

# **PROPUESTA DE JUEGOS PARA FAVORECER EL LENGUAJE TÉCNICO DE LA GIMNASIA RÍTMICA EN LA CATEGORÍA 6-8 AÑOS EN JOVELLANOS.**

**Lic. Caridad Débora Renova Suárez<sup>1</sup>, MsC. Niurka del Carmen Guerra Cabrera<sup>2</sup>**

*1. Combinado deportivo No 1 “Manuel Fajardo”, Calle 11 e/  
18 y 20, Jovellanos, Matanzas, Cuba.*

*2. Joven Club Jovellanos 2., Ave 24, entre 3ra y 5ta, Reparto  
Horacio Rodríguez, Jovellanos, Matanzas, Cuba.*

## **Resumen.**

El Proceso de aprendizaje del lenguaje técnico de la gimnasia rítmica es uno de los aspectos fundamentales a tener en cuenta en la formación integral de las gimnastas, sin embargo es de difícil comprensión y asimilación en la categoría 6-8 años, por esta razón la autora tiene la intención de elaborar una propuesta de juegos que propicie la asimilación del lenguaje técnico de la gimnasia rítmica en esta categoría. Conformaron la muestra 14 atletas del área masiva del combinado 26 de julio. La propuesta resulta novedosa por ser la primera investigación realizada en el tema de lenguaje técnico de la gimnasia rítmica en el municipio, aporta un grupo de juegos que constituyen una herramienta de trabajo para las profesoras de esta disciplina.

**Palabras claves:** *Lenguaje técnico; Gimnasia Rítmica; Juegos.*

---

El lenguaje humano se basa en la capacidad para comunicarse, la presentación de dicha capacidad es la que se conoce como lengua. La estructura de las lenguas son el resultado concreto de la capacidad humana de desarrollar un lenguaje que permite comunicar ideas y emociones por medio de un sistema de sonidos articulado y de signos convencionales que a través de los cuales se hace posible la relación entre individuos.

El proceso de comunicación representa quizás la expresión más compleja de las relaciones humanas, es por medio de este que el hombre sintetiza toda su experiencia y el conocimiento humano que le llega como individuo a través de su lenguaje

El significado de las palabras es el reflejo generalizado de un contenido objetivo. El matiz emocional del lenguaje hace que este sea capaz no solamente de transmitir un mensaje o contenido sino también de expresar la relación del que habla con respecto al correspondiente objeto de estudio y del conocimiento.

Trabajar el deporte en la base requiere de grandes esfuerzos dada la complejidad de las acciones que deben vencer niñas de 6 años que comienzan la práctica de la gimnasia rítmica y que a su vez comienzan el proceso de aprendizaje y de la escritura en los centros educacionales.

También podemos decir que la enseñanza consiste en ayudar a la asimilación de procedimientos correctos para la ejecución del ejercicio físico así mismo el logro del dominio de la técnica, y aquí se incluye la práctica sistemática de los ejercicios físicos y la comprobación regular de los logros técnicos deportivos.

El programa de gimnasia rítmica para la categoría 6-8 años que incluyen a niñas de 5 años que arriban a las áreas y combinados deportivos de forma masiva, contiene los ejercicios de técnica corporal básica, y como todos los otros deportes un lenguaje técnico determinado, con terminologías del ballet clásico y técnicas propias de la gimnasia rítmica.

Durante el avance del proceso de entrenamiento correspondiente a esta categoría se pudo observar que es de difícil comprensión y asimilación el lenguaje técnico de la gimnasia rítmica en la categoría 6-8 años en el municipio Jovellanos.

Tal situación provoca demora en la adquisición y dominio de los elementos básicos (técnica corporal) por tal motivo es propósito de este trabajo favorecer la asimilación del lenguaje técnico de la gimnasia rítmica en la categoría 6-8 años, elaborando una propuesta de juegos.

El año 1934 representó para la otrora U.R.S.S., un salto cualitativo en la formación de profesores porque del centro “Estudio del movimiento plástico”, se comenzó la preparación de especialistas de alta calificación en los Institutos Superiores de Cultura Física de Moscú y Leningrado, hoy San Petersburgo que en sus respectivas cátedras universitarias de “Movimiento Artístico”, sientan las bases para el desarrollo y ulterior perfeccionamiento, que se evidencia cuando en 1945 el Comité Nacional para los asuntos de Cultura Física y el Deporte, adscrito al Consejo de Ministros realiza una conferencia donde se da a conocer la decisión de desarrollar una Gimnasia femenina de orientación deportiva que recibió el nombre de Gimnasia Artística (Judochestebennaia Gimnástica). Un tiempo después, el 22 de octubre de 1946 se reconoce oficialmente esta nueva modalidad deportiva – gimnástica.

Su denominación actual “Gimnasia Rítmica”, responde al reconocimiento a la labor desarrollada por el insigne pedagogo Jacques Dalcroze.

Esta aceptación de la Gimnasia Rítmica en la antigua U.R.S.S., como deporte se materializó en los primeros concursos demostrativos organizados en Tallin (1947) y en Tbilisi (1948), hasta que en 1949 se celebró el 1er Campeonato Nacional y fueron tomadas toda una serie de decisiones que consolidaron la práctica de la Gimnasia Rítmica en ese país, promoviendo también el intercambio de experiencias mediante la celebración de competencias amistosas con otras naciones del ex campo socialista y otros países europeos, difundiendo esta nueva Gimnasia.

La gimnasia rítmica fue reconocida como deporte independiente por la Federación Internacional de Gimnasia máxima organización mundial dirigente de las diversas manifestaciones gimnásticas fundada en 1881, la cual en su cuadragésimo primer congreso celebrado en junio de 1962 le concede este estatus. El idioma oficial de esta disciplina es el francés, también se reconocen el alemán y el inglés. (O’ Farrell, A. y A. Santos.1983)

En 1963, se creó una comisión ante el Comité Técnico Femenino de la FIG, el cual decidió la celebración del 1er Campeonato Mundial en Budapest, Hungría. A dicha competición concurren once países europeos, los cuales con las imprecisiones propias de la extrema juventud del deporte permitió lograr un salto positivo: el encuentro de diferentes estilos y la decisión de organizar en el plazo de cada dos años los Campeonatos Mundiales, como la competencia principal del deporte.

La base de la Gimnasia Rítmica, siempre ha sido la coreografía clásica y sus iniciadores fueron maestros de danza, especialistas en coreografía, y no entrenadores deportivos como pudiera pensarse. De hecho la Gimnasia Rítmica se dio a conocer como gimnasia rítmica moderna y sus prácticas y presentaciones se realizaba en salas de concierto, los objetos que utilizaban las deportistas, eran más cercanos al arte (dos cintas o combinación de dos objetos, aro y pelota por ejemplo) las competencias más bien eran conocidas como concursos. Los países líderes a nivel mundial en este deporte siguen siendo la federación Rusa, Lituania, Ucrania, Rumania, Bulgaria por decir de algunos. (O’ Farrell, A. y A. Santos.1983)

Hoy por hoy en nuestro país, la Gimnasia Rítmica sigue dejando huella entre sus participantes, quienes han seguido tradicionalmente convirtiéndose después de gimnastas en entrenadoras, jueces nacionales e internacionales o dirigentes en este deporte o en el ámbito deportivo han seguido tradicionalmente convirtiéndose después de gimnastas en entrenadoras, jueces nacionales e internacionales o dirigentes en este deporte o en el ámbito deportivo.

La gimnasia rítmica presenta una gran variedad de alternativas de movimiento, donde las niñas y adolescentes pueden desarrollar un sin fin de cualidades. Este deporte ha permitido que las participantes descubran movimientos inimaginables e incluso desarrollan su creatividad, de tal forma que realicen sus propias evoluciones. La gimnasia rítmica en los últimos años ha evolucionado de gran forma en cuanto a sus elementos técnicos por lo que requiere de una verdadera dedicación para adquirir las habilidades requeridas, sin embargo

en el trayecto, aquella pequeña o jovencita que la practique de inmediato incorporara a su imagen corporal el porte, la elegancia y belleza propios de los movimientos elementales de este deporte y en su mente se generaran los efectos necesarios para apreciar los verdaderos valores del alma, la superación espiritual y lo grandioso.

Con la creación del Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación (INDER), el 23 de Febrero de 1961, el Estado Revolucionario cubano se dio a la tarea de promover y diversificar la práctica de actividades físicas como un medio imprescindible para la educación de las nuevas generaciones.

Una parte importante de las actividades del INDER en su etapa inicial, estuvieron dirigidas a la firma de convenios con los desaparecidos países socialistas en busca de asesoría para establecer con mayor calidad las bases del desarrollo futuro capaz de garantizar tanto desde el punto de vista técnico como material la difusión del deporte en funciones de medio de la educación física y de recreación de la población. La gimnasia rítmica como parte del Sistema Cubano de Cultura Física y Deportes.

Así llegaron al país especialistas de numerosos deportes, muchos de ellos totalmente desconocidos, tal es el caso de la Gimnasia Rítmica, ya que durante la etapa pre-revolucionaria esta disciplina se encontraba en un período preliminar de desarrollo a nivel mundial. Por ello los desfiles gimnásticos organizados por el INDER a través de la Dirección de Cultura Física y del programa Listos para Vencer (LPV), se convierten en demostraciones donde, además de exhibir la belleza del trabajo masivo, contribuyeron a la difusión de las diferentes modalidades gimnásticas entre ellas, la gimnasia rítmica.

La primera participación de Cuba en competencias internacionales de esta disciplina gimnástica se produjo en el 2do Campeonato Mundial celebrado en Praga, Checoslovaquia con un equipo integrado por: Cristi del Pino, Mirta Santacana y Thais Hernández.

Desde 1966 quedó incluida en el programa de competencias de los Juegos Nacionales Escolares, forma parte de los programas de Educación Física y también es objeto de estudio en los programas de Educación Física de enseñanza general y profesional. Formó parte también, del Plan de Estudios de la ESEF y de las Escuelas Provinciales de Educación Física, así como de la Licenciatura en Cultura Física. En el sistema nacional de competencias del INDER su organización comienza desde el alto rendimiento infantil-escolar, juvenil y primera categoría.

Las actuaciones más relevantes de Cuba en el marco de las competencias mundiales se han registrado en el siguiente orden: en la competencia individual de los Campeonatos del Mundo el sexto lugar mundial en ejercicios con aro obtenido por la gimnasta cubana Sonia Pedroso Alemán en 1967 y 1977. Competencias de conjunto, los cuartos lugares mundiales obtenidos en los años 1967 y 1971. También es necesario destacar la labor desplegada por la gimnasta Aída Hernández quien en 1977, recibió la distinción especial otorgada por la FIG que la acreditó como Gimnasta de Clase Mundial; con posterioridad recibieron dicha distinción, Roxana Meriño (1983), Caridad Pérez (1983), Mirta Echeverría (1985), Thalía Fung (1985) y Lourdes Medina en dos ocasiones (1983 y 1987).

No debe concluir este aspecto sin resaltar la labor desplegada por las gimnastas cubanas en muchas competencias internacionales, sin embargo, mención especial merece la labor sobresaliente de Lourdes Medina quien se titulara Campeona Panamericana en la 1ra edición de este deporte en el programa de competencias regional celebrado en Indianápolis, Estados Unidos 1987 y que posteriormente repitiera su condición de Campeona Panamericana en Santiago de Cuba, Cuba 1991. Mientras que el equipo de Conjunto se tituló Campeón Panamericano en Santiago de Cuba, Cuba 1991 y en Mar del Plata, Argentina 1995. En Mar del Plata, 1995 Yordania Corrales alcanzó la supremacía panamericana individual.

En Winnipeg 1999 las cubanas encabezadas por Yordania Corrales ocuparon el tercer lugar individual y el segundo lugar en ejercicios de conjunto.

Cabe mencionar que Cuba posee más de diez jueces internacionales calificadas por la federación internacional de gimnasia (FIG) y que los triunfos obtenidos en Campeonatos Panamericanos han sido bajo la dirección de entrenadoras cubanas. Cuba cuenta con cuatro Doctoras en Ciencias.

La organización encargada de la dirección del deporte nacional funciona mediante la comisión nacional de Gimnasia artística y Gimnasia Rítmica con su respectiva metodóloga perteneciente a la Federación Amateurs de Gimnasia de Cuba y al departamento de Gimnasia Artística y Gimnasia Rítmica del I.N.D.E.R.

El lenguaje. Surgimiento y desarrollo.

Se denomina lenguaje al proceso práctico, utilización por el hombre del idioma con el fin de comunicarse con otras personas. (Col, 2006)

Según Vigotski. Actividad humana que nace con el hombre que sólo a él pertenece y que le permite comunicarse y relacionarse al poder comprender y expresar mensajes. Lenguaje es un término que en su más amplio significado indica facultad común al hombre y a muchas especies animales, de expresar su experiencia y comunicarla a otros mediante símbolos y señales registrados por los órganos de los sentidos.

El lenguaje es la base de la comunicación humana y representa el auxiliar más importante para completar el desarrollo psíquico del hombre, por lo tanto es necesario que todo ser humano se comunique usando un lenguaje adecuado. (Col, 2006)

El desarrollo del lenguaje es un proceso de carácter biológico, dotado de leyes internas y con marcadas etapas de evolución.

Según Juan bautista Watson (2011) Gracias al lenguaje, llevamos el mundo en nuestra mente porque las palabras son sustitutos verbales de los objetos"

Según Skinner (2011). El lenguaje es una conducta adquirida en un proceso gradual de relacionamiento responsivo reforzado. Skinner ha reexaminado el campo de la actividad humana verbal basándose en conocimientos sólidos a través de la minuciosa experiencia

con animales y hombres. Su marco de referencia conceptual no hace especial hincapié en la noción de forma (como es tradición en estudios de tipo lingüísticos), sino sobre la función."

El proceso de comunicación representa quizás la expresión más compleja de las relaciones humanas. Es a través de la comunicación esencialmente que el hombre sintetiza, organiza y elabora de forma cada más intensa toda la experiencia y el conocimiento humano que le llega como individuo, a través de su lenguaje.

Lo que distingue fundamentalmente al hombre del resto de los animales y que le ha permitido el conocimiento y dominio de la naturaleza, es que su personalidad, su experiencia individual está constantemente relacionada con la experiencia de la humanidad, gracias a la existencia de su lenguaje articulado, ya que los animales no poseen idioma para hacerse entender, ni palabras para designar, nombrar, categorizar ni conceptualizar objetos.

El idioma y el lenguaje son un fenómeno social, surgido en tiempos remotos, cuando uniéndose para su actividad laboral propia, los hombres primitivos sintieron la necesidad de decirse algo unos a otros. El idioma se desarrolló a la par de la sociedad. Los descubrimientos en la ciencia y en la industria, las nuevas relaciones que nacían entre las personas, se reflejaron en el idioma. Este se enriqueció con nuevas palabras, cada una de las cuales significaba algo. Así, en la historia del desarrollo de cada pueblo se enriqueció el vocabulario y se perfeccionó la estructura gramatical de su lenguaje. El idioma está formado por un determinado vocabulario elaborado socialmente, es nacional por su carácter y se rige por determinadas leyes y reglas.

El idioma es, por tanto, un sistema de signos verbales que engloba determinado vocabulario, leyes gramaticales y fonéticas, mientras que el lenguaje es la actividad específicamente humana de comunicación, mediante la lengua o idioma; es la utilización del idioma por parte de la persona.

La importancia del lenguaje para el desarrollo de la personalidad se expresa precisamente en el papel o funciones que desempeña en la misma; como medio de expresión de significados, como medio de expresión emocional y como instrumento de la actividad psíquica.

A través del lenguaje el hombre expresa el contenido sensible y racional de la realidad que le rodea, expresa su relación con algo determinado: con la persona que habla o con el objeto o persona sobre quien se habla. Toda expresión oral concreta se dirige a un objeto. Se dirige al mismo tiempo a alguien, a un real o posible auditor. Toda palabra expresa alguna relación del que habla, con aquello de lo que está hablando y a lo que se dirige. En su comunicación expresa palabras que tienen un contenido semántico, que constituye su significado. Designa un objeto (sus cualidades, funciones, etc.). El significado de una palabra que refleja un objeto en forma generalizada, se determina por la función de este objeto dentro del sistema de la actividad humana. Al formarse dentro de la actividad social queda incorporada al proceso de comunicación entre los hombres. El significado de la palabra consiste en cada relación cognoscitiva de la conciencia humana con el objeto, que se expresa y trasmite por las relaciones sociales entre los hombres.

El lenguaje como medio de expresión de significados permite también la existencia, transmisión y asimilación de los mismos, de la experiencia histórico-social. Por todos es conocido cómo mediante la palabra escrita y hablada se conservan durante siglos todo el acervo cultural elaborado por la humanidad. El lenguaje garantiza la continuidad histórica, que es necesaria para el desarrollo intelectual y social del hombre. A través de libros, documentos, etc., se conserva el saber objetivo acumulado por el hombre.

La palabra expresa una generalización en el sentido de que es la forma de existencia del conocimiento humano. Los conocimientos reflejan la experiencia que sistematizan las propiedades generales, sustanciales para la actividad práctica y teórica de la humanidad, fijados en un componente inseparable de la cultura material, por lo que es un medio de existencia de la experiencia histórico-social la cual se trasmite, expresa y comunica a través del lenguaje.

Pero, ¿cómo descubre y asimila el hombre dicha experiencia? La asimilación de los significados, su desarrollo, su precisión y enriquecimiento se realizan con ayuda de la palabra. La palabra como denominación de un objeto, sirve de medio de distinción, separación de los objetos, de sus cualidades, acciones o relaciones, y también, como medio de agrupación de muchos objetos en grupos y categorías. Al denominar los objetos y las relaciones que existen entre ellos, la palabra sirve como medio de percepción de los objetos y fenómenos que nos rodean en sus diferentes interrelaciones (espaciales, funcionales, causales, etc.).

Analizar los fenómenos por medio de signos verbales es más rápido y sólido, lo que facilita la apropiación de los conocimientos, pues el lenguaje permite construir una imagen exacta del objeto o acción material, solo el traspaso al plano del lenguaje articulado permite metódicamente y con exactitud desprender la acción de las cosas físicas y traspasarlas enseguida al plano mental.

Como medio de expresión emocional. No sería correcto querer “intelectualizar” totalmente al lenguaje y considerarlo como mero instrumento para expresar significados. Como medio de comunicación el lenguaje permite la existencia del sentido personal y su expresión; proyectar el mundo afectivo del hombre.

El hombre, a diferencia del animal, es capaz de planificar sus actividades. El instrumento fundamental para la planificación de las mismas es el lenguaje. Muchas veces no somos conscientes de la regulación que sobre nuestra conducta ejerce el lenguaje, solo cuando autoanalizamos nuestros motivos, acciones y objetos, nos damos cuenta de ello. El hombre cuando mira hacia sus adentros, regula de manera consciente sus acciones a través del lenguaje. Un alumno puede antes de realizar la tarea docente, decirse por medio de su lenguaje la posible estrategia que va a utilizar para la solución de la misma. Como vemos es significativo el papel que desempeña el lenguaje en la realización de las funciones psíquicas superiores del hombre.

El lenguaje humano, que en su conjunto está vinculado a la conciencia, se halla en determinadas relaciones recíprocas con todos los procesos psíquicos.

En el lenguaje formulamos el pensamiento y, al formularlo, lo formamos. Al crear el pensamiento su forma verbal se forma así mismo. El pensamiento es imposible sin el lenguaje; su contenido tiene siempre un portador significativo. Formular una idea o pensamiento quiere decir expresarlo por medio de significaciones verbales generalizadas.

No son menores las estrechas relaciones del lenguaje con la memoria. La memoria humana se manifiesta apoyándose en el lenguaje. En la memoria lógica-verbal, por ejemplo, su contenido se expresa a través del lenguaje. Para la conservación de la imagen con sentido, tiene significación especial la palabra con la que la persona designa.

En esta misma medida la percepción se realiza con ayuda de la actividad verbal. Percibir conscientemente el objeto quiere decir nombrarlo mentalmente, lo que significa, de hecho clasificar el objeto percibido en un determinado grupo o clase, generalizarlo mediante palabras.

El papel del lenguaje con la imaginación no deja lugar a dudas. La posibilidad de crear algo nuevo, de acuerdo con las exigencias reales y aplicables a la práctica, es mayor no solo cuanto más amplios son los conocimientos y la experiencia en aquella esfera en la que se crean, sino también cuanto más desarrollado sea el lenguaje de la persona, el cual muestra lo que se debe crear.

La palabra puede poner en relación imágenes que antes no se habían combinado entre ellas y posibilita distinguir en los objetos cualidades que antes no se relacionaban entre sí; de esta manera ayuda a combinar de manera nueva aquello que había existido en la experiencia pasada. Íntima es también su relación con las vivencias afectivas. Nos apoyamos en el lenguaje no solo para expresar estas, sino también para analizarlas y tomar mayor conciencia sobre las mismas.

La actividad de la personalidad refleja una realidad conceptualizada y afectiva que se asimila y trasmite a través del lenguaje en el proceso de la actividad y de la comunicación.

La palabra resulta esencial para la actividad cognoscitiva y afectiva de la personalidad, porque en ella se sedimentan, se objetivan y actualizan los conocimientos, gracias a los cuales el hombre adquiere conciencia de la realidad y de sí mismo, actuando sobre ella y transformándola de acuerdo con su esfera motivacional y le da la posibilidad también de expresar verbalmente la relación afectiva que la personalidad establece respecto al objeto que refleja cognoscitivamente. En el lenguaje humano aparece casi siempre toda la expresión funcional de la personalidad: la unidad de su actividad cognoscitiva-afectiva.

Los significados generalizados que se han fijado en el lenguaje y que reflejan la experiencia social, alcanzan en la personalidad un sentido individual que revela la actitud personal del que está hablando y no solamente sus conocimientos sino también sus vivencias afectivas en su interrumpida unidad y mutua vinculación con aquellos.

La verdadera comprensión del habla no se alcanza tan solo por el saber de la significación literal de las palabras que utiliza la personalidad; en esencia también se alcanza con la exposición e interpretación de aquellos aspectos expresivos que revelan el sentido interno que la personalidad le ha dado. El matiz emocional del lenguaje hace que este sea capaz no

solamente de transmitir un contenido mental objetivo, sino también de expresar la relación del que habla con respecto al correspondiente objeto del conocimiento. El lenguaje va más allá de los límites de la mera vinculación con los conocimientos, revela también su relación con las vivencias afectivas de la personalidad. Los hombres no son solamente intelectos que entre sí se comunican nada más que conocimientos, sino que son seres humanos, en los cuales su actividad cognoscitiva está vinculada íntima y apasionadamente con sus sentimientos y con toda su existencia llena de experiencias.

Raíz del lenguaje técnico de la gimnasia rítmica.

La creación del lenguaje técnico de la gimnasia rítmica esta unido al lenguaje de la danza o ballet clásico, su empleo implica la forma y movimientos específicos de la cabeza, las manos, los brazos, el torso, las piernas, y los pies sus orígenes su dinámica y su coreografía tienen un lenguaje de pasos codificados. Los movimientos siguen un patrón de expresión corporal y rítmica acompañado de música. Se conoce al coreógrafo Francés Pierre *Beauchampso* (De Pedro, C.2011) como el que definió y puso números a las posiciones de pies.

Si comparamos a una gimnasta con un bailarín de Ballet Clásico, podemos obtener numerosas conclusiones sobre diversos patrones comunes de movimiento la menor oscilación puede desestabilizar la posición óptima de equilibrio durante la recepción y provocar la pérdida de una medalla olímpica o una lesión. De igual modo, saltos, *plié*, *demiplié*, *grand plié*, piruetas, relevés... necesitan de un control postural adecuado y un sistema entrenado para generar armonía, suavidad y belleza en los movimientos.

Llamamos barras al objeto de madera o metal que va pegado a la pared o portátil, que usan los bailarines de ballet para aprender los movimientos o para prepararse para bailar; y los ejercicios realizados durante la primera parte de una clase de ballet. De igual manera se realizan en la clase de gimnasia rítmica. La barra que es donde se realiza los ejercicios de técnica corporal básica como lo llamamos en la gimnasia rítmica actúa como un estabilizador y ayuda a soportar el peso de manera que la pierna que trabaja pueda aprender los movimientos. Este soporte le permite a la alumna principiante concentrarse en la correcta ejecución de los movimientos. Los ejercicios de la barra calientan progresivamente las distintas partes del cuerpo, desarrollan fuerza e incrementan la flexibilidad. Estos ejercicios buscan: aumentar la temperatura en los músculos, desarrollar la técnica, preparar a la gimnasta para el trabajo de centro y la coreografía y permitir la aplicación de los principios para el trabajo en la barra y en el centro. De igual manera que en el ballet, la práctica repetida de los movimientos básicos constituye la principal base técnica para el perfeccionamiento tanto, de un bailarín como de una gimnasta. La ejecución precisa y clara de estos movimientos son los factores que determinan la ejecución de pasos y combinaciones en el centro, esto hace parte de la elaboración y el desarrollo de una sólida base técnica. Existen dos posiciones fundamental es en la barra: 1) Mirándola, es decir, frente a ella, también llamada en algunos casos, primera fase; y 2) con una sola mano en la barra, es decir, de lado a ella o segunda fase. Todos los movimientos se aprenden en un principio en primera fase, con dos manos en la barra.

Existe un vínculo estrecho entre la gimnasia rítmica y el ballet ya que en este se conforma el lenguaje técnico de este deporte.

La autora opina que cuando se habla de lenguaje técnico en la gimnasia rítmica podemos ver que es un sistema de términos especiales que se emplean para denominar brevemente ejercicios o grupos de ejercicios y tipos de movimientos como parte de la unidad y el contenido de dicho deporte como existe en cualquier otro deporte.

Su concepción, está dada por un conjunto de palabras propias específicas del sistema de ejercicios de la gimnasia, que permite la comunicación oral, escrita o visual, expresada en movimientos específicos proveniente de sus creadores o de los primeros sistemas gimnásticos, incorporando en ella, juegos, bailes, expresión corporal, música, tomados de los países Europeos, específicamente Francia y Alemania los cuales se mezcla con la danza clásica o el ballet y conforman la gimnasia rítmica, donde cada ejercicio que se realice requieren de belleza, plasticidad, elegancia, amplitud, gracia, carisma, actuación, dominio, y muchas más cualidades que solo se logran con una buena enseñanza que comienza desde la niñez, contando con la habilidad de la entrenadora en la base para lograrla. Por tanto el lenguaje técnico y muchos de los nombres y palabras que se utiliza en la gimnasia rítmica forman parte del lenguaje del ballet clásico de hay la difícil comprensión del mismo para niñas de tan corta edad que comienzan la práctica de este deporte

EL juego en la clase de gimnasia rítmica.

Concepto de Juego: Denominamos juegos a una secuencia de acciones animadas y alegres que parten de una idea determinada o de una tarea capaz de desarrollar y ejecutar las fuerzas físicas y espirituales de una manera estimulante y amplia. (Osmel 2010)

Según la enciclopedia Eured los Juegos Tradicionales son juegos que se transmiten de época en época sin perder su aceptación por los niños y familiares.

Juegos Menores: son juegos de corta duración que requieren menor cantidad de materiales y son cuidadosamente seleccionados. Son variantes de los juegos pre-deportivos y el grado superior de los juegos dinámicos. (Largadera)

Tanto a nivel escolar como extraescolar, la iniciación en cualquier tipo de juego, debe llevarse a cabo en las edades correspondientes a Educación Infantil, para proseguir durante el desarrollo del niño en los diferentes ciclos posteriores. Esta actividad favorece varios aspectos educativos de la persona:

Integración en el grupo: primeros fundamentos de la comunicación entre sus iguales.

Conocimiento y desarrollo corporal: desarrollo de la coordinación dinámica general y la literalidad, al utilizar todos los segmentos corporales.

Sentido rítmico: a través de las danzas los niños se familiarizan con las pulsaciones, acentuaciones, pausas... asociadas a los movimientos.

Estructuración Espacial: a través de las distintas formaciones grupales los alumnos descubren el espacio corporal propio y el espacio próximo. Estructuración Temporal: los diferentes desplazamientos y cambios de velocidad en el juego, hacen que los alumnos conozcan las duraciones, velocidades y ritmos en las distintas actividades.

Enriquecimiento del lenguaje: mediante los diálogos en los juegos adquieren un lenguaje natural, practicando la correcta forma de articular, realizando la fonación y memorizando las palabras.

Formación integral de la persona: los valores educativos de los juegos populares se pueden dividir en tres áreas: Motora Desarrollo de la resistencia orgánica y muscular (carreras, persecuciones, saltos...).Desarrollo de la fuerza y potencia (transportes, luchas, ataques y defensas).Trabaja la flexibilidad (equilibrios, balanceos, movilidad de articulaciones).Psicomotora. Aumenta la coordinación dinámica general (ajuste a situaciones variadas, creación de nuevas respuestas).Desarrolla la percepción corporal (conoce los segmentos corporales y la posibilidad de movimientos).Se produce un ajuste postural (según los gestos y acciones en el juego).Organiza la representación espacio-temporal (evoluciones en espacios variados y con ritmos diferentes). Sicomotora. Se produce una colaboración grupal. Existe un espíritu de iniciativa. Consigue su propio control emocional.

Teniendo en cuenta que la actividad fundamental del niño es el juego como desarrollador de habilidades y capacidades se realiza la propuesta.

Para el desarrollo de la investigación las autoras tomaron como universo una población de 25 niñas del área de gimnasia rítmica del combinado 26 de julio del municipio de Jovellanos y una muestra de 14 que representaría el 85% de la matrícula del área comprendida en la categoría 6-8 años estudiantes del primer ciclo de primero al tercer grado con frecuencia de 5 clases a la semana y un día de preparación para competencias, topes, festivales, a las cuales se le realizan tres observaciones, teniendo en cuenta el programa de preparación del deportista con el objetivo de medir el nivel que va logrando alcanzar la atleta.

Características psicomotoras de las atletas de 6 a 8 años de edad

En condiciones propicias el niño alcanza hacia el final de la edad preescolar un estadio de desarrollo motor muy parecido al del adulto, dispone de las formas básicas de la dinámica deportiva: caminar, correr, trepar, saltar, lanzar y capturar (Habilidades Motrices Básicas) adquiriéndose estos movimientos con buena coordinación, pero que necesita ser perfeccionada.

Lo característico de esta edad es el despegue múltiple y el desarrollo de todas las habilidades por igual, estando en constante movimiento mientras están despiertos, siempre que se encuentren sanos.

Desde el punto de vista psicológico vemos que predominan los procesos de excitación por encima de los de inhibición, adquiriéndose paulatinamente un equilibrio entre estos procesos, los movimientos adicionales van desapareciendo y desarrollándose cada vez más

movimientos controlados y bien dirigidos. Las reacciones motrices obedecen progresivamente al contenido del lenguaje, es decir los niños reaccionan según el significado de las palabras. En la edad escolar se presenta una evolución paulatina hacia la ejecución más fluida de los movimientos.

En cuanto al desarrollo cognoscitivo, el niño de 7 años puede permanecer más tiempo y de forma prolongada escuchando las explicaciones que el maestro les brinde y además adoptar diferentes posturas durante el aprendizaje. Todo lo anterior se revierte en un mejor aprovechamiento durante la asimilación de las diferentes actividades que debe cumplimentar.

Con respecto al interés cognoscitivo en este grado escolar se observa en la actitud que asume el niño hacia un contenido que expresa el ejercicio físico dirigido por su entrenador, por lo tanto toma una dirección que refleja la tendencia a estudiarla profundamente para poder conocer sus propiedades fundamentales. La forma de pensamiento que caracteriza esta etapa escolar, existe como tendencia a la comprensión de los fenómenos de la realidad, con respecto al proceso psíquico de la memoria, vemos que esta aumenta con respecto a edades anteriores, predominando la de tipo mecánica en transición hacia la memoria lógica. El lenguaje cobra un papel importante para dicho proceso. En la memoria van a predominar las representaciones concretas, intuitivas, que son dinámicas, vivaces y que están íntimamente ligadas a las vivencias del niño. No hay dudas que en esta edad los niños recuerdan con exactitud las experiencias que poseen intensidad afectiva.

A los 7 años se observa una actitud perceptiva que permite que los contenidos de enseñanza sean orientados hacia el análisis. La percepción es más matizada por la afectividad, se percibe más objetivamente, comprendiendo mejor los valores y leyes propias de los fenómenos de la realidad, fijándose en los detalles que forman parte de los objetos percibidos

.En cuanto a las actividades desarrolladas en el juego éstas toman el carácter propio del contenido transmitido para esta edad, por eso al ser éstas ricas en contenido darán lugar a cambios importantísimos en el niño, ya que el mismo se preocupa por los aspectos internos de dicha actividad y sus interrelaciones, que van de las expresiones lúdicas hasta las reales. Esto proporciona el desarrollo armonioso de su personalidad ya que adquiere los valores éticos y morales que la sociedad le brinda. Las actividades expresadas mediante el juego se enriquecen en ambiente y contenido didáctico. A través de estas actividades el niño adquiere los métodos y procedimientos que le permiten interiorizar mejor las normas del grupo.

La gran movilidad de los procesos nerviosos explica el constante cambio de actividad en esta edad. El niño de segundo grado se caracteriza además por la necesidad de variada actividades físicas, de forma tal que lo motiven. Las actividades que son preferidas y conocidas por los educandos, se realizan con entusiasmo, comprensión y se ejecutan rápidamente.

En los niños de 8 años se expresan conductas que reflejan sus posibilidades de asimilar nuevas obligaciones y de resolver por sí solos exigencias planteadas, relacionada con su

nueva posición social, los niños se hacen más independientes y necesitan menos de la ayuda de los mayores, desarrollando su personalidad por medio de las relaciones que establecen en la escuela, al encontrar sus propias motivaciones e intereses en la misma.

Es típico del niño de esta edad la aspiración de ocupar una posición entre sus compañeros, el vivir de las opiniones que tengan de él sus compañeros, para garantizar las vivencias de mayor o menor satisfacción emocional. Aquí aumentan los niveles de exigencia social, donde no solo tienen significación la asimilación del conocimiento, sino además el desarrollo de un conjunto mayor de motivos morales que garanticen el desarrollo de la esfera cognoscitiva en el niño. Siguen siendo los intereses cognoscitivos y la posición social, los motivos principales que permiten la continuidad del desarrollo. En esta etapa continúa desarrollándose cualidades de la personalidad que forman propiedades reguladoras de la actividad del sujeto, que pueden ser desarrolladas por el entrenador, cuando éste ha tenido en cuenta la ejercitación de un tipo determinado de conducta, acompañado de la gratificación de un motivo ya existente en la personalidad del niño.

En la temprana edad escolar el desarrollo físico es de gran significación, la práctica deportiva se encarga de mejorar la capacidad física de los niños e influir en la salud y en cualidades del carácter tales como la voluntad, la decisión la intrepidez y el colectivismo, que permitan desarrollar una vida plena.

En esta edad se destaca al igual que en los años anteriores, el fortalecer integralmente el organismo infantil, promover una postura correcta del cuerpo, gran riqueza de movimientos y encaminar los niños hacia rendimientos físicos correspondiente a su edad.

Métodos y Procedimientos.

Para la realización de la presente investigación fueron utilizados métodos teóricos y métodos empíricos el método general que rige toda investigación dialéctico – materialista. Entre los métodos teóricos utilizados se encuentran:

Histórico – lógico, admitió analizar el desarrollo histórico del objeto de estudio y encontrar la lógica interna del desarrollo; así como todas las publicaciones posibles editadas en Cuba o en el extranjero sobre los criterios científicos relacionados con el lenguaje técnico en la gimnasia rítmica

Analítico – sintético, para procesar el marco referencial de la tesis a partir de la determinación del conocimiento científico relacionado con el objeto de estudio; el método inductivo –deductivo, permitió determinar el problema científico y la diferenciación de los objetivos desarrollados en el proceso investigativo, permitiendo que a partir de ahí se logre proceder a la elaboración de la propuesta de juegos; hipotético – deductivo, para constatar las inferencias lógico deductivas de la posible solución al problema científico para arribar a las conclusiones particulares.

Los métodos empíricos utilizado en la investigación fueron: la entrevista a atletas para elaborar la propuesta según los gustos y preferencia de la muestra utilizada así como la observación participante con el objetivo de valorar el aprendizaje a través de la propuesta

de juegos, la encuesta a profesoras de la especialidad para determinar el estado actual de los problemas de aprendizaje del lenguaje técnico en la categoría 6-8 años.

### Propuesta de juegos

1. Nombre del juego. El tejo.

Materiales. Tiza, lata escachada o una piedra pequeña.

Organización. Se traza un diagrama en el suelo con nombres de técnicas de la gimnasia rítmica donde se colocaban los días de la semana, cada niña se colocara frente al diagrama una detrás de otra.

Desarrollo. La niña deberá lanzar la lata escachada o tejo y donde caiga el mismo será la técnica que realizara pero deberá llegar a ella saltando con un solo pie derecho o izquierdo recogerá el tejo, realizara la técnica mencionara su nombre y regresara saltando con el otro pie.

Reglas. La niña que no realice correctamente la técnica deberá colocarse al final y volver a realizarla cuando llegue su turno hasta que mencione y realice correctamente cualquiera de las técnicas.

2. Nombre del juego. La seguidilla

Organización: Sentadas en un círculo en el suelo.

Materiales: No se necesitan materiales.

Desarrollo. Una de las jugadoras comienza el juego diciendo una palabra de la terminología del deporte, ejemplo: *Passé*, la siguiente debe repetir la misma palabra y añadir otra relacionada con la primera.

Ejemplo: *Passé, Demi plié*. Así cada vez aumentara las técnicas.

Reglas La gimnasta que olvide una de las palabras anteriores, pierde y tendrá que asumir un castigo tal como 5 salto con una y otra pierna, 10 abdominales, 8 cuclillas, etc.

3. Nombre del juego. La ardillita sin casa.

Organización: El grupo de niñas que hacen de ardillitas se colocan cada una dentro de un aro y si este no existe en el área se puede realizar un círculo con tiza en el suelo, que sirve de casa, excepto una, que se queda sin casa.

Desarrollo: Cada una de estas casas tendrán un nombre de una técnica básica el cual la niña deberá aprenderse, porque así se llamara su casa, de pronto la entrenadora dice a la niña que esta sin casa en alta voz.

Ardillita sin casa en que casa quieres vivir.

La niña mencionará una técnica de las que están en el círculo o el aro y nuevamente la entrenadora dará la voz de.

Ardillitas a comer.

Las niñas-ardillitas se dirigen a realizar expresiones como que están comiendo dispersas por el área, donde supone hay abundantes nueces.

Sorpresivamente, la entrenadora grita:

- ¡Se quema el bosque!,

¡Se quema el bosque!

Las niñas-ardillitas corren desde todos los lugares del área a ocupar una casa.

- Se repetirá el juego tantas veces como la profesora entienda

Reglas: La que no alcanza implemento o círculo para pararse dentro del, pierde y es la ardillita sin casa.

La niña que no mencione correctamente la técnica que es la casa perderá supuesto o casa.

#### 4. Nombre del juego. Declaración de guerra

Materiales: Tiza

Organización: En el suelo se traza un círculo y alrededor del mismo, cinco o más pétalos. En cada uno de ellos se escribe la inicial o el nombre de una técnica corporal básica, conocido previamente por las alumnas.

En cada pétalo y en el círculo del centro se para una niña.

Desarrollo: Esta último comienza el juego diciendo:

Quiero entrenar con releve, por ejemplo.

La niña que tiene el nombre de releve se sitúa en el círculo central y grita:

¡Stop!

Las demás niñas, mientras tanto, corren a situarse a unos cuatro o cinco metros de la que está en el centro. Esta se dirige a otra y dice:

Te derroté en tantos pasos (ejemplo, 5, 6, 7, u 8)

A continuación, avanza el número de pasos indicados y si logra alcanzarla, gana. De lo contrario, la que tiene el nombre de releve reta a otra desde el círculo central. El juego se repite con otras alumnas.

Reglas: Mencionar correctamente el nombre de la técnica.

5. Nombre del juego. El tesoro de la gimnasta.

Materiales: Recorte de papeles, tiza.

Organización: Previamente se colocara en varios lugares del área papelitos con nombres de diferentes técnicas y un ejercicio de capacidad a realizar.

Se sientan las niñas una detrás de otras con las piernas separadas y simularan que están en un barco remando.

Desarrollo: A la voz de la profesora. ¡Tesoro a la vista!

Las niñas saldrán a buscar el tesoro por todo el área una flecha visible indicara por donde se debe comenzar la búsqueda, como participan todas la alumnas deben ir en grupo y al frente estará la capitana del deporte que simulara ser la capitana del barco y será quien lea la tarea que hay que cumplir para continuar la búsqueda, hasta llegar al final del recorrido.

.Reglas: La niña que no realice el elemento técnico o el ejercicio de capacidad que aparezca en la pista encontrada no podrá continuar la búsqueda, y la capitana la mandara de vuelta al barco.

Pero las atletas que continúan el recorrido y lleguen hasta el final se les darán el titulo de gimnastas ganadoras del tesoro.

Nota. Este juego puede utilizarse con otras temáticas de interés para el desarrollo de las atletas en las clases.

6. Nombre del juego: Salta corre y adivina.

Materiales: Caja de cartón, aros del deporte, laminas con las técnicas

Organización: Se formaran dos hileras una al lado de la otra y se colocaran frente a cada hilera tres aros y al final una caja que contendrá laminas de técnicas de la gimnasia rítmica y la profesora se colocara tras la misma de manera que las niñas llegue a ella sin problemas.

Desarrollo: .A la voz de la profesora que estará colocada frente a las alumnas detrás de la caja con las láminas, las alumnas saldrán corriendo las primeras de cada fila saltaran dentro de los aros hasta salir de ellos y continuaran corriendo hasta llegar a la caja donde estará la profesora tomaran una lamina y mencionaran el nombre de la técnica la niña después de mencionada la técnica continuaran corriendo para regresar a su equipo y saltar otra competidora, de esta forma lo realizarían todas.

Reglas: Quien no mencione la técnica correctamente perderá un punto su equipo.

La niña que no salte dentro de los aros perderá un punto su equipo.

Ganara el quipo que primero termine y mencione las técnicas correctamente.

## 7. Nombre del Juego: Mejora tu lenguaje

Materiales: Pelota grande, tizas.

Organización: Las alumnas sentadas en el piso, formando un círculo grande. La profesora entrega una pelota a una de las alumnas y se coloca de espaldas al círculo con su silbato en la boca.

Desarrollo: Al sonar el silbato de la profesora, los alumnos comienzan a pasar la pelota de uno a otro lo más rápido posible. Cuando la profesora nuevamente haga sonar el silbato,

la alumna que tenga la pelota en sus manos será la elegida para responder las interrogantes que la profesora haga acerca de los diferentes nombres de la técnica corporal básica y también deberá realizarla.

Regla: El resto del grupo escucha y rectifica los errores que la alumna cometa hasta que lo realice correctamente y comience nuevamente el juego.

## 8. Nombre del Juego: Saltando, hablando

Materiales: Cuerdas del deporte

Organización: En este juego se realizarán dos filas de igual cantidad de niñas separadas una de otras para evitar un choque de cuerdas de frente a frente una de otra.

Desarrollo: Cuando la profesora suene el silbato las niñas comenzarán a saltar la cuerda y realizarán cuatro saltos alternos y cuatro círculos laterales dos a cada lado y en el momento que están realizando los círculos mencionarán nombres de técnicas corporales básicas hasta que la profesora nuevamente suene el silbato.

Reglas. La niña que se equivoque en la pronunciación de una técnica saldrá de la fila.

Las niñas que se enreden con la cuerda se apartarán de la fila de su equipo, se quedarán las que no se equivoquen y llegue hasta el final, se contarán las niñas que queden en los equipos y ganará el que más niñas tenga.

## **CONCLUSIONES**

El análisis bibliográfico demostró la insuficiente literatura relacionada con el lenguaje de la gimnasia rítmica, el cual permitió conocer que la mayor información obtenida sobre lenguaje técnico de esta disciplina proviene del ballet. En la etapa de 6 a 8 años la asimilación del lenguaje técnico es de gran importancia para el aprendizaje de la técnica corporal básica y se demuestra en esta investigación que la propuesta de juegos es factible para el mejoramiento del lenguaje técnico en las categorías de iniciación en el municipio Jovellanos.

## **BIBLIOGRAFÍA**

- BCABRÉ, M. T *La terminología. Teoría, metodología y aplicaciones*, Editorial Antártica, Barcelona, 1993.
- CABRÉ, M T *Elementos para una teoría de la terminología: hacia un paradigma alternativo*, en *El lenguaraz* 1.1998.
- CABRÉ, M T. *La terminología. Representación y comunicación. Una teoría de base comunicativa y otros artículos*. IULA-Universidad Pompeu Fabra, Barcelona, 1999.
- COLECTIVO DE AUTORES. *Fundamentos de la danza*. Editora Abril. La Habana, Cuba, 1986. 284 pág.
- DE PEDRO, C. (2011) Técnica Del Ballet Clásico. *Danza Ballet* 2011 No 2, [on-line], [Consultado 14 de septiembre del 2011]. Disponible en: <http://www.danzaballet.com/modules.php?name=News&file=article&sid=857>
- El Ballet Y Su Aplicación En Diferentes Disciplinas. (2011), [on-line], [Consultado el 19 diciembre 2011]. Disponible en <http://www.buenastareas.com/ensayos/El-Ballet-y-Su-Aplicaci%C3%B3n-En/1621015.html>.
- Gimnasia Rítmica. (2011), [on-line], [Consultado el 7 de enero 2012]. Disponible en: [http://www.profesorenlinea.cl/Deportes/gimnasia\\_ritmica.htm](http://www.profesorenlinea.cl/Deportes/gimnasia_ritmica.htm) Gimnasia rítmica
- Gimnasia rítmica. (2011), [on-line], [Consultado el 12 de diciembre 2011]. Disponible en: [http://es.wikipedia.org/wiki/Gimnasia\\_r%C3%ADtmica](http://es.wikipedia.org/wiki/Gimnasia_r%C3%ADtmica) Gimnasia Rítmica. (2011) disponible en: <http://html.rincondelvago.com/gimnasia-ritmica.html> Gimnasia rítmica Consultado el 27 de octubre 2011
- GONZÁLES, O. *Características psicomotrices de los niños de 6-8 años en el juego*. Trabajo de diploma., 2010
- GONZÁLEZ, M; SANTOYA, A (2009) *Psicología de las edades y entrenamiento deportivo*. [on-line],[Consultado el 4 de noviembre de 2010]. Disponible en: <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital- Buenos Aires - Año 14 - N° 134
- GUERRA, R. *Apreciación de la Danza*. Editorial Letras Cubanas. Ensayo. 2003.
- ILISÁSTIGUI, M Y COL. *Programa de Preparación del deportista de Gimnasia Rítmica*. La Habana. Comisión Nacional de Gimnasia Rítmica. .2007
- JASTRJEMBSKAIA, N.; TITOV, Y. *Rhythmics gymnastics - hoop, ball, clubs, ribbon, rope*. Human Kinetics. Champaign. 1999.
- LAGARDERA, F. *Por una educación física creativa, lúdica y positiva para el siglo XXI*. INEFC. España: Universidad de Lleida. (Material mimeografiado).

Lenguaje oral. (2011) [on-line] [Consultado el 14 de diciembre 2011]. Disponible en [http://www.rmm.cl/usuarios/gruiz1/imagen/lenguaje/Lenguaje\\_oral.jpg](http://www.rmm.cl/usuarios/gruiz1/imagen/lenguaje/Lenguaje_oral.jpg) [Lenguaje](#). (2011)

Lenguaje. (2011) [on-line] [Consultado el 12 de diciembre 2011]. Disponible en: <http://www.ecured.cu/index.php/Lenguaje>.

LÓPEZ, H. *Hacia la historia del lenguaje social*. (2011) <http://www.monografias.com>  
Consultado 12 de diciembre 2011

MARTÍNEZ, TC; GUTIÉRREZ, L M.; GONZÁLEZ, R. (2011) *Importancia del uso de la terminología en las asignaturas del ejercicio de la profesión en la Escuela Internacional de Educación Física y Deporte*. (2011) [on-line] [Consultado el 12 de diciembre del 2011] (Cuba) disponible en: <http://www.monografias.com/trabajos60/uso-terminologia-deporte/uso-terminologia-deporte2.shtml>.

O' FARELL, A.; SANTOS, A. *Gimnasia Rítmica Deportiva* Ciudad Habana, Editorial Pueblo y Educación. 1983

Rhythmic gymnastics (2011). [on-line] [Consultado el 12 de diciembre del 2011] disponible en: [http://en.wikipedia.org/wiki/Rhythmic\\_gymnastics](http://en.wikipedia.org/wiki/Rhythmic_gymnastics).

RODRÍGUEZ, A. *Cuaderno de Juegos*. Dpto. de Cultura Física de la Universidad Pedagógica "Félix Varela". Villa Clara. Cuba. 1998.