

LOS JUEGOS COMO ACTIVIDAD MOTORA QUE FAVORECE LA FORMACIÓN DEPORTIVA. SUS PARTICULARIDADES EN LA LUCHA DEPORTIVA.

Lic. Jorge Félix Rodríguez García¹; Dr. C. José Enrique Carreño Vega²

1. Dirección Municipal del INDER de Limonar, Matanzas,
Cuba.

2. Universidad de Matanzas, Vía Blanca Km.3, Matanzas,
Cuba.

jose.carreno@umcc.cu

Resumen

En la actualidad las disciplinas deportivas han evolucionado considerablemente, convulsadas por los avances científico-tecnológicos, es por ello que en correspondencia con esta realidad, y el deseo de que los practicantes de una u otra disciplina obtengan buenos resultados competitivos, se han tomado medidas tanto organizativas, como técnico-metodológicas que incluyen variaciones en el sistema competitivo, conducentes a su mejoramiento. Sin embargo, ello es un asunto por resolver y el análisis que a continuación se presenta demuestra las bondades de la introducción de diferentes actividades que intenten cumplir los objetivos de la etapa desde una óptica más lúdica y novedosa, asequible a los niños en 9-10 años de edad. Se han escogido tres tipos de juegos, con la práctica de los cuales trabajan todos los aspectos del ámbito motriz y las capacidades físicas básicas, desarrollando una atención integral que incorpore la actividad competitiva y destacándose el hecho de asegurar una amplia experiencia motora, permitiendo la libre elección de la especialización adecuada a su estructura funcional.

Palabras claves: *Iniciación; Juegos (físico-recreativos, pre-deportivos genéricos y pre-deportivos específicos; Actividad competitiva.*

Introducción

Los vocablos "juegos" y "jugar" tienen muchas acepciones, puede emplearse con el significado de diversión, "jugar" 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.

En la contemporaneidad, el juego, es asumido como una actividad natural, espontánea y esencial en el ser humano. Se apoya en el movimiento; satisface intereses y produce cambios placenteros en los estados anímicos. Su valor se ha reconocido a través del tiempo por el efecto formativo que produce al ejercitarse, desde el momento en que se nace y en el curso de toda la vida, además de ser factor apreciable para el mejor desarrollo de las facultades físicas y psicológicas (Secretaría de Educación Pública, 1990: 33).

El juego, es una de las actividades más habituales en la edad infantil, entendida como ocio y como aprendizaje que hay que considerar de gran interés en la práctica educativa. Este, incide en el desarrollo global del niño a partir de la acción que realiza, del interés que le produce, de la comunicación que se establece con las personas, objetos, así como en su crecimiento físico y su desarrollo sensorial, afectivo, emocional y cognitivo social (García Soriano, 1994: 233).

Según D. Fonseca (1996), citado por Zambrano (2002: 128), el juego, en el fondo, da respuesta a la misma finalidad de la psicomotricidad, es decir, la exploración de las posibilidades exteriores y en el descubrimiento de las posibilidades funcionales. La actividad lúdica es una pantalla en la que se proyecta lo que ocupa o invade el espíritu y la sensibilidad del niño. En consonancia con ello Zambrano (2002: 130), enfatiza como el juego, es una forma de preparación para la vida, mecanismo para inculcar en los niños ciertos patrones de conducta, hábitos sociales, ubicación de roles y orientador de la actividad futura.

Todos estos acercamientos al juego, dejan claro sus posibilidades como recurso educativo en que pueden modelarse conductas sociales y paralelamente a ello desarrollar las capacidades y habilidades motoras que precisaran en su paso por la vida; pero sobre todo, los autores, se alinea con lo expresado por la Secretaría de Educación Pública (1990).

Desarrollo.

En la literatura se encuentran diferentes teorías sobre los juegos, sus características y posibilidades educativas.

1.1.- Teorías más reconocidas en la literatura sobre los juegos.

Sobre este tema se registran opiniones diferentes lo que ha dado origen a una diversidad de teoría que caracterizan este tipo de actividad y la sustentan. El autor, luego de un análisis aborda las más reconocidas.

a) Las Teorías psico-afectivas del juego.

Durante los estudios realizados por S. Freud (1920), este trato de dar explicación al comportamiento lúdico que incluyera su descubrimiento del inconsciente como proceso interno de naturaleza emocional que implica a los instintos funcionales, esto es, el principio del placer o tendencia compulsiva hacia el goce "el ello". El juego cumple el papel de expresar los sentimientos reprimidos por el sujeto en el proceso educativo. Esta teoría, sugiere que las primeras percepciones y discriminaciones sociales son de carácter afectivo-cognitivo y durante ella el niño selecciona aquellas situaciones que, habiendo sido cargado de afecto, producen la motivación principal para la comprensión del mundo real por parte del niño y dos grandes grupos de representaciones, lo conocido y lo desconocido en el desarrollo del juego.

b) Las teorías funcionalistas y naturalistas del juego.

Esta fue desarrollada específicamente por Kohler (1935) y después fue retomada por Bruner (1972) en sus estudios sobre el juego y dominio instrumental. Sus trabajos denotaban la gran importancia de las actividades lúdicas en el dominio de las tareas instrumentales y solución de problemas prácticos. El segundo, encontró que cuando los niños piensan que están jugando y a su vez están interesados en la resolución de problemas manipulativos, son más rápidos y hábiles en conseguir la meta. Por otro lado visiona una perspectiva etiológica que se encarga del estudio de las causas de las cosas, que relaciona el juego con la conducta exploratoria e indagatoria y la curiosidad natural para la manipulación de objetos.

c) Las teorías cognitivas del juego

En relación a ello, Piaget, citado por J. A. García Soriano, (1994: 236) ha explicado la relación del juego con las distintas formas de comprensión del mundo que el niño tiene. Así hoy se sabe que la acción lúdica supone una forma placentera de jugar sobre los objetos y sus propias ideas, de tal manera que jugar significa tratar de comprender el funcionamiento de las cosas. La regla de los juegos supone una expresión de la lógica con la que los niños creen que deben regirse el intercambio y los procesos interactivos entre los jugadores.

El origen del juego es tanto para Vigotskij (1987) como para Piaget (1986) la acción, mientras que para el segundo, la complejidad organizativa de las acciones da lugar al símbolo, para el primero es el sentido social de la acción lo que caracteriza la acción lúdica y el contenido de lo que se quiere representar en los juegos; dentro de ella la interacción social es de tal naturaleza que los niños se sienten libres y seguros para expresar sus ideas sobre los fenómenos que están implícitos en el juego. De esta forma la comunicación y la interacción social específica que el juego proporciona es un marco ideal para realizar transacciones

simbólicas y resolver problemas de forma relajada y segura (J. A. García Soriano, 1994: 236).

En conclusión, tomando como base la teoría de Vigotskij (1987), elaborada posteriormente por Elkonin, y actualizada por Bruner, puede decirse que el juego es un comportamiento básicamente social que tiene su origen en la acción espontánea pero orientada culturalmente.

d) La teoría ecológica de Brofenbrenner.

Plantea el enfoque que sobre el juego puede tener determinados factores ambientales, físicos y culturales.

Como puede apreciarse, existen varias teorías que tratan de explicar las razones que se tienen para jugar. Unas lo enfocan desde el punto de vista biológico, otras desde el punto de vista psicológico y psicoanalítico.

En un momento predominaba la "teoría del descanso" con la cual el autor no coincide, ya que en ella solo se analiza el punto de vista biológico. El juego no es descanso, exige muchas veces de un excesivo consumo de energía. Las vacaciones en sí, tampoco pueden considerarse como descanso, sino como cambio de actividades que requieren casi siempre mayor actividad muscular, motora y psíquica, hasta el punto de llegar al cansancio o agotamiento, por ejemplo, excursiones, campamentos, práctica de deportes, etc.

Las teorías contemporáneas tienen un punto de vista psicoanalítico. Se sostiene que el juego es una necesidad instintiva de primer orden. Que el niño tiene necesidad de expresarse, de proyectarse dentro del ambiente y fuera de él, que al satisfacer este impulso obtiene satisfacción personal, seguridad, nivel adecuado en su mundo y conciencia del propio valor.

Las teorías modernas hacen un análisis donde se ve la interrelación entre lo biológico y lo social las 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 prepara para la vida. Es precisamente, con este posicionamiento que los autores se identifican.

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 de manera particular en los juegos. Sin dudas que ellos constituyen un recurso educativo vital en la formación del hombre y es esencial, aprovechar las oportunidades que el proceso de enseñanza-aprendizaje ofrece para su uso como medio potenciador.

1.2.- Empleo de los juegos como medio de enseñanza. Su uso en la lucha deportiva.

Los juegos por su gran aceptación por parte de los alumnos; constituyen uno de los medios esenciales para el desarrollo de las capacidades y habilidades motoras.

En el caso concreto de la actividad deportiva, para los autores, lo fundamental radica en el conjunto de capacidades y habilidades motoras; así como de valores que proporciona la práctica sistemática de estas actividades, que para el caso de la fase o etapa de iniciación, en su primer momento, más importante que la propia especialización es el desarrollo multifacético y multilateral de los practicantes.

El concepto “multilateral”, según V. Domínguez y J. E. Carreño (2003:12), no significa solamente el desarrollo de capacidades y habilidades básicas y generales, sino también aprender y practicar diferentes gestos deportivos.

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, pueda seleccionar 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 lo 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 la conformación y desarrollo del sistema músculo esquelético.

Los autores, distinguen para el trabajo de iniciación deportiva los juegos físico-recreativos, los cuales asumen como el conjunto de relación-acción, actividades necesariamente dinámicas que generan tanto el desarrollo físico, como el motor y a la vez placer a través de reglas preestablecidas o libremente escogidas, con espacios y tiempos definidos, con finalidad socializadora. En su concepción se considera el posicionamiento del pedagogo ruso Makarenko, quien afirmaba “...El juego sin esfuerzo, sin actividad dinámica es siempre un mal juego...”.

Entre los objetivos de estos juegos, se destacan los referentes a la condición física y motora; así como aquellos que tienen que ver con la formación de ciertos valores morales en los niños, por ejemplo:

- Potenciar las posibilidades de fuerza muscular, rapidez, la resistencia aerobia y el equilibrio.
- Fomentar las habilidades motrices básicas.
- Exaltar la autoestima y la solidaridad de los participantes.

- Fomentar hábitos de salud, disciplina, compañerismo, cooperación, responsabilidad.

- Desarrollar habilidades de liderazgo.
- Favorecer la integración.
- Beneficiar la comprensión y reconocimiento.
- Intercambiar ideas y experiencias durante su desarrollo.

Este tipo de juego adecuadamente seleccionado prepara al niño para actividades con mayores exigencias tecno-motoras, al propio tiempo que se divierten. En este caso, los autores consideran necesario potenciar los juegos físico-recreativos para la fuerza muscular, la rapidez, la resistencia aerobia y la coordinación (orientación espacial, equilibrio y ritmo), capacidades motoras susceptibles de ser desarrolladas en el periodo de edades típicas para la iniciación en la lucha deportiva (9-10 años) y por su compatibilidad con las exigencias de la preparación física del luchador.

Otro tipo de juego que se distingue como antecedente de la actividad competitiva, es decir de los ejercicios a ser ejecutados durante la competencia, como recurso preparatorio son los denominados juegos pre-deportivos (cuadro 1), los cuales tienen como objetivo fundamental iniciar a los practicantes en el aprendizaje de los elementos fundamentales de las técnicas, además de propiciar el desarrollo de las habilidades y capacidades motrices básicas.

Cuadro 1. Clasificación de los juegos pre-deportivos en genéricos y específicos (Programa de educación física –secundaria- 1990: 39).

JP Genéricos	JP Específicos
Su objetivo es el desarrollo de destrezas que se utilizan en varios deportes como recepción, lanzamiento, entre otras, sin utilizar específicamente canastas o porterías.	Pretenden la adquisición y ejecución específicamente de una actividad en particular de algún deporte.

El profesor para seleccionar los juegos pre-deportivos debe tener presente el momento de la preparación y su complejidad, estos se deben ejercitar suficientemente antes de aplicar variantes. Aunque ellos 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 para el que sirve de antecedente formativo.

Aspectos a tener en cuenta para obtener buenos resultados en el desarrollo de los juegos pre-deportivos: 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) y 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-se ofrecen bonificaciones-).

En el caso de la Lucha Deportiva G. S. Tumanian (1987) recomienda el uso de seis variantes de juegos pre-deportivos específicos (juegos de contacto, bloqueando los agarres, con agarres de ataque, por el espacio, de posiciones y combinados), los cuales comprenden partes o fases de los ejercicios competitivos y modelan determinadas situaciones típicas de esta actividad.

En este tipo de actividad lúdica (juegos físico-recreativos y pre-deportivos específicos) es recomendable observar un ordenamiento dado y para el caso, los autores asumen lo indicado por Torres Solís (1989: 32 – 33), sobre la estructuración del juego organizado, debiéndose considerar los siguientes puntos:

- a) *NOMBRE DEL JUEGO*. Resulta conveniente asignar una denominación específica al juego, ya que esto causa un efecto emocional agradable en los participantes y favorecer la buena disposición de los mismos para practicarlo, al solo hecho de escuchar el nombre de la actividad.
- b) *OBJETIVOS DEL JUEGO*. Es necesario determinar los fines de la actividad lúdica, pues auxilian al profesor para seleccionar el tipo de juego adecuado a los propósitos educativos.
- c) *EL AREA*. Tomar en cuenta el área de trabajo es cuestión fundamental, puesto que está determinada en gran parte del éxito de la actividad y seguridad de los participantes.
- d) *PARTICIPANTES*. Existen juegos propios para niños, para niñas y para ambos, o actividades de acuerdo con la edad y capacidad de los jugadores, por tanto, este punto debe de tenerse muy en cuenta al momento de estructurar un juego organizado.

- e) *FORMACIÓN*. Determinar la noción o tipo de formación que ha de adoptar los participantes, en y para el juego. Es bastante aconsejable, en cuanto que se economiza esfuerzo y la actividad se realiza con mayor fluidez y en forma disciplinada.
- f) *DESCRIPCIÓN*. Consiste en una breve reseña de la forma en que el juego se desarrolla y de los puntos esenciales que deben tenerse en cuenta sobre el mismo.
- g) *REGLAS*. Son las normas que deben acatar los participantes para el buen funcionamiento de las actividades; generalmente indican las condiciones de operación, los movimientos o maniobras permitidas o sancionadas y la forma en que un equipo o jugador es considerado como triunfador.
- h) *AUXILIARES*. Es la determinación de todo el material necesario y útil en el desenvolvimiento de la actividad lúdica.
- i) *GRAFICAS*. Es la expresión objetiva de los desplazamientos que los jugadores realizan durante la actividad.
- j) *VARIACIONES*. Son aquellos recursos que en un momento dado, refuerzan el interés por el juego, implicando una pequeña o breve modificación del mismo.

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 de los educandos.

El autor, concuerda con A. Pérez (1997) al afirmar que “...El niño no es un niño porque juega, sino que precisamente juega por ser niño. No puede pretenderse, por tanto, que deje de jugar para que se vuelva adulto, sino por el contrario es preciso que juegue para que sea un mejor hombre en el mañana”.

Conclusiones

El estudio teórico sobre las tendencias de la iniciación deportiva y su estado en la contemporaneidad refuerzan el papel del juego como actividad motora que favorece la formación deportiva desde la perspectiva del modelo horizontal estructural de enseñanza centrada en este tipo de actividad.

Las teorías modernas hacen un análisis donde se ve la interrelación entre lo biológico y lo social las 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 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 de manera particular en los juegos. Sin dudas que ellos constituyen un recurso educativo vital en la formación del hombre y es esencial, aprovechar las oportunidades que el proceso de enseñanza-aprendizaje ofrece para su uso como medio potenciador.

Bibliografía.

ALFONSO MACIA, R. (2012). Conjunto de juegos físico-recreativos para la preparación de los luchadores en la categoría 12-13 años. Tesis en opción al grado académico de Especialista en Lucha Deportiva. La Habana. UCCFD.

DOMÍNGUEZ, V y CARREÑO, J. E. (2003). Conjunto de juegos pre-deportivos de Voleibol y acciones metodológicas para las actividades de Educación Física del sexto grado. Tesis para optar por el grado académico de Master en Ciencias y Juegos Deportivos. ISCF. La Habana, 59 p.

FIGUEROA, M y COL. (2010). Programa de Preparación del deportista, Lucha Libre y greco / [et-al].-- La Habana: Ed Científico-Técnica.

GARCÍA SORIANO, J. A, et al. (1994). Contenidos educativos generales en educación infantil y primaria. Ed. AIJIBE. Pág. 233.

JUKOUSKAIA, R. I. (1976). La Educación Física del niño en el juego. Editorial Científico Técnica. La Habana. 207 p

PAULIN, L. et. al. (2002) “Diccionario Básico de conceptos sobre actividades Físico – Deportivas y Recreativas”. Ed. Supernova, México. Pág. 128 -130.

PÉREZ, A. (1997). Recreación. Fundamentos teóricos-metodológicos. Centro Histórico. México. DF.

Programa de educación física –secundaria- (1990). Secretaria de Educación Pública. México. Pág. 33

SÁNCHEZ BAÑUELOS, F. (1992) Didáctica de la Educación Física y el Deporte. Madrid, Editorial Gymnos.

TORRES Solís, J. A. (1989). Reflexiones sobre educación física. Ed. Didáctica Moderna, D.F. México, pág. 32 - 33.

TUMANJAN, G. S. (1985) La Lucha Deportiva. Moscú. Editorial Cultura Física y Deportes, 142 p (Texto en ruso)

WATSON BROWN H. 2008. Teoría y práctica de los juegos. Editorial Deportes. Ciudad de La Habana. 191p.