

TITULO: Los Juegos Deportivos como medio de la Educación Física.

Autor: Ms. C. Álvaro Jesús Vázquez Iglesias.

Email: alvaro.vazquez@umcc.cu

Aspectos a Tratar:

- 1.1 Fases Sensibles de las capacidades físicas condicionales y coordinativas, su interacción con la iniciación deportiva y el deporte escolar.
- 1.2 Consideraciones generales acerca de los juegos.
- 1.3 Empleo de juegos como medio educativo.
- 1.4 Los juegos Predeportivos en la enseñanza primaria.
- 1.5 Particularidades de los juegos deportivos.

INTRODUCCIÓN.

Una tarea de primer orden para el personal docente y un reto permanente para los especialistas de la Educación Física es la elevación constante de la calidad de la clase, por lo cual es imprescindible profundizar en las vías ya conocidas y buscar; otras nuevas que aumenten su efectividad. La formulación y determinación exacta de los objetivos, la estructuración de estos en sistema, la técnica de dirección de la clase, la confección, la utilización y cuidado de los medios de enseñanza y la atención a las diferencias individuales de los alumnos, son elementos a los que se debe prestar una especial atención para lograr con éxito los objetivos que se propone la Educación Física en cada uno de los niveles de enseñanza.

En el ciclo básico desde quinto hasta noveno grado, la Educación Física esta dirigida al desarrollo de habilidades motrices básicas y deportivas, a la consolidación de las aprendidas en grados anteriores; a la profundización de los conocimientos teóricos; al incremento de las capacidades físicas condicionales y coordinativas; al desarrollo de cualidades morales y volitivas de la personalidad, que permitan a los alumnos enfrentar con éxito las exigencias físicas de su edad y sexo.

En este llamado ciclo básico donde se lleva a cabo un mayor trabajo, con vista al desarrollo de las habilidades motrices deportivas, ya que comienza a impartir con mayor exigencia técnica los juegos deportivos, como ciclo introductorio, como es el caso del Baloncesto, el Fútbol, el Voleibol, el Balonmano, etc, desde el quinto grado hasta en noveno.

La Educación Física en este ciclo desempeña una importante función en el desarrollo de los rasgos del carácter en los alumnos, y tiene la misión de lograr que estos muestren respeto por las reglas de los juegos y los deportes, por sus compañeros y profesores, que demuestren perseverancia, honestidad, combatividad y espíritu colectivista en su quehacer diario.

1.1 FASES SENSIBLES DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS CONDICIONALES Y COORDINATIVAS, SU INTERACCIÓN CON LA INICIACIÓN DEPORTIVA Y EL DEPORTE ESCOLAR.

El término fases sensibles, se refiere a los períodos donde el organismo es susceptible de responder a la estimulación motriz, alcanzando niveles óptimos de

desarrollo, sobre todo, en lo que se refiere a sus capacidades físicas, tanto coordinativas como condicionales. Las características biológicas, han sido motivo de estudios y experimentos científicos por especialistas del área en todo Edmundo, los cuales han sido dirigidos a comprobar que el aprovechamiento de las fases sensibles, ejerce una influencia notable en la formación del individuo para lograr aprendizajes motrices significativos.

El Doctor en Psicología y Pedagogía Meter Hirtz, en Alemania en sus primeros estudios en 1979 (Gráfico No. 1), publicó gráficas sobre las capacidades coordinativas como resultado de sus investigaciones, en ellas marca los tiempos biológicos en los que se recomienda estimular cada uno de los componentes de las mencionadas capacidades.

Gráfico No. 1. Dr. Hirtz.

CAPACIDADES COORDINATIVAS SEXO MASCULINO	PRIMARIA						SECUND.		
	1	2	3	4	5	6	1	2	3
Capacidades para Coordinar bajo presión del tiempo.	■	■	■						
Capacidad de Diferenciación (espacio, sentido del tiempo, etc.)	■	■			■	■			
Capacidad de Reacción óptica y acústica			■	■	■				
Capacidad del Ritmo				■	■				
Capacidad de Orientación							■	■	■
Capacidad de Equilibrio					■	■			

CAPACIDADES COORDINATIVAS SEXO FEMENINO	PRIMARIA						SECUND.		
	1	2	3	4	5	6	1	2	3
Capacidades para Coordinar bajo presión del tiempo.	■	■	■						
Capacidad de Diferenciación (espacio, sentido del tiempo, etc.)	■	■			■	■			
Capacidad de Reacción óptica y acústica			■	■	■				
Capacidad del Ritmo		■	■	■					

están presentes en mayor medida en todas las acciones motrices que ejecuta el hombre.

Su desarrollo óptimo, depende de la calidad y sobre todo la oportunidad de las influencias externas. La estimulación de las capacidades físicas, se debe a cabo con mayor énfasis, durante las "fases sensibles"; es decir, en los tiempos biológicos en los que el organismo es sensible en el ámbito hormonal y estructural para lograr el pleno desarrollo de cada uno de los componentes de las mismas.

La Educación Física en México, no debe soslayar los avances científicos logrados en los campos de desarrollo de su competencia. En sus planteamientos programáticos, desecha la posibilidad de tratamiento empírico de las capacidades físicas de los niños y jóvenes en formación; ya que es durante las edades que comprende la educación básica y hasta los 16 años, donde se ubican los períodos de las fases sensibles, época donde aproximadamente concluye la etapa de crecimiento y desarrollo de órganos, aparatos y sistemas del individuo.

El conocimiento de la existencia de estudios de esta índole dan al magisterio de Educación Física, un respaldo científico para respetar la integridad de los niños y jóvenes en edad escolar, evitando a toda costa, que participen en actividades físicas que contravengan o interfieran sus posibilidades para lograr un nivel óptimo de crecimiento y desarrollo.

Es importante enfatizar que las influencias externas antes mencionadas, tienen mucho que ver con la tarea del docente de Educación Física, quien debe considerar que cada alumno, cuenta con una base susceptible de ser moldeada con un conocimiento basto y respetuoso de la edad biológica de los niños y jóvenes que atiende y que no siempre es coincidente con la edad cronológica.

Hoy en día, gran número de tesis doctorales y ponencias magistrales, que se han presentado a nivel internacional, sobre el particular, resaltan la importancia de considerar los períodos de fases sensibles, para lograr una efectiva y respetuosa estimulación del desarrollo de los individuos en pleno crecimiento físico.

De todo lo antes expuesto se deduce que al recurrir a las gráficas de las fases sensibles para orientar la labor pedagógica, se debe hacer con un criterio abierto y flexible; por lo que es recomendable de un margen de variabilidad de dos años y dos después del período que señalan las tablas como fases sensibles; con ello se podrá beneficiar a los niños y niñas de crecimiento retardado, de crecimiento normal y de crecimiento acelerado.

En cuanto a los contenidos programáticos para la educación PREESCOLAR, las fases sensibles se trabajan considerando las aportaciones científicas que al respecto han desarrollado Kurt Meinel que aparecen desarrolladas en tu texto "Didáctica del Movimiento", de E. Yankelbich, de los mexicanos Dr. Ramos Galván, Mtra. María Eugenia de la Peña y del M.D. Joaquín Cravioto, estudios que han sido de valía a fin de establecer la dosificación y selección de actividades para este nivel educativo.

1.2. Consideraciones generales acerca de los juegos

Los vocablos "juegos" y "jugar" tienen muchas acepciones para la palabra juego se emplea con el significado de entrenamiento o diversión "jugar" significa divertirse también se emplea en el sentido de trastear a alguien "jugar con una persona" o de obrar con honestidad "jugar en limpio", ocupar cierta posición "jugar un papel rector

", correr un riesgo "jugarse la vida", tratar algo con ligereza "jugar con fuego". Los diccionarios hacen distinción entre el sentido directo (fundamental) y el figurado de estas locuciones, no obstante la diferencia no aparece con la suficiente claridad. La primera descripción sistemática de los juegos infantiles en Rusia pertenece a E.A. Petrosvski su libro dedicado a los juegos infantiles comienza así. "El concepto de juego presenta alguna diferencia entre los distintos pueblos. Así para los griegos antiguos la locución juego significaba las acciones propias de los niños y expresaba principalmente lo que entre nosotros se denomina hoy hacer chiquilladas".(1)

Entre los hebreos, la palabra juego correspondía al concepto de broma y risa. Entre los romanos "Ludo" significaba alegría, jolgorio.

En sánscrito "kilada" era juego, alegría entre los hermanos, la antigua palabra "spilan" definía un movimiento ligero y suave como el del péndulo que producía un gran placer.

El ilustre biólogo holandés F. Buytendik (1933) ofrecido a si mismo un análisis etimológico de la palabra "juego" e intentó deducir los rasgos característicos de los preseros definidos con ellas.

Entre estos rasgos encontró el movimiento de "vaivén" la espontaneidad y la libertad, la alegría y el esparcimiento.

El comienzo del estudio de la teoría de juego suele asociarse con los nombres F. Schiller, H. Spencel y W. Wundt. En la exposición de sus concepciones filosóficas, psicológicas y principalmente estratégicas, estos pensadores del siglo XIX trataron de pasada el juego como uno de los fenómenos mas estudiados de la vida, ligando su origen al de antes.

He aquí algunas de las manifestaciones F. Schiller, en una de sus cartas sobre la Educación estética del hombre escribió" es cierto que la naturaleza también ha dotado a los seres irracionales por encima de sus necesidades y proyectado sobre la oscura vida animal y destello de libertad. Cuando el león esta atormentado por el hombre y siente necesidad de pelear hace de su energía ociosa su objetivo en sí, llena con su potente rugido el resonante desierto y se deleita a gastar totalmente su plétora de energía, el insecto revolotea a la luz del sol, disfrutando de la vida, indudable que en esas ocasiones vemos libertad, mas no la de sentirse libre da la necesidad en general, sino solo de una necesidad determinada, la externa, el animal trabaja cuando carece de algo y juega cuando rebosa energía (1935)".

Para F. Schiller, el juegos es mas bien un placer relacionado con la manifestación de un exceso de energía "esquematisado", el objeto que mueve al jugar, pude ser denominado imagen viva, concepto que sirve para significar todas las propiedades estéticas del fenómeno, en suma, todo lo que el sentido mas alto de la palabra se llama belleza.

El juego es actividad estética. El exceso de energía es solo una condición de la existencia del placer estético que según el proporciona el juego. H. Spencel, expone sus opiniones sobre el juego " hay un rasgo común que vincula las actividades denominadas juego a las actividades estéticas y es que ni la una ni la otra intervienen los procesos vitales" (1897).

Quien mas cerca estuvo de llegar al origen del juego fue W. Wundt, aunque también optó por considerarlo un placer su ideas son así mismo fragmentarias "El juego nace del trabajo " no hay un solo juego que no tenga su prototipo en una forma de trabajo serio que siempre le precedió en el tiempo y en la existencia misma

la necesidad de subsistir obliga al hombre a trabajar va aprendiendo a considerar la aplicación de su propia energía como fuente de gozo "El juego suprime además la finalidad útil del trabajo y por consiguiente hace que el fin sea agradabilísimo resultado que acompaña al trabajo(1887) "

Existen numerosas teorías que tratan de explicar las razones que tenemos para jugar. Unos lo enfocan desde el punto de vista biológico, otras desde el punto de vista psicológico y psicoanalítico, como expresión del "yo".

Antiguamente (punto de vista biológico) predominaba la "teoría del descanso" con la cual no coincidimos, en ella solo se analiza el punto de vista biológico. El juego no es descanso el cual exige muchas veces de un excesivo consumo de energía. Las vacaciones en si, tampoco pueden considerarse como descanso, sino como cambio de actividades que requieren casi siempre mayor actividad muscular, motora y psíquica, hasta el punto de cansarnos o agotarnos por ejemplo excursiones, campismos, práctica de deportes, etc.

Las teorías contemporáneas tienen un punto de vista psicoanalítico Freud ve en el juego condiciones eróticas disfrazadas y Adler dice que en el juego se valora el sentimiento de inferioridad, en general, se considera el juego con la expresión del "yo".

Aquí no se incluye los aspectos biológicos, psicológicos y sociales. Sostiene que el juego a una necesidad instintiva de primer orden. Que el niño tiene necesidad de expresarse, de proyectarse dentro del ambiente y fuera de el, que al satisfacer este impulso obtiene satisfacción personal, seguridad, nivel adecuado en su mundo y conciencia del propio valer.

Las teorías modernas hacen un análisis donde se ve la interrelación entre lo biológico y lo social los cuales plantean que el juego es preparación para la vida, revelando que el juego, en la medida que satisface las necesidades personales del niño, lo preparan para la vida. El exponente de esta teoría con la cual nos identificamos por la amplitud de sus planteamientos se encuentra.

El juego ofrece la oportunidad de educar a los niños en el colectivo donde cada uno se acostumbra a lo que podía hacer, a lo que no podía hacer y era necesario hacer. Los conceptos más elementales de lo malo y lo bueno son captados por el niño durante la vida y en los juegos.

Entre los niños, hay algunos que tratan de obtener siempre el primer lugar tomando las iniciativas sobre los otros, podemos encontrar otros que no se destacan por su paciencia ni por su estabilidad. Pueden existir además niños tímidos que no se atreven a asumir un rol determinado. En tales casos las conversaciones y charlas pueden examinarse como un procedimiento para enseñar a los niños a organizar el juego.

I.3. Empleo de juegos como medio educativo.

El Deporte y fundamentalmente los Juegos Deportivos como medio de la Educación Física cada día gana mayor peso por sus potencialidades instructivas y educativas y por su gran aceptación por parte de los alumnos; constituye uno de los medios esenciales para el desarrollo de las capacidades y habilidades motoras, de forma tal que a partir aproximadamente de los 12 años, cuando los alumnos terminan su escuela de nivel primario, se convierte en el instrumento principal de trabajo de la Educación Física.

Desarrollo de las habilidades perceptivo – motrices: **una habilidad es “toda aquella acción muscular o movimiento del cuerpo requerido para la ejecución con éxito de un acto deseado”**, una habilidad supone un acto consciente e implica la edificación de una competencia motriz.

La competencia motriz es “el conjunto de conocimientos, procedimientos, actitudes y sentimientos que intervienen en las múltiples interacciones que realiza (el niño) en su medio y con los demás, y que permiten que los escolares superen los diferentes problemas motores planteados, tanto en las sesiones de educación física como en su vida diaria”.

La Educación Física establece las bases motrices para el desarrollo de las habilidades técnico deportivas en los estudiantes y posibilita la detección de las aptitudes deportivas de los futuros atletas. No obstante debemos aclarar que para nosotros lo fundamental radica en el conjunto de valores que proporciona la práctica sistemática de estas actividades.

La programación de actividades relacionadas con los juegos deportivos debe ofrecer diversidad de opciones para tratar de orientar las inclinaciones de los alumnos y evitar aspectos selectivos que puedan minimizar la acción que deben ejercer las actividades, sobre todo si consideramos que más importante que la propia especialización es el desarrollo multifacético y multilateral de los educandos.

El concepto “multilateral”, sin embargo, significa no solamente el desarrollo de capacidades y habilidades básicas y generales, sino también aprender y practicar diferentes deportes. Sobre todo en la educación física es esencial que los alumnos conozcan una amplia gama de actividades para tener más opciones de encontrar aquellas que les pueden interesar y que podrían seguir practicando en su tiempo libre. La selección de los deportes a aprender en la escuela depende, obviamente, de aspectos históricos y regionales; sin embargo, se pueden determinar ciertas actividades deportivas que por la generalidad y complejidad de sus acciones motrices son predestinados como deportes básicos de la educación física.

Entre ellos se encuentran primero los juegos deportivos por su importancia para el logro de los objetivos sociales y afectivos a través de la convivencia grupal bajo determinadas reglas y de sus situaciones cambiantes y no previsible lo que establece su carácter altamente motivacional. La complejidad estructural de las exigencias físico-técnicas apoya el desarrollo multilateral de las capacidades coordinativas y físico-motrices. Sin embargo, su contribución principal para el desarrollo multilateral es el aprendizaje táctico, tanto en lo individual, como en lo grupal y colectivo. Así, entran en juego también objetivos cognitivos que se relacionan con la justificación y comprensión de las acciones tácticas en dependencia de las características de las situaciones del juego.

Concretamente puede justificarse la inclusión del fútbol, el voleibol y del baloncesto en los deportes básicos por sus contribuciones al desarrollo de la coordinación ojos pies y ojos-manos, respectivamente. Las características del voleibol obligan a la cooperación entre los participantes y a la anticipación de los resultados tácticos de cada acción motriz, mientras los juegos que permiten la conducción del balón facilitan las decisiones tácticas de los jugadores (hay más tiempo para decidir) y permiten cierto individualismo (egocentrismo).

Los Juegos Predeportivos tienen como objetivo fundamental en estos primeros grados del nivel primario iniciar a los alumnos en el aprendizaje de los elementos

fundamentales de las técnicas, conducción, recepción y pases, tiros, saque, recibo, bateo, fildeos y lanzamientos propios de los deportes baloncesto, voleibol, fútbol y béisbol, además de propiciar el desarrollo de las habilidades motrices básicas y capacidades físicas.

Estos juegos se caracterizan por su sencillez y carácter competitivo permitiéndoles a los alumnos el conocimiento de algunas reglas de los diferentes deportes que se tratan en el grado y en grados posteriores. Además por su forma lúdica ayudan a la formación de valores en los educandos.

El profesor para seleccionar los juegos predeportivos debe tener presente primero los menos complejos y posteriormente los de mayor dificultad, estos se deben ejercitar lo suficiente antes de aplicar variantes. Aunque los juegos predeportivos no exigen un alto nivel técnico de ejecución el profesor debe insistir en la correcta realización de las habilidades con el objetivo de evitar la adquisición de hábitos incorrectos que puedan afectar el aprendizaje de los elementos técnicos del deporte.

El deporte en los programas escolares despierta un elevado interés y motivación en los estudiantes por su práctica y constituye un medio pedagógico de elevados valores educativos y por ende en la formación integral de los educandos.

Los Juegos Predeportivos, es un proceso pedagógico de carácter formativo que tiende a sentar las bases metodológicas, psicológicas y sociológicas que norman la práctica del deporte escolar y en su opcional, desarrollo posterior, entendiendo al deporte como una actividad de carácter lúdico y formativo para el educando, realizada con ejercitación física; portadora de valores, integradora de actitudes y formadora de carácter del que emplea de forma periódica, cuya práctica está animada por el deseo de obtener cada vez mejores resultados, no en tiempos ni en distancias, sino en la eficiencia, prontitud y exactitud de movimientos corporales.

La educación física como disciplina pedagógica formativa ha reconocido el valor del deporte como factor de formación y desarrollo, lo retoma con un elemento generador de aprendizaje de habilidades y actitudes. Sus técnicas, tácticas, actividades de enseñanza-aprendizaje, así como los medios que se utilizan respetan el proceso de desarrollo del educando, las que se proponen en razón de sus necesidades de movimiento. De esta forma, los juegos predeportivos **es una alternativa que la educación física utiliza para abordar este campo de acción pedagógica con metodología a favor del desarrollo integral del educando.**

A través del juego se pretende establecer una base sólida para el desarrollo físico del niño, en relación a su salud con una amplia gama de experiencias motrices que le aporte un punto de referencia para que el término de su desarrollo, seleccione la actividad física que más le satisfaga para los fines que considere convenientes: conservación de la salud; aprovechamiento del tiempo libre; competencia escolar y en algunos la canalización al alto rendimiento. Para lograrlo se debe pugnar por evitar el manejo inadecuado de cargas en tiempos, distancias y pesos, sin exigir al educando más de los que su grado de desarrollo biológico y psicológico le permita, a fin de no ocasionarle daños irreversibles sobre todo, en lo que se refiere a su conformación y desarrollo del sistema músculo esquelético.

Aspectos a tener en cuenta para obtener buenos resultados en el desarrollo de los juegos predeportivos:

- Preparación de la base material de estudio.
- Acondicionamiento del área (en este caso el profesor podrá adecuar los juegos que se sugieren a sus condiciones de trabajo).
- Conformar los equipos de acuerdo al nivel de desarrollo de los alumnos tratando de que estos sean los más homogéneos posibles.

Sugerencias de pasos metodológicos para la enseñanza de los juegos en las primeras clases.

- Dar a conocer el nombre del juego, explicar y demostrar los elementos más importantes y sus principales reglas si el profesor lo considera necesario según la complejidad de la actividad.
- Práctica o ensayo por parte de un equipo (corrección de errores y reglas fundamentales)
- Práctica o ensayo por todos los equipos.
- Ejecución del juego con carácter competitivo (a la hora de definir la ubicación final de los equipos no solo se tendrá presente el lugar alcanzado, sino la ejecución aceptable y el cumplimiento de las reglas).

En la transmisión de conocimientos el profesor explicará la importancia que tienen los juegos para el futuro aprendizaje de los diferentes deportes y su utilidad para la vida.

Es necesario recalcar que el profesor debe ofrecer oportunidad a los alumnos para que propongan variantes de juegos, mediante la guía o indagación. Esto ayudará en gran medida al desarrollo de la creatividad en nuestros educandos.

En la actividad del juego se crean las habilidades motrices como la destreza, flexibilidad y algunas capacidades motrices como: rapidez, resistencia y habilidad particularmente útiles en este sentido, son los juegos de carácter competitivo a través de ellos, se mejora el estado físico de los participantes.

Los juegos motores son fuentes de conocimientos sobre el ritmo de los movimientos, la amplitud, dirección (sentido) y la orientación. A través de los juegos los niños se enriquecen con muchas impresiones sobre los múltiples movimientos, cualidades y forma de los objetos utilizados, elaboran sentido de tiempo y espacio.

Todo juego tiene repercusión y repercusiones y presupone una situación en la cual nace y de la cual depende la posibilidad de su existencia.

Estas condiciones previas y resultados no son el juego mismo por lo que no afectan su esencia; el juego no procede de las condiciones previas y no se realiza por razón de sus repercusiones. Las condiciones y repercusiones nos muestran sin embargo, como el juego está enmarcado en el conjunto de la vida y del comportamiento, en el conjunto de la vida cultural y de los sentidos; de esto es lo que se ocupan las teorías del juego.

El juego tiene realmente un significado para la vida activa, influyendo en el plano del habla; así las palabras pronunciadas en los juegos posibilitan el desarrollo del vocabulario y desarrolla un importante papel en el desarrollo intelectual del niño.

Todos estos hechos evidencian con suficiente fuerza que en el juego se reestructura sustancialmente la conducta del niño, al presentar un papel asume el modelo de conducta implícito en el mismo.

En el juego se cumplen dos funciones: por una parte interpreta su papel y por otra verifica el comportamiento. Así pues el juego reviste así mismo importancia para formar sentimientos de colectivismo, inculcan independencia, para educar amor al trabajo y para corregir algunas desviaciones conductuales.

El juego es una fuente inagotable de experiencias, conocimientos y vivencias positivas, constituyendo una vía idónea y fundamental para el pleno desarrollo de la personalidad.

Los juegos dinámicos y predeportivos constituyen medios significativos de la Educación Física para el desarrollo de cualidades positivas de la personalidad de los escolares. Esto se debe a las condiciones que caracterizan a los juegos, puesto que son actividades abundantes en una serie de movimientos naturales y activos que influyen directamente en todo el organismo del escolar y a su vez conducen su actuación práctica hacia el logro de un fin básico, el desarrollo de cualidades morales y volitivas de la personalidad.

Cuando el alumno este realizando actividades lúdicas – deportivas se encuentran imbuidos en situaciones variadas de contenido social que lo obligan a interactuar con otros educandos y expresarse de modo activo y conciente. El escolar al participar en este tipo de actividad tiene la oportunidad de exponer con toda amplitud sus capacidades y controlarlas de modo original, así como de poder valorar los efectos (positivas o negativas) de sus acciones prácticas durante el desarrollo de la actividad. Por medio de los juegos dinámicos y pre deportivos el educando comprueba por si mismo las influencias de las interacciones sociales sugeridas por la acción común y las complejidades que emanan de los objetivos de la actividad que desarrolla, lo que se verifica, precisamente, por el hecho de que los niños demuestran un gran contenido emocional y reflejan comportamientos durante el proceso de la actividad que se ajustan totalmente a la programación de los contenidos.

En el proceso de desarrollo de los juegos pre deportivos siempre se exponen explicativamente y de manera marcada, contenidos emocionales que enriquecen el comportamiento de las acciones intelectuales y motrices del escolar, lo que trae aparejado que el juego se asimile con una mayor disposición, durante el aprendizaje y ejecución las normas sociales intrínsecas en la actividad.

La observación de los juegos demuestra que el alumno al estar en contacto directo con la actividad, refleja las exigencias de esta, las sensaciones de su actuación concreta y las vivencias de sus compañeros. En este sentido, es importante destacar, que el alumno por medio de estas actividades lúdico deportivas esta constantemente percibiendo influencias sociales que sirven de base orientadora al papel que lleva a cabo en el proceso de su actuación concreta, esto se debe a que la observación de los comportamiento de los demás es una actividad común, estimula al sujeto y a la vez lo ayuda a corregir y controlar sus actos.

Otra cuestión a destacar es que el juego educa en el escolar formas específicas de conductas que se convierten con el tiempo en comportamientos importantes para el desarrollo exitoso de las acciones deportivas complejas y el cumplimiento de los deberes sociales; por ejemplo: la subordinación de los intereses individuales a los

del grupo, el sentimiento de grupo, la cooperación, la crítica y la autocrítica. Además durante la actividad lúdica – deportiva, los juegos manifiestan conductas que son la expresión de sus sentimientos y forma de pensar y por ello facilitan la armonización y estructuración jerárquica del sistema de influencias instructivas y educativas que reciben los escolares durante la lección de Educación Física.

1.4. Los juegos Predeportivos en la enseñanza primaria.

Juegos Predeportivos (Enseñanza Primaria de primer a cuarto grado. Los Juegos Predeportivos tienen como objetivo fundamental en estos **primeros grados del nivel primario** iniciar a los alumnos en el aprendizaje de los elementos fundamentales de las técnicas, conducción, recepción y pases, tiros, saque, recibo, bateo, fildeos y lanzamientos propios de los deportes baloncesto, voleibol, fútbol y béisbol, además de propiciar el desarrollo de las habilidades motrices básicas y capacidades físicas.

Estos juegos se caracterizan por su sencillez y carácter competitivo permitiéndoles a los alumnos el conocimiento de algunas reglas de los diferentes deportes que se tratan en el grado y en grados posteriores. Además por su forma lúdica ayudan a la formación de valores en los educandos.

Las sugerencias de juegos que les proponemos contribuyen a desarrollar las habilidades motrices básicas deportivas, antecedentes de más de un deporte que serán objeto de estudio en grados posteriores.

El profesor para seleccionar los juegos debe tener presente primero los menos complejos y posteriormente los de mayor dificultad, estos se deben ejercitar lo suficiente antes de aplicar variantes. Aunque los juegos predeportivos no exigen un alto nivel técnico de ejecución el profesor debe insistir en la correcta realización de las habilidades con el objetivo de evitar la adquisición de hábitos incorrectos que puedan afectar el aprendizaje de los elementos técnicos del deporte.

En los programas los contenidos tienen un enfoque general con el objetivo de dejar libertad de acción al maestro en la creación de juegos incluso con la ayuda de los alumnos.

Juegos Predeportivos (Enseñanza Primaria de quinto a sexto grado)

Los juegos predeportivos en los grados quinto y sexto del nivel primario se basan en actividades con pelotas con el objetivo de continuar familiarizando a los alumnos con las habilidades esenciales de los deportes baloncesto, fútbol, voleibol y béisbol. Por otra parte, contribuyen a desarrollar las habilidades motrices básicas y las capacidades físicas que tienen relación con estos deportes.

Los juegos tienen carácter competitivo y permiten que los alumnos conozcan algunas reglas oficiales de los deportes que forman parte del programa. Además, los contenidos propician la adquisición de habilidades primarias que sirven de base al aprendizaje de las habilidades motrices deportivas.

Los juegos que se sugieren comprenden el trabajo con habilidades aisladas, combinadas y complejas de las habilidades por tanto, el profesor debe tener dominio de estos conceptos a fin de aumentar gradualmente la dificultad (de lo más simple a lo más complejo). Así mismo, es necesario que cada juego se ejercite suficientemente antes de crear alguna variante.

En el programa, los contenidos tienen un enfoque general con el objetivo de ofrecer libertad de acción al profesor para la creación de sus propios juegos.

El profesor aumentará el grado de complejidad de los mismos en correspondencia con las condiciones reales existentes (base material, área de trabajo) y las características de sus alumnos, aplicando nuevas variantes.

El profesor podrá planificar las siguientes variantes:

1. Juegos donde se combinen la conducción y el pase (fútbol y baloncesto)
2. Juegos donde se combinen conducción y tiro (fútbol y baloncesto)
3. Juegos donde se combinen voleo por arriba y voleo por abajo (voleibol)
4. Juegos donde se combinen conducción, tiro y pase (fútbol y baloncesto)

También en estos grados se podrá planificar una mayor cantidad de juegos complejos, donde los alumnos distribuidos en equipos enfrentarán al contrario aplicando variadas habilidades de un deporte con el objetivo de alcanzar la victoria.

Los juegos complejos contribuyen a la preparación de los alumnos para los deportes que con las características similares se trabajarán en el grado y en grados posteriores.

Es necesario recalcar que el profesor debe ofrecer oportunidad a los alumnos para que propongan variantes de juegos, mediante la guía o indagación. Esto ayudará en gran medida al desarrollo de la creatividad en nuestros educandos.

Caracterización de los escolares de sexto grado.

Sobre la **caracterización del niño de sexto grado** el colectivo de autores que laboró en el programa de educación física (2001) plantea diferentes criterios sobre la edad escolar desde el punto de vista psicológico, desarrollo social, sin dejar de mencionar anatomofisiológicos y motriz. El hecho de que los escolares de sexto grados tengan características psicológicas, sociales y otras muy cercanas y evidencien conductas y formas de enfrentar la enseñanza y el mundo en general de manera muy similar, posibilita que se pueda delinear una caracterización conjunta para estas edades.

Los niños que estudian en sexto grados (segundo ciclo) en nuestras escuelas tienen como promedio de once a doce años. Conocer las características de los escolares de estas edades es de gran importancia y constituye un requisito para el trabajo de los maestros y para que la labor docente educativa que realizan pueda cumplirse con éxito.

Comencemos nuestra exposición abordando las características de estos alumnos en el área de su **desarrollo social**. Las posibilidades de acción social del niño se han ampliado considerablemente en relación con los alumnos de primer ciclo. Ya los alumnos de estos grados han dejado de ser, en gran medida, los pequeñines de la escuela y de la casa, para irse convirtiendo de forma paulatina en sujetos que comienzan a tener una mayor participación y responsabilidad social. Al observar el desenvolvimiento del niño en la casa, inmediatamente se constata que, por lo común, ellos tienen mayor incidencia en los asuntos del hogar, en el cumplimiento de las tareas familiares más elementales y cotidianas; el niño comienza a hacer mandados con más frecuencia, tareas que en muchas ocasiones se le atribuye como responsabilidad que debe cumplir con cierta sistematicidad. Ya no solo es capaz de realizar su aseo personal como le era característico en el primer ciclo; sino, que si tiene más hermanos pequeños, vela por ellos y actúa

comunicándoles formas de conducta, patrones y hábitos elementales, tanto personales como en relación con las actividades de la casa y sociales en general.

Estos escolares tienen, por lo común, una incorporación activa a las tareas de los pioneros, en los movimientos de exploradores y otras actividades de la escuela; ya salen solos con otros compañeros y comienzan a participar en actividades de grupo organizadas por los propios niños. Es el comienzo, por ejemplo, de la participación en fiestas que aumentará después en la adolescencia.

En este sentido, tiene gran importancia el conocimiento por parte de los educadores, de las relaciones interpersonales de los alumnos entre sí en su grupo escolar.

Los **procesos psicológicos** en estos alumnos de este ciclo muestran, respecto a los del ciclo anterior un aumento en las posibilidades de autocontrol, autorregulación de la conducta; lo que se manifiesta sobre todo en situaciones fuera de la escuela tales como el juego, el cumplimiento de encomiendas familiares y otras.

Sin embargo, estas posibilidades no se hacen patentes cuando se trata de la realización de las tareas docentes. Este hecho no indica una incapacidad del alumno; sino que la escuela y en particular los maestros no explotan al máximo las posibilidades de autocontrol de las tareas en las diferentes asignaturas y situaciones escolares. Es necesario dotar a los alumnos de procedimientos de control y autorregulación, haciéndoles ver la importancia de este componente de la actividad.

Los niños del segundo ciclo son pre - adolescentes por lo que poseen necesidad de independencia. A esta edad comienzan a identificarse con personas y personajes que se convierten en modelos o patrones. Esta identificación puede producirse a partir de una valoración crítica de estos; por tanto el proceso de aceptación de patrones y modelos personales se produce mediado por la valoración y el juicio.

Ya en esta edad los niños se representan claramente cómo debe ser, cómo les gustaría que fuera y cómo es su maestro; además, tienen maestros preferidos y no preferidos.

El efecto del maestro preferido muchas veces se extiende a la asignatura y eso es muy importante. No es raro que el interés de un niño de estas edades por una asignatura decaiga precisamente porque antes decayó el prestigio del maestro, o lo contrario.

Una esfera en la que los alumnos experimentan un notable cambio es la intelectual; en particular en lo que al pensamiento se refiere. Experimentan un aumento notable en las posibilidades cognoscitivas, en las funciones y procesos psíquicos; lo cual sirve de base para que se hagan altas exigencias a su intelecto.

Los cambios que han experimentado los escolares en lo que al desarrollo **anatomofisiológico** respecta. Se aprecia en estos niños el aumento de talla, peso y volumen de la musculatura. Comienzan a despuntar las desproporciones (el tronco con respecto a las extremidades) y aumenta la fuerza muscular.

Los caracteres sexuales secundarios comienzan a hacer su aparición. Por lo general en las niñas estos cambios hacen su aparición de forma más prematura. Muchas de ellas han experimentado la primera menstruación a los 11 años (menarquía). En correspondencia con dichos cambios aparece también el interés más marcado hacia las cuestiones del sexo, con lo cual se hace necesaria una correcta y oportuna educación sexual.

Los cambios hasta aquí descritos hacen que el profesor brinde a los alumnos un tratamiento especial, pues no son niños pero tampoco adolescentes; por lo que se debe actuar con cautela y tacto para influir favorablemente sobre ellos contribuyendo a una adecuada y armónica formación en el terreno emocional, moral y físico de la personalidad.

A continuación se aborda el programa de **desarrollo motriz** de sexto grado en la asignatura de Educación Física que contiene la unidad de juegos predeportivos, con los objetivos a lograr por los alumnos.

- Lograr un nivel satisfactorio de las habilidades motrices básicas y capacidades físicas en estrecha relación con los contenidos de la unidad.
- Ejecutar con éxito las habilidades de conducción, recepción, pase, tiro, saque, fildeo y bateo; de modo que le facilite el aprendizaje de las habilidades deportivas del baloncesto, fútbol, voleibol y béisbol
- Conocer la utilidad que resulta la participación activa en los juegos para obtener mejores rendimientos en las actividades docentes, extra docentes extraescolares; y participar en las mismas con valentía, honestidad y espíritu colectivista.

Los **Contenidos del Programa:**

- Juegos de conducción
- Fútbol
- Baloncesto
- Juegos de pase y recepción
- Fútbol
- Baloncesto
- Juegos de tiros
- Fútbol
- Baloncesto
- Juegos predeportivos de voleibol
- Saques
- Voleos
- Juegos predeportivos de béisbol
- Bateo
- Fildeo
- Lanzamientos
- Juegos complejos
- Combinando elementos de un deporte

El **Programa de juegos predeportivos de sexto grado** plantea continuar ejercitando los elementos esenciales de las habilidades de los deportes baloncesto, fútbol, voleibol y béisbol.

Los juegos que se aplicarán en el sexto grado son los mismos que se realizaron en los grados cuarto y quinto. El profesor aumentará el grado de complejidad de los mismos en correspondencia con las condiciones reales existentes en cada centro (base material, área de trabajo) y las características de sus alumnos, aplicando nuevas variantes.

Se podrán planificar juegos que se encuentran en otros textos o el profesor creará otros siempre que contribuyan al cumplimiento de los objetivos de la unidad en el grado.

El niño de sexto grado tiene cierta experiencia en relación con las habilidades de los deportes (recibieron esta unidad en cuarto y quinto grados, y comenzaron en el grado anterior las unidades baloncesto y fútbol), por lo que ya está en condiciones de ejecutar de forma sencilla (sin altas exigencias técnicas), habilidades combinadas y complejos de habilidades en un mismo juego.

El profesor podrá planificar las siguientes variantes:

1. Juegos donde se combinen la conducción y el pase (fútbol y baloncesto)
2. Juegos donde se combinen conducción y tiro (fútbol y baloncesto)
3. Juegos donde se combinen voleo por arriba y voleo por abajo (voleibol)
4. Juegos donde se combinen conducción, tiro y pase (fútbol y baloncesto)

También en este grado se podrá planificar una mayor cantidad de juegos complejos, donde los alumnos distribuidos en equipos enfrentarán al contrario aplicando variadas habilidades de un deporte (ver el juego "balón hacia las esquinas" en quinto grado), con el objetivo de alcanzar la victoria.

Los juegos complejos contribuyen a la preparación de los alumnos para los deportes que con las características similares se trabajarán en el grado y en grados posteriores.

Es necesario recalcar que el profesor debe ofrecer oportunidad a los alumnos para que propongan variantes de juegos, mediante la guía o indagación. Esto ayudará en gran medida al desarrollo de la creatividad en nuestros educandos.

Ejemplo de juego donde se ejecuta un complejo de habilidades

Organización: Se forman los equipos en hileras detrás de una línea de salida. A varios metros de cada equipo se dibuja un círculo, dentro de este se colocará un balón de fútbol, varios metros más adelante se marca una línea de tiro. Seguidamente se dibuja un blanco en la pared, también a una distancia determinada, el mismo estará pegado al piso.

Desarrollo: A la señal del profesor el primer alumno de cada equipo corre hacia el círculo, conduce el balón con el pie hacia la línea de tiro, realiza un tiro al blanco y recupera el balón. En el regreso conduce el balón hasta el nivel de la línea de tiro y pasa el mismo con el pie al siguiente compañero de equipo y así sucesivamente. Gana el equipo que más puntos acumule.

El equipo que termine primero obtiene 10 puntos, el 2do. ocho puntos, el 3ro. seis puntos, el 4to. cuatro puntos y así sucesivamente. Se anotarán puntos adicionales por los tiros que den en el blanco.

Como se aprecia, los objetivos declarados en el programa Educación Física en sexto grado están dirigidos a lograr la realización de habilidades deportivas y a la ejecución de habilidades combinadas, al desarrollo de la motricidad gruesa; es por ello que se haya considerado necesario expresar la siguiente reflexión:

El programa le permite al niño un desarrollo gradual de las capacidades motrices, habilidades motrices deportivas y a la ejecución por iniciativa propia en su tiempo libre como resultado de la importancia que tiene para el mejoramiento de la salud, pero no brinda juegos predeportivos de Voleibol que permiten desarrollar y consolidar habilidades motrices deportivas antecedentes para la posterior adquisición de otras más complejas.

1.5. Particularidades de los Juegos Deportivos.

Nos debe interesar en primer lugar analizar las características y funciones de los Juegos Predeportivos.

Juegos Deportivos.

Nos referiremos en específico dentro de los Juegos Deportivos, según clasificación, a los Juegos con Pelotas, dentro de ellos al Fútbol, Baloncesto, Voleibol y Balonmano entre otros, por la idea del juego y su carácter, el Voleibol se diferencia de los restantes deportes antes mencionados pues consiste en un juego denominado de regreso del balón como es el caso del tenis, balmilton, etc, pues no tiene un meta final a conseguir como los restantes que consisten en llevar el balón a una meta final ya sea la portería o el cesto.

Los Juegos Deportivos el empleo de su táctica esta determinada esencialmente a través de las reglas sobre la forma y tamaño de la cancha de juego, número de jugadores, número posible de acciones y los diferentes sistemas y formas de juego. En este grupo de deportes se puede apreciar la variabilidad de acciones técnico – tácticas a ejecutar en un determinado espacio de la cancha de juego.

La táctica individual en estos deportes requiere de un alto grado de desarrollo del pensamiento táctico de los jugadores pues en un corto tiempo deben tomar una decisión determinada, teniendo presente las tres fases del pensamiento táctico, lo cual conocemos como, primera fase “representación mental y análisis de la situación”, segunda fase “respuesta mental” y por último la tercera fase “respuesta motriz” la cual puede ser al final positiva o negativa, la respuesta final debe llegar en tan corto tiempo que el atleta debe estar bien preparado para ello.

Una de las particularidades mas importantes de los Juegos Deportivos a los cuales estamos haciendo referencia, es la especialización de sus jugadores en diferentes funciones de juego, las diferentes reglas de juego permiten una distribución marcada de las posiciones de juego, y a través de ellas una especialización en el ataque y en la defensa durante el desarrollo del juego. La especialización se basa esencialmente en el ataque, mientras todos los jugadores de un equipo, sin excepciones tienen que ser buenos defensores.

También resulta característico de los jugadores una carga nerviosa grande y una alta resistencia a la concentración, sobre todo en aquellos que se desarrollan en canchas reducidas como por ejemplo el Voleibol y el Baloncesto, en el caso del Fútbol donde se desarrolla su juego en campos grandes existen fases relativas de descanso a diferencia de los restantes juegos.

Dentro de las particularidades fisiológicas de los deportes con pelotas esta, la magnitud de las cargas (potencia sub – máxima), que representa tensiones físicas y emocionales que se caracterizan por una extraordinaria variabilidad y depende de varios factores como son:

- Nivel de preparación física y técnico – táctica de cada uno de los jugadores y de todo el equipo.
- Importancia y nivel de la competencia.
- De la reacción de los espectadores y compañeros de equipo.
- De la recuperación incompleta después de un juego anterior.

El gran volumen de las cargas de entrenamiento y competiciones ejerce una considerable influencia fisiológica sobre las funciones de los órganos internos (el metabolismo, la circulación sanguínea, la respiración, etc.) son testimonios de estos los datos convincentes del cambio del peso de los futbolistas, voleibolistas, balonmanistas, etc. En el proceso de competiciones de alta envergadura.

En el análisis de las actividad competitiva de los practicantes de los Juegos Deportivos en alta competición, muestra que las misma está compuesta por la alteración de las fases activas y pasivas de trabajo donde se repite este ciclo en múltiples momentos del juego provocando que la frecuencia de las contracciones cardiacas sea variable de forma constante durante el desarrollo del juego. Como señala AV. Beliaev (1994) este tipo de trabajo transcurre ante un inadecuado suministro de oxígeno al organismo del deportista, lo que a su vez, plantea grandes exigencias a los procesor anaerobios del aseguramiento energético. La repetición reiterada de las cargas de carácter variable y de las pausas de descanso de corta duración subraya la importancia de le eficiencia aerobio – anaerobia. (trabajo de la resistencia)

El Juego Didáctico y sus ventajas.

El Juego (entre sus acepciones se encuentra....".Ejercicio recreativo sujeto a reglas"..) Por tanto el juego para que sea didáctico, sus reglas deberán responder a determinados objetivos de enseñanza- aprendizaje, desarrollo de capacidades u objetivos educativos.

El juego como método se utiliza para el desarrollo y perfeccionamiento de hábitos, habilidades motrices básicas y deportivas, capacidades físicas así como también es de gran utilidad para contribuir al desarrollo del pensamiento, de las cualidades morales, volitivas de la conducta y formación de convicciones, todo lo cual estará en dependencia de su estructura, y de las tareas que dichos alumnos tengan que cumplir.

BIBLIOGRAFIA

Programa de Educación Física. SEP. Subsecretaria de Servicios Educativos para el D.F.

Programas de Educación Física. Ministerio de Educación. INDER. Cuba.

Galera, A. (2001) Manual de didáctica de la educación física I. Funciones de impartición. Paidós. Barcelona. España.

_____ (2001) Manual de didáctica de la educación física II. Funciones de programación. Paidós. Barcelona. España.

Cuellar, M y Delgado, M. (2000). Estudios sobre los estilos de enseñanza en Revista Digital EF Deportes No. 25

Blázquez, D. (1990) Evaluar en Educación Física. Editorial INDE. Barcelona. España.

López, A y Vega, C (1996). La clase de educación física. Actualidad y perspectiva Ediciones deportivas latinoamericanas. México.

___ (2001) Tendencias contemporáneas de la clase de educación física Cuadernos IMCED. Serie pedagógica No. 25. Michoacán. México.

Colectivo de autores (1992) Metodología de Encino de Educación Física. Editora Cortez. Sao Paulo. Brasil.

Colectivo de autores (1988). Programa y orientaciones metodológicas de Educación física para séptimo grado. Edición provisional.