará una línea de salida y otra de regreso. Los dos primeros jugadores de cada equipo estarán preparados en la posición de carretilla, o sea, un niño con apoyo de manos en el suelo y sostenidas las piernas por su compañero.

Desarrollo: A la señal del silbato los dos primeros jugadores de cada equipo, situados en la posición antes señalada, salen hacia línea de regreso. Una vez que llegan a ésta, se cambian de posición y regresan realizando el voleo entre los dos que hacia la línea de salida. La pareja que los esperan salen realizando voleo, hasta la línea de regreso donde cambian de posición y regresan en la posición de carretilla hasta la línea de salida. Gana el equipo que primero termine.

Reglas: la técnica del voleo será realizada entre los dos jugadores y los jugadores deben llegar a las líneas señaladas por el profesor.

Variantes: La técnica del voleo podrá ser realizada por un jugador.

5-Nombre: Carreras de carretillas con voleo.

Objetivo general: Realizar el voleo por abajo.

Propósito formativo: Lograr una misma meta para todos los participantes.

Propósito motor: Perfeccionar las habilidades del voleo.

Participantes: Todo el grupo participa.

Materiales: Balones.

Espacio: De acuerdo al terreno disponible en la escuela.

Organización: Se encontraran formados, los niños de cada equipo en hileras separados por una distancia de 1 metro. El primer niño de cada equipo tendrá en sus manos un balón y así estarán listos para iniciar el juego.

Desarrollo: A la señal del profesor, los dos primeros jugadores de cada equipo, situados en la posición de voleo realizaran dos voleos consecutivos en el lugar, después se la entregan al siguiente jugador que esta atrás y así sucesivamente todos los del equipo. Gana el equipo que primero termine.

Regla: la técnica del voleo será realizada por todos los jugadores.

Variantes: La cantidad de voleos podrán ser escogidos por el profesor.

Juegos de Pase:

1-Nombre: Pase por encima de la net.

Objetivo general: Habilidad motriz básica del pase.

Propósito formativo: Lograr una misma meta para todos los participantes.

Propósito motor: Perfeccionar las habilidades de la pase.

Participantes: Todo el grupo participa.

Materiales: Pelotas de voleibol.

Espacio: De acuerdo al terreno disponible en la escuela.

Organización: Se forman dos equipos en hileras detrás de una línea de saque, a varios metros se marca una línea de pases, unos metros más adelante se coloca la net según la distancia que determine el profesor, detrás de la net se sitúa un alumno que tendrá la función de recoger las pelotas.

Desarrollo: A la señal del profesor el primer alumno de cada equipo sale corriendo hasta llegar a la línea del pase, realiza uno tratando de que el balón pase por encima de la net, después ocupa el lugar del niño que recoge las pelotas y este último se incorpora al final de su hilera después de entregar el balón al alumno que sigue. Gana el equipo que primero termine. Por cada pase preciso por encima de la net obtiene cinco puntos.

Reglas: todos los jugadores deberán salir corriendo o quedan eliminado y todos los integrantes realizaran el pase.

Variantes: Por los pases precisos por encima de la red se obtiene los puntos según determine el profesor

2-Nombre: Las cuatro esquinas.

Objetivo general: Habilidad motriz básica del pase y la recepción.

Propósito formativo: Lograr una misma meta para todos los participantes.

Propósito motor: Perfeccionar las habilidades de la pase.

Participantes: Todo el grupo participa.

Materiales: Pelotas de voleibol.

Espacio: De acuerdo al terreno disponible en la escuela.

Organización: Se forman cinco equipos de cuatro jugadores en un cuadrado, cada uno de los jugadores ocuparan una esquina donde estarán todos de frente al centro del cuadrado.

Desarrollo: A la señal del profesor el primer alumno de cada equipo realizara el pase a cualquiera de los jugadores, este lo recibe y realiza la misma operación enviando el balón a otro de los jugadores del equipo. Termina el juego a la señal del profesor ganando el equipo en el cual el balón no tocara el suelo.

Reglas: todos los jugadores deberán realizar el pase y la recepción y sale del juego el equipo que el balón toque el suelo.

Variantes: El profesor podrá utilizar cualquiera de las otras técnicas del Voleibol.

Juegos de recibo:

1-Nombre: Balón directo.

Objetivo general: Habilidad motriz básica de la recepción.

Propósito formativo: Lograr una misma meta para todos los participantes.

Propósito motor: Perfeccionar las habilidades de la recepción.

Participantes: Todo el grupo participa.

Materiales: Pelotas de voleibol.

Espacio: De acuerdo al terreno disponible en la escuela.

Organización: Se formara un equipo en hilera detrás de la línea de saque, a una distancia de 5m se ubicara el profesor el cual realizara un pase al jugador a cada jugador.

Desarrollo: A la señal del profesor el primer alumno de cada equipo realizará la captura del pase realizado por el profesor en posición de recibo con los brazos totalmente extendidos y devolviendo el balón al profesor. Queda eliminado el jugador que realice mal la recepción.

Reglas: todos los integrantes realizaran la recepción del pase.

Variantes: se le puede dar una tarea al jugador eliminado.

2-Nombre: La ranita saltarina.

Objetivo general: Habilidad motriz básica de la recepción.

Propósito formativo: Lograr una misma meta para todos los participantes.

Propósito motor: Perfeccionar las habilidades de la recepción.

Participantes: Todo el grupo participa.

Materiales: Pelotas de voleibol.

Espacio: De acuerdo al terreno disponible en la escuela.

Organización: Se formara dos equipos en hileras detrás de una línea salida marcada por el profesor, de la cual habrá otra línea de llegada a una distancia de seis metros, en la cual se ubicaran los capitanes de cada equipo.

Desarrollo: A la señal del profesor el primer alumno de cada equipo saldrá realizando saltos de rana y a la vez recepcionando los pases hecho por el capitán de su equipo hasta llegar a la línea de llegada de la cual saldrá corriendo y hasta ocupar el último lugar en su hilera

Reglas: todos los integrantes realizaran la recepción del pase.

Variantes: Se le puede dar una tarea al jugador eliminado.

Indicaciones metodológicas para su implementación:

1- Los juegos predeportivos se pueden emplear de manera aislada o combinada; es decir, de voleo, saque, recibo, y otras combinaciones que el profesor aplique.

2- Planificar las clases en sistema de clases para lograr un mejor aprendizaje de los fundamentos técnicos del Voleibol y la motivación de los escolares por su práctica en la escuela y la comunidad.

3- Los juegos predeportivos se pueden utilizar en las clases y el Deporte para Todos (en el deporte participativo, de lunes a viernes, y en el deporte recreativo, los fines de semana).

4- Incluir los juegos predeportivos en los festivales deportivos y recreativos, en saludo a fechas y hechos relevantes de la escuela, la comunidad, el municipio, la provincia o el país, para la potenciación de las tradiciones, los valores y la Historia de Cuba.

5- Realizar actividades teórico-prácticas en la preparación metodológica del colectivo de asignatura, que contribuya a elevar los conocimientos y las habilidades de los docentes y la aplicación de las reglas del juego.

6- Confeccionar implementos y medios artesanales que sustituyan los oficiales y permitan su uso en las clases y el deporte para todos.

Resultados de la aplicación de la alternativa de juegos predeportivos.

Indicadores	Antes	%	Eval.	Después	%	Eval.
Equipos deportivos escolares	1 (V)		M	3 (V)		E
	0 (H)		M	3 (H)		E
Equipos deportivos comunitario	1 (V)		B	2 (V)		E

	0 (H)		M	1 (H)		B
Incorporados a la práctica del Voleibol	12 (V) 0 (H)	5,4 0	M M	36(V) 36 (H)	16,3 16,3	E E
Asistencia al deporte participativo	151	68.5	R	205	93,1	E
Asistencia al deporte recreativo	98	44,5	M	145	65, 5	B
Disponibilidad de juegos predeportivos	6		M	20		E
Resultados deportivos	M 2do F ----		B M	1ro 2do		E B

Simbología: E: excelente, B: bien, R: regular, M: mal; Eval: evaluación.

Tabla1. Resultados alcanzados en los indicadores medidos.

Como se aprecia en la tabla los indicadores son evaluados de excelente y bien, reflejando una mejoría con respecto al diagnóstico inicial. Esto se debe a: se crearon 6 equipos de béisbol de niños, en cada grupo y 3 de niñas, uno en cada grado; se iniciaron a la práctica del Béisbol en el Combinado Deportivo 36 niños, en 2 equipos, y 18 niñas en 1 equipo; se incrementó la asistencia al deporte participativo (de lunes a viernes) de un 68,5% hasta el 93,1% y al deporte recreativo (fin de semana) de un 44,5 al 65,5; aumentó la cantidad de juegos predeportivos de 4 a 16, lo que favorece la preparación y utilización de los profesores de Educación Física en sus clases y el Deporte para Todos (participativo y recreativo); así como, se alcanzó el 1er lugar en los juegos escolares a nivel de combinado que se mantiene en los 2 últimos cursos escolares, y se logró introducir el béisbol femenino como deporte en estas edades.

CONCLUSIONES:

1. El diagnostico aplicado demostró la necesidad de la investigación a partir de las insuficiencias detectadas en el proceso de iniciación deportiva en la escuela Arquímedes Colina de la comunidad rural de Mabay en Bayamo.
2. La alternativa de juegos predeportivos se fundamenta a partir de la sistematización de los cimientos teóricos establecidos por diversos autores en tesis doctorales y de maestría, libros y artículos científicos.
3. La implementación de la alternativa de juegos predeportivos favoreció la iniciación deportiva y la incorporación proyectiva de los escolares de 9 a 11 años en el Voleibol en la escuela primaria Arquímedes Colina de Mabay en Bayamo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

1. Arnold, J. (1998) Juego y movimiento. Barcelona, Editorial Paidotribo.
2. Blázquez, D. (1999). *Iniciación Deportiva*. Barcelona, INDE Publicaciones.
3. García, C. (2011) *Estudio de dos modelos de enseñanza para la iniciación en voleibol*. Apunts. Educación Física y Deportes. 2016, n.º 126. 4.º trimestre (octubre-diciembre), Tesis doctorales. ISSN-1577-4015. Consultada el 21-11-2017.
4. INDER (2001). *Programas y Orientaciones Metodológicas de Educación Física*. Educación Primaria (I y II Ciclo). Dirección Nacional de Educación Física. La Habana, Editorial Deportes.
5. López, A. (2006). *La Educación Física, más Educación que Física*. La Habana, Editorial Deportes.
6. Matvéev, L. (1983). *Fundamentos del entrenamiento deportivo*. Moscú, Editorial Raduga.
7. Olivera, V. (2015) Manual de Juegos predeportivos para la potenciación de la Iniciación Deportiva en los escolares de las escuelas primarias de las comunidades rurales, desde la Educación Física. En: Memorias del Congreso Internacional AFIDE 2015.
8. Oroceno, M., Hall, E. y Hechavarría, N. (2013). *Tendencias contemporáneas de la iniciación deportiva en el Voleibol*. Arrancada, Revista Digital Vol.13 No. 23. La Habana. p.p. 4-11. ISSN:1810-5882. Consultada el 21-11-2017.
9. Ortín, V. (2010). *Unidad didáctica: Aprendamos voleibol jugando*. <http://www.efdeportes.com/>. Revista Digital - Buenos Aires - Año 14 - Nº 140 - Enero de 2010. Consultada el 20-11-2017.
10. Ruiz, R. y Ashmarin, B. (1966). *Metodología de la Educación Física*. Ciudad de La Habana, Editorial Pueblo y Educación.
11. Sarmiento, Y. C. (s/f). Juegos pre-deportivos para la iniciación deportiva comunitaria del voleibol en niñas. <http://www.monografias.com/trabajos85/juegos-predeportivos-voleibol-comunitario/juegos-predeportivos-voleibol-comunitario.shtml#ixzz4z0HTmSVp>.