

PASOS METODOLÓGICOS EN EL CONJUNTO DE JUEGOS PARA LAS HABILIDADES CORRER Y SALTAR DE LA CATEGORÍA 8-9 AÑOS DEL DEPORTE DE ATLETISMO DEL COMBINADO DEPORTIVO “GUSTAVO GONZÁLEZ”

MSc, Mercedes María López Torres¹, MSc. Wualquiria Santana González²

1. Dirección Municipal de Deportes. Pedro Betancourt

Matanzas, Cuba.

2. Combinado Deportivo ·1 Gustavo González. Pedro Betancourt

Matanzas, Cuba.

Resumen

En el proceso de preparación del deportista la utilización de los pasos metodológicos del conjunto de juegos para las habilidades correr y saltar en el deporte de atletismo es de suma importancia para desarrollar estas habilidades, sin embargo en la actualidad es insuficiente la utilización de los mismos. Por ello el autor se ha propuesto determinar las causas de la deficiente utilización de los pasos metodológicos en el conjunto de juegos para las habilidades correr y saltar en las sesiones de entrenamiento de la categoría 8-9 años del deporte de atletismo del combinado deportivo “Gustavo González, del municipio Pedro Betancourt. En este sentido la metodología empleada fueron los métodos teóricos como Inductivo –Deductivo Analítico sintético entre otros, y los del nivel empíricos como la entrevista, la observación la encuesta y revisión de documentos, conformaron la muestra 6 trabajadores 4 profesores de atletismo 1 jefe de cátedra y 1 subdirectora deportiva.

Palabras claves: Juegos deportivos, Entrenamiento deportivos y preparación física

Introducción

La preparación de un atleta depende del trabajo realizado durante un largo período, por lo que resulta recomendable su iniciación en edades tempranas, sin embargo, es de vital importancia el trabajo multilateral, lo que garantizará el futuro del alto rendimiento.

La iniciación temprana de estos deportistas constituye el proceso de enseñanza inicial adecuado de los elementos básicos del atletismo, garantizando el futuro desarrollo en los resultados deportivos.

El objetivo fundamental es el aprendizaje de los elementos principales de la técnica de distintas disciplinas del atletismo, y de estas su gran gama de ejercicios, de esta forma coadyuvamos, junto a la preparación que propician los juegos variados, a formar y aumentar el fondo de hábitos y habilidades tan necesarias para enfrentar las futuras exigencias en etapas posteriores. En esta etapa prevalece la ejecución práctica tanto para la demostración del profesor como para el trabajo del pequeño atleta.

.El área deportiva, dentro del atletismo, está constituida por un grupo de pruebas de carreras saltos y lanzamientos, que se caracterizan con diferente forma de manifestarse (Técnico, Resistente y Veloz).

Los juegos se deben seleccionar de acuerdo a los objetivos propuestos para cada clase y estarán en correspondencia con el nivel de desarrollo de las habilidades motrices y de las capacidades físicas alcanzadas por el alumno.

En las Orientaciones Metodológicas se sugieren para algunos juegos medidas como: distancias a recorrer, alturas y otros requisitos; pero es en definitiva el profesor el que podrá determinar para cada juego qué medidas utilizará teniendo en cuenta las particularidades de sus alumnos o el área de trabajo con que cuenta.

La iniciación en cualquier tipo de juego, debe llevarse a cabo en las edades correspondientes a la educación infantil, para proseguir durante el desarrollo del niño en los diferentes ciclos posteriores.

Situación Problemática: En observaciones realizadas a las clases de atletismo de la categoría 8-9 años en el combinado deportivo Gustavo González se pudo apreciar que existía una deficiente utilización de los pasos metodológicos del conjuntos de juegos para mejorar las habilidades correr y saltar en esos atletas.

Problema de investigación ¿cuáles son las causas de la deficiente utilización de lo pasos metodológicos en los conjuntos de juegos para mejorar las habilidades correr y saltar en las sesiones de entrenamiento de la categoría 8 – 9 años del deporte de atletismo del combinado deportivo “Gustavo González”, del municipio Pedro Betancourt? .

Objeto de estudio está dirigido al Proceso de preparación del deportista.

El objetivo general. Determinar las causas de la deficiente utilización de los pasos metodológicos en el conjunto de juegos para las habilidades correr y saltar en las sesiones de entrenamiento de la categoría 8 – 9 años del deporte de atletismo del combinado deportivo “Gustavo González, del municipio Pedro Betancourt,

Campo de acción. Los pasos metodológicos en el conjunto de juegos para las habilidades correr y saltar en las sesiones de entrenamiento de la categoría 8 – 9 años del deporte de atletismo del combinado deportivo “Gustavo González, del municipio Pedro Betancourt.

Preguntas científicas

1-¿Qué plantean los referentes teóricos metodológicos sobre la importancia de la utilización de los pasos metodológicos en el conjunto de juegos para las habilidades correr y saltar?

2-¿Qué conocimiento actual tienen los profesores del deporte de atletismo sobre la utilización de los pasos metodológicos en el conjunto de juegos para las habilidades correr y saltar?

3-¿Qué control y supervisión realizan la subdirectora y jefe de cátedra en los profesores sobre la utilización de los pasos metodológicos en el conjunto de juegos para las habilidades correr y saltar en las sesiones de entrenamiento de la categoría 8 – 9 años del deporte de atletismo?

4-¿Qué causas provocan la deficiente utilización de los pasos metodológicos en el conjunto de juegos para las habilidades correr y saltar en las sesiones de entrenamiento?

Tareas Científicas

1- Profundización en los referentes teóricos metodológicos que fundamentan la importancia de la utilización de los pasos metodológicos en el conjunto de juegos para las habilidades correr y saltar.

2- Valoración del conocimiento que tienen los profesores del deporte de atletismo sobre la utilización de los pasos metodológicos en el conjunto de juegos para las habilidades correr y saltar.

3- Comprobación del control y supervisión de la subdirectora y jefe de cátedra a los profesores sobre la utilización de los pasos metodológicos en el conjunto de juegos para las habilidades correr y saltar en las sesiones de entrenamiento de la categoría 8 – 9 años del deporte de atletismo.

4- Identificación de las causas que provocan la deficiente utilización de los pasos metodológicos en el conjunto de juegos para las habilidades correr y saltar durante el desarrollo de las sesiones de entrenamiento.

Marco teórico conceptual

I.1 Generalidades de las Habilidades Básicas

La preparación de un atleta depende del trabajo realizado durante un largo período, por lo que resulta recomendable su iniciación en edades tempranas, sin embargo, es de vital importancia el trabajo multilateral, lo que garantizará el futuro del alto rendimiento.

La iniciación temprana de estos deportista constituye el proceso de enseñanza inicial adecuado de los elementos básicos del atletismo, garantizando el futuro desarrollo en los resultados deportivos.

El objetivo fundamental es el aprendizaje de los elementos principales de la técnica de distintas disciplinas del atletismo, y de estas su gran gama de ejercicios, de esta forma coadyuvamos, junto a la preparación que propician los juegos variados, a formar y aumentar el fondo de hábitos y habilidades tan necesarias para enfrentar las futuras exigencias en etapas posteriores. En esta etapa prevalece la ejecución práctica tanto para la demostración del profesor como para el trabajo del pequeño atleta.

Características del Desarrollo Motor en la etapa de 6-9 años:

En esta etapa los factores determinantes del desarrollo se han hecho más diversos e intrincados. La formación de movimientos se efectúa de forma cada vez más dirigida, es relativamente armónica, fluida y equilibrada, aunque todavía algo imprecisos, la movilidad constituye el rasgo fundamental del comportamiento motor, se encuentra continuamente en movimiento y con el mínimo estímulo se impulsa esa movilidad, por lo que no acostumbra a perseverar largo tiempo en una actividad, aunque al final de la etapa (9 años) se concentra más tiempo y no lo distrae cualquier cosa. En esta etapa se establecen diferencias entre hembras y varones, ya que las niñas muestran preferencia por movimientos distintos a los varones, motivando cierta diferencia en los resultados, por ejemplo: Los lanzamientos.

Los juegos ocupan un amplio lugar en las clases.

1ro. Por su gran emotividad.

2do. Resultan atractivos.

3ro. Enriquecen la coordinación de los movimientos.

Debido a sus características, las habilidades correr y saltar, no sólo se consideran de gran importancia para lograr un desarrollo multifuncional en el niño, también de forma muy

aparejada se encuentra todo lo relacionado con el componente psicológico, particularidades cognitivas de la personalidad como:

Representaciones, Sensaciones, Percepciones, Atención, Memoria, Otros.

Cada una de estas particularidades alcanzan un alto grado de efectividad durante la realización de las habilidades correr y saltar

Fundamentos generales de los juegos.

Bosquejo histórico del origen y surgimiento de los juegos

Los juegos, son un fenómeno histórico en el desarrollo social y cultural de la humanidad. Su diversidad es inmensa. Ellos reflejan todas las esferas de la creación material y espiritual de las personas, trasciende los tiempos y los espacios, no conoce las fronteras, su idioma es internacional pues cuando se juega no hay barrera para su comprensión, a través del juego resulta más fácil comprender cualquier información.

El juego es una actividad espontánea y placentera, que contribuye a la educación integral del niño como elemento formador y desarrollador. Se caracteriza como un medio de educación pedagógica complejo. Su complejidad está dada en la formación de los hábitos motores, desarrollo y perfeccionamiento de cualidades vitales importantes, tales como físicas, intelectuales, morales y volitivas, de ahí su importancia y el interés en que se apliquen como elemento esencial dentro de la clase.

DEFINICIONES DE AUTORES

Concepto de juego:

Etimológicamente el juego viene de:

Jocus: Que significa ligereza, frivolidad, pasatiempo.

Ludus: Que es el acto de jugar.

La Real Academia Española lo define como: La acción de jugar, pasatiempo o diversión, ejercicio recreativo sujeto a ciertas reglas.

Juego. (Del lat. *iocus*). m. Acción y efecto de jugar. Ejercicio recreativo sometido a reglas, y en el cual se gana o se pierde.

Núñez de Villavicencio en su texto Psicología y Salud sintetiza que la percepción es el proceso psíquico mediante el cual se reflejan integralmente los objetos, fenómenos y acontecimientos en forma de imágenes concretas e inmediatas

Petrovski en Psicología General la conceptualiza de una forma similar pero le agrega que durante la misma se realiza el ordenamiento y la asociación de las distintas sensaciones en imágenes integrales de cosas y hechos.

Todos ellos coinciden en que la percepción es un proceso psíquico – cognoscitivo que se alcanza durante la ontogénesis, como resultado de la maduración y adaptación de determinadas estructuras anatomofisiológicas del sistema nervioso. De aquí se derivan que no están presentes en el nacimiento y su dependencia socio histórica, pues surge y se desarrolla en el proceso de apropiación de la cultura, lo cual le imprime su sello múltiples investigaciones lo evidencian.

Con respecto a su clasificación podemos decir que se agrupan de la siguiente manera:

Según el Analizador que predomina visuales, olfativas, Auditivas, táctiles, gustativas

Distancia. Según la forma de materia que refleja

Del Espacio .Forma, Relieve, tamaño

Del Tiempo. Duración , velocidad

Del Movimiento .Variación de las posiciones

En el texto Psicología General para los Institutos Superiores Tomo 2 aparece otra clasificación:

Percepciones Involuntarias: se manifiesta cuando percibimos el objeto sin que nos guíe un fin, sin premeditación, sin que nos hayamos planteado la tarea de percibir.

Percepciones Voluntarias: se manifiestan cuando percibimos un objeto o fenómeno de la realidad.

De igual modo posee varias características como se refleja a continuación:

Objetividad: a través de ella el hombre refleja las relaciones formales entre los elementos y propiedades de los objetos y fenómenos conociéndolos mejor y llevando implícito la conciencia de la existencia de ello como algo distinto e independiente de nosotros mismos.

Integridad: es la percepción de los objetos que nos rodean como un todo único, sin reflejar cualidades aisladas. Ejemplo: la voz de alguien nos provoca su imagen.

Racionalidad: se manifiesta cuando luego de percibir algo se le atribuye automáticamente un reconocimiento, una categoría verbal (nombre); o sea lo identificamos.

Constancia: aunque en las condiciones en que se lleva a cabo la percepción se manifieste una constante variación, esta siempre se presentará con iguales características (forma, color, tamaño).

Selectividad: la actividad de la conciencia se manifiesta en la percepción con un carácter selectivo, el hombre percibe objetos y fenómenos según situaciones o posiciones en los cuales se encuentre.

Percepción: demuestra conjuntamente con la selectividad que el hombre no es una máquina que refleja el mundo, sino que lo hace con su personalidad. No son analizadores, ni el cerebro el que percibe sino el hombre como un todo, y al percibir se ponen de manifiesto sus motivaciones, necesidades, deseos, actitudes, sentimientos ante lo percibido. Es la influencia que recibe la percepción de los conocimientos acumulados hasta el momento. También se manifiesta en la tendencia a no ver defectos, errores y dificultades en personas u objetospreciados.

Algunos autores denominan la Racionalidad como Comprensión pero plantean la misma esencia para esta característica, así como no hacen referencia a la percepción como una de las características de este proceso.

Carácter del movimiento (flexión, extensión, estiramiento).

Forma del movimiento (rectilínea, circular).

Amplitud del movimiento (derecha, izquierda, arriba, abajo).

Duración del movimiento (breve, prolongado).

Velocidad del movimiento (rápido, lento).

Aceleración de movimiento (acelerado, no acelerado).

Finalmente, se debe señalar que la atención a las diferencias individuales, la relación con la familia, el conocimiento profundo de cada niño, posibilitará al maestro influir de una forma más positiva en el desarrollo de la personalidad de sus alumnos que han de transitar hacia el tercer grado felices, ávidos de seguir aprendiendo, educados en las cualidades a que aspira nuestra sociedad y que son posibles lograr en un niño de esta edad.

Aspectos a tener en cuenta al desarrollar los juegos

Enseñar los juegos en orden creciente de dificultad

Mantener las condiciones higiénicas y de seguridad en el área

Subdividir el grupo en otros menos numerosos para que puedan ejercitarse más las habilidades

Atender las diferencias individuales

Hacer que los niños participen activamente sin pérdida de tiempo de actividad.

Papel del Profesor en la dirección del juego y su colocación:

La dirección del juego comienza cuando el profesor da la orientación para que se inicie el mismo. Debe tratar en lo posible que no sea necesario el abandono del juego por parte de los jugadores, no obstante, si se realiza algún juego con eliminación, es conveniente que los eliminados comiencen rápidamente un juego. Las decisiones deben darlas a conocer en forma clara, en voz alta y posteriormente crear un ambiente amistoso entre los jugadores.

Antes de comenzar con las explicaciones de un juego, el profesor debe tener en cuenta:

1. Que el grupo de alumnos esté en una forma adecuada que les permita ver y oír las explicaciones y demostraciones, a su vez el profesor debe tener una visión general de todo el grupo. Se recomienda que durante la explicación del juego el profesor sienta a los alumnos.

2. No debe quedar ninguno a espaldas del profesor, así como evitar que los alumnos estén frente al sol.

3. Que la atención de los alumnos no se desvíe hacia otras actividades que se realicen a su alrededor.

I.2.6 Pasos Metodológicos para la enseñanza del Juego:

1. Enunciación del Juego: Dar a conocer el nombre del juego que se va a desarrollar.

2. Motivación y Explicación: Se realizará inmediatamente después de la enunciación, consiste en la conversación o cuento que hace el profesor con el fin de interesar a los alumnos por la actividad, en ocasiones de una buena motivación depende en parte el éxito de la actividad. Por otra parte la explicación debe ser comprensible, conjuntamente con la descripción y la utilización de los medios audiovisuales de los juegos. El valor de la descripción consiste en la forma artística de exponer el contenido, que debe ser atractiva y dramatizada, con los alumnos mayores donde los juegos y sus reglamentos son más complejos, se realiza una explicación del contenido y de las reglas.

3. Organización y Formación: En este caso se incluye todo lo concerniente a la distribución, selección apropiada de los guías del grupo y formación de equipos que no sean desnivelados y propicie que decaiga el interés por el juego.

4 Demostración: Consiste en aclarar los objetivos del juego y explicar de forma más sencilla, ya sea el profesor con algunos alumnos o con todo el grupo la forma en que se debe llevar a cabo el juego.

5 Práctica del Juego: Una vez que se ha demostrado el juego debemos llevarlo a la práctica, a la señal del profesor el juego comienza, aprovechándose todas las situaciones de duda que se produzcan para detenerlo y hacer aclaraciones que faciliten la comprensión del mismo. El profesor debe procurar que todos los alumnos participen para que reafirmen el aprendizaje de la actividad, además, actuará como árbitro y enmendará las faltas cometidas. Aplicación de las Reglas: Durante la práctica del juego, se van explicando las reglas o sea, los aspectos que los alumnos deben tener en cuenta para que el juego se desarrolle con éxito.

6. Desarrollo: Consiste en la ejecución del juego hasta llegar a su resultado final, no se procederá a su realización hasta que todos los participantes lo hayan comprendido.

Variantes: Después que se ha desarrollado el juego, el profesor puede realizar variantes y junto con éstas la introducción de nuevas reglas. La variante consiste en que utilizando la misma organización, se puedan cambiar los desplazamientos, aumentar la complejidad, etc., siempre cumpliendo el objetivo trazado.

7. Evaluación: Aquí evaluamos los resultados del juego, los esfuerzos del grupo y de los alumnos en particular.

Regulación de las cargas físicas:

Los juegos motrices representan un complejo proceso motor, donde influyen diferentes excitaciones. Algunos procesos están dados por una fuerte carga física con gran tensión nerviosa y otras de relajamiento que varía por la fuerza y emociones que refleja la conducta del alumno.

La carga física en el juego se puede regular de la siguiente forma:

Disminuyendo el tiempo ,Acortando la distancia o dimensiones del terreno , Utilizando mayor número de jugadores , Disminuyendo el número de repeticiones (entre otras)

El estado de los participantes está determinado por diferentes rasgos:

- Sofocación, Aceleración del pulso, Temblor de las extremidades, superiores e inferiores, Postura incorrecta, Palidez en el rostro , Actividad y atención disminuida , Lentitud de los movimientos .

En el niño todos estos factores se ven menos afectados por la emoción y el deseo de jugar, la expresión exterior del estado de los participantes puede engañar al profesor y la sensación

interior engañar al mismo jugador, y esto puede ocasionar la sobrecarga. Durante los juegos, la aplicación de las cargas tiene gran importancia, ya que éstas deben ser moderadas y planificadas, por lo que se le recomienda en la aplicación de este principio, comenzar con juegos conocidos, no muy excitantes y luego pasar a juegos de mayor dificultad.

Capítulo II Diseño Metodológico.

Este capítulo presenta inicialmente la estrategia metodológica de la investigación, que incluye los métodos de la investigación científica tanto del nivel teórico como empírico que fueron utilizados en esta investigación, así como el conjunto de juegos para las habilidades de correr y salta, posteriormente se presenta el análisis de los resultados generales e individuales de las observaciones realizadas a los profesores que conformaron la muestra y se realizan las valoraciones correspondientes.

II.1 Estrategia metodológica

Como método general el Dialéctico Materialista, que tiene valor metodológico en la investigación que se realiza y sustenta el resto de los métodos empleados entre los que se encuentran.

Del nivel teórico: Histórico – Lógico: Analítico-Sintético: Inductivo – Deductivo:

De nivel empírico se utilizaron los siguientes métodos:

Encuestas: Entrevistas: Observación: Revisión de documentos.

Métodos Matemáticos y Estadísticos

Técnicas utilizadas: Sumatoria. Por ciento.

Los materiales utilizados:

Para el desarrollo de este trabajo se utilizaron los siguientes materiales:

Papel .Lápiz. Computador

El trabajo se realizó en el área deportiva de atletismo del combinado deportivo No.1 “Gustavo González, perteneciente al Municipio Pedro Betancourt en la Provincia de Matanzas. El mismo se encuentra ubicado en la calle 25 esquina 26, cuenta con una fuerza técnica en el deporte de atletismo de 10 profesores 1 subdirector deportivo y 1 jefe de cátedra 1 instalación para impartir el deporte antes mencionado.

Se utilizó una muestra de 6 docentes, 4 profesores, 1 Jefe de Cátedra y 1 subdirectora del combinado, que representa el 50% de la población, nos dimos a la tarea de ejecutar nuestra investigación con un tema del centro solicitado por el departamento municipal de formación

deportiva de nuestro territorio, dadas las dificultades encontradas en las visitas realizadas a las sesiones de entrenamiento observándose problemas en la utilización de los pasos metodológicos en el conjunto de juegos para las habilidades correr y saltar en atletas.

m u e s t r a	Canti dad	Nivel cultural		Promedio de Años de experiencia
		L i c	T / M	
P r o f e s o r e s	4	2	2	10

S u b d i r e c t o r a d e p o r t i v a	1	1	-	5
J e f e d e c á t e d r a	1	1	-	3

Caracterización de la muestra.



CD Monografías 2018
(c) 2018, Universidad de Matanzas
ISBN: 978-959-16-4235-6

II.2 Conjunto de juegos para correr y saltar de la categoría 8 – 9 años

Juegos de correr

Nombre: Corre más que la pelota

Objetivos: Mejorar la rapidez de traslación y ejercitar la habilidad de correr.

Materiales: pelotas

Organización: Trazar en el piso dos líneas paralelas separadas entre sí a una distancia determinada previamente por el profesor. Detrás de una de las líneas se sitúan los niños en una fila. El maestro de colocará en un extremo de la fila con una pelota en la mano.

Desarrollo: Para iniciar el juego el maestro dice: "corre más que la pelota" e impulsa esta al frente haciéndola rodar a gran velocidad y en dirección a la otra línea. A esta voz los niños salen corriendo procurando llegar a la línea antes que la pelota. Al impulsar la pelota, el profesor debe hacerlo separado de los niños para que no tropiecen con ella en el momento de la carrera. (Fig. 24)

Regla: Los niños no deben salir antes de la voz o señal del maestro.

Nombre: Cambia de lugar

Objetivos: Mejorar la rapidez de reacción, orientación espacial y ejercitar la habilidad de correr.

Organización: Se forman dos filas situadas frente a frente detrás de una línea con una separación determinada por el profesor.

Desarrollo: A la señal del maestro, los alumnos de ambas filas corren para cambiar sus puestos. Gana el equipo que llegue y forme primero.

Regla: Al hacer el cambio de lugar, los niños no deben tocarse entre sí

Variante: Cambiar la posición de salida de los alumnos para realizar la carrera (sentados, acostados, etc.)

Nombre: Señal roja

Objetivos: Mejorar la rapidez, capacidad de reacción y ejercitar la habilidad de correr

Materiales: banderitas, pañuelos u objetos de color rojo

Organización: Se forma a los alumnos en filas, detrás de una línea de salida. A cierta distancia de esta, se traza una línea de llegada donde se sitúa el maestro con la banderita o el objeto de color rojo.

Desarrollo: A una señal del maestro, los niños corren lentamente en dirección a la otra línea y cuando este levante la banderita u objeto, los niños correrán rápido hasta llegar a la línea final.

Regla: Los niños no deben correr rápido antes de la señal roja

Variante: El maestro puede dar una señal para que los niños corran hacia atrás y una segunda señal para que se detengan.

Nombre: Ida y vuelta

Objetivos: Mejorar la rapidez de traslación, la agilidad y ejercitar la habilidad de correr

Materiales: Pelotas grandes u objetos similares

Organización: Se forman equipos en hileras detrás de una línea de partida. A una distancia determinada por el profesor y frente a cada hilera se dibuja un círculo y dentro de este se colocan dos pelotas.

Desarrollo: A una señal del profesor el primer niño de cada hilera sale corriendo hacia el círculo, recoge las dos pelotas, regresa corriendo a entregársela al siguiente niño y se incorpora al final de su hilera. El niño que recibe las pelotas corre y las deja dentro del círculo regresando a tocar al próximo compañero. Gana el equipo que primero termine y realice correctamente la actividad.

Regla: Las pelotas deben ser entregadas (no tiradas) al niño que comienza el recorrido

Nombre: Busca tu número

Objetivos: Mejorar la rapidez y ejercitar la habilidad de correr

Materiales: Cajitas, cestos y tarjetas numeradas

Organización: Se forman los equipos en hileras, con numeración hasta el 10 como máximo. Cada equipo se sitúa detrás de una línea de salida, a 10 metros aproximadamente y frente a cada equipo se coloca una caja o cesto que contiene tantas tarjetas numeradas como niños tenga la hilera.

Desarrollo: A la señal del maestro, el primer niño de cada equipo sale corriendo hacia la cajita o cesto, busca el número 1, lo coge y regresa corriendo a tocar al niño que le sigue; este va a buscar el número que le corresponde (2) y así sucesivamente hasta que todos

hayan terminado. Gana el equipo que primero termine y que cada niño haya identificado su número

Nombre: Llegando primero

Objetivo: Mejorar la rapidez, fuerza de brazos y piernas, coordinación y agilidad.

Materiales: Tizas, banderitas

Organización: Se forman equipos en hileras detrás de una línea de salida. A una distancia determinada por el profesor, se traza una línea de llegada. Frente a cada equipo, a cuatro metros aproximadamente, se coloca una señal.

Desarrollo: A la señal del maestro, el primer alumno de cada equipo avanza en cuadrupedia y al llegar a la señal corre hasta la línea de llegada. Cuando termina el recorrido regresa corriendo para darle salida al siguiente niño de su equipo y se incorpora al final de su hilera. Gana el equipo que primero termine y realice correctamente la actividad.

Regla: La cuadrupedia se debe realizar con apoyo de manos y pies.

Variante: Sustituir la cuadrupedia por saltos u otra acción posible.

Nombre: Transporta la carga

Objetivos: Transportar objetos, mejorar la fuerza de brazos.

Materiales: sacos llenos de objetos ligeros o pelotas medianas.

Organización: Se forman equipos en hileras divididas en dos, una frente a otra, con una separación de 10 metros aproximadamente. El primero de una de ellas sostiene el saco, lleno de objetos.

Desarrollo: A una señal del maestro el que sostiene la carga sale corriendo con esta apoyada sobre la espalda, se la entrega al compañero que está situado frente a él y se incorpora al final de la hilera de aquel. El que recibe la carga repite la acción y así sucesivamente hasta que todos la hayan transportado. Gana el equipo que primero termine de realizar la actividad.

Nombre: Liebre deja que te coja.

Objetivos: Mejorar la rapidez y la fuerza de piernas.

Materiales: Distintivos.

Organización: Se colocan los alumnos dispersos por el área. Se selecciona tres o cuatro niños que harán de lobos (atrapadores), que se diferenciarán por los distintivos del resto de los alumnos que harán de liebres.

Desarrollo: A la señal del maestro con la expresión ¡Liebre, deja que te coja!, los niños que hacen de lobos tratarán de capturar a los que hacen de liebres. En el momento de tocar a un niño se expresará la frase ¡Detente liebre!, Esta se colocará en posición de cuclillas; podrá ser rescatada por otra liebre mediante un toque acompañado de la frase ¡Corre liebre!. Al transcurrir un tiempo determinado se intercambian los niños que hacen de lobos y de liebres

Regla: Los niños que salgan de los límites del área establecidos se consideran atrapados.

Nombre: Los cubitos de colores.

Objetivos: Ejercitar la habilidad de correr. Mejorar la agilidad.

Materiales: Cubitos y tablillas o cartones pintados de diferentes colores.

Organización: Se formarán equipos con igual número de jugadores, estos se colocarán en hileras detrás de una línea de salida marcada previamente. Delante de cada equipo a unos 15 o 20 mts aproximadamente se colocará una tabla sobre la que se ubican tres cubitos de diferentes colores. A unos 2 mts de esta, habrá tres tablas más, separadas entre si por 50 cm, con el color de cada uno de los cubitos.

Desarrollo: A la señal de profesor, el primer alumno de cada equipo correrá hacia los cubitos y recogerá uno; irá hacia donde están las tablas y colocará el cubito sobre la tabla que tiene su mismo color. Rápidamente, tomará otro para correr a depositarlo en la tabla del color que le corresponde y así hasta terminar con los tres cubitos. Luego correrá hacia su equipo, tocando al siguiente compañero e incorporándose al final de la hilera. Inmediatamente el siguiente alumno, emprende la carrera, para esta vez recoger uno a uno los cubitos, poniéndolos sobre la tabla destinada a ellos. Así sucesivamente continúa el juego hasta que todos hayan participado

Reglas:

Los cubitos deben quedar colocados correctamente encima de la tabla.

Los cubitos se colocan y se recogen uno a uno.

Nombre: El rescate.

Objetivo: Ejercitar la habilidad de correr. Mejorar la rapidez y la coordinación.

Organización: Se forman los equipos en hileras, situados detrás de una línea de salida, a 15 o 20 mts de esta, se traza una línea de llegada. En la línea de llegada, frente a cada equipo, se coloca un niño, que será el capitán del equipo.

Desarrollo: A la señal del profesor, el capitán de cada equipo sale corriendo a buscar al primer compañero de la hilera y lo lleva tomado de la mano hasta la línea de llegada, lugar donde permanecerá el capitán. El otro niño regresa hasta la hilera para repetir la acción, y así sucesivamente hasta que todos hayan sido rescatados

Reglas:

Los niños tienen que trasladarse tomados de la mano, desde la línea de partida hasta la de llegada.

Cada niño que llega es el que sale a buscar el siguiente compañero.

Nombre: Saltando obstáculos.

Objetivos: Mejorar la rapidez, coordinación y la anticipación.

Materiales: Cajas u obstáculos.

Organización: Se forman equipos en hileras, situados detrás de una línea de salida. A tres metros de esta se colocan dos obstáculos de 30 cm de altura aproximadamente, separados entre sí por 5 mts. A 5mts del último obstáculo se traza la línea de llegada.

Desarrollo: A la señal del maestro, el primer niño de cada equipo sale corriendo al frente, saltando cada uno de los obstáculos. Sigue hasta la línea de llegada, la pisa y regresa corriendo hacia su equipo, para darle salida al siguiente jugador. Después se incorpora al final de su hilera. Gana el equipo que primero termine y sus integrantes realicen correctamente la actividad

Nombre: Carrera bordeando obstáculos.

Objetivos: Mejorar la rapidez, coordinación y la anticipación.

Materiales: Obstáculos.

Organización: Los equipos se forman en hileras, detrás de una línea de salida, marcada previamente, A una distancia de 15 m. aproximadamente se traza una línea de llegada. Frente a cada equipo se colocan obstáculos, de forma tal, que los alumnos puedan realizar la carrera bordeándolos.

Desarrollo: A la señal del profesor, el primer niño de cada equipo correrá realizando un cambio de dirección al llegar a cada obstáculo. Regresará corriendo en línea recta, tocará al compañero que le sigue y se incorporará al final de su hilera

Nombre: Cambio de cubos.

Objetivos: Mejorar la rapidez, la agilidad y la coordinación de los movimientos

Materiales: Cubitos de diferentes colores.

Organización: Se forman los equipos en hileras. Para cada equipo se trazarán cuatro círculos (el primero, al frente de cada hilera, estará a un metro de separación de la línea de salida), colocados de forma alterna y con una separación entre sí de 3 - 4 m. aproximadamente. Cada círculo tendrá en su centro un cubito de diferente color.

Desarrollo: A la señal del profesor, el primer niño de cada hilera corre y toma el cubito que está dentro del primer círculo y lo pasa al segundo; el del segundo lo pasa para el tercer círculo, y el del tercero, para el cuarto; después toma el cubito del cuarto círculo y corre en línea recta, para depositarlo en el primer círculo. Seguidamente regresará a su equipo para darle salida al siguiente compañero y se incorporará al final de su hilera

Regla: Los cubitos no se pueden tirar y deberán quedar bien colocados dentro de los círculos.

Nombre: Asalto al enemigo

Objetivo: Ejercitar la habilidad de correr (persecución)

Materiales: Banderitas

Organización y desarrollo: Se forman dos equipos, cada uno de estos tratará de tomar la bandera contraria colocada en el extremo contrario del área y llevarla para su parte. Si el jugador que ha tomado la bandera es tocado por un contrario deberá dejarla al momento (no podrá tirarla o pasarla) y se regresará al lugar de origen. Resulta ganador el equipo que logra llevar la bandera para su área.

Juegos de saltar

Nombre: Mar y arena.

Objetivos: Ejercitar la habilidad de saltar.

Organización: Se trazan grandes círculos que representan el mar, alrededor de estos se ubican los niños. La parte externa de cada círculo representa la arena.

Desarrollo: A la voz del maestro: ¡Al mar! todos los niños saltan con ambos pies hacia el interior del círculo e imitan los movimientos de los brazos al nadar. A la señal: ¡A la arena! todos saltan fuera del círculo

Nombre: Salta igual que la pelota.

Objetivos: Mejorar la fuerza de piernas e identificar las formaciones.

Material: Pelota grande.

Organización: Los alumnos se organizan en equipos de acuerdo con la indicación del maestro (círculo, filas, hileras).

Desarrollo: El maestro hace rebotar la pelota variando la velocidad (lenta, rápida). Mientras la pelota rebote los alumnos saltan en el lugar al mismo tiempo. Cuando el maestro detenga el movimiento indica un cambio de formación y los alumnos de cada equipo corren y cumplen la orden dada. Posteriormente comienza el juego con otra formación y así sucesivamente hasta que ejerciten todas las formaciones aprendidas.

Variante: Pueden saltar de otras formas.

Nombre: Recorrido sobre figuras geométricas.

Objetivos: Ejercitar la habilidad de saltar, mejorar la coordinación y la fuerza de piernas.

Materiales: Tizas y figuras de cartón, madera etc.

Organización: Se forman los equipos en hileras, detrás de una línea de partida. Frente a cada hilera, a 1 metro de distancia, se dibujan tres figuras geométricas (cuadrado, círculo y triángulo)

Desarrollo: A la señal del maestro sale el primer niño de cada hilera saltando y bordeando cada figura; al terminar regresa corriendo y se incorpora al final de su hilera. El siguiente niño inicia su recorrido cuando el que le antecede esté bordeando la segunda figura, y así sucesivamente hasta que todos hayan realizado el recorrido.

Nombre: Saltar el río

Objetivos: Mejorar la rapidez, ejercitar las habilidades de correr y saltar

Materiales: Tizas.

Organización: Se organiza a los alumnos en hileras detrás de una línea de salida, a una distancia determinada por el profesor se trazan dos líneas paralelas que representan el río separadas entre si 40 cm.

Desarrollo: A la señal del maestro, el primer niño de cada hilera corre en dirección al río y lo pasa mediante un salto con una sola pierna, si pisar el río ni las líneas que lo limitan. Al regreso realiza la misma acción y continúa corriendo para tocar al compañero que espera e incorporarse al final de su hilera. El juego continúa hasta que todos hayan saltado el río. El niño que haya pasado el río sin dificultad anota un punto para su equipo. Gana el equipo que más puntos acumule.

Nombre: Salta y llega en un pie.

Objetivo: Ejercitar la habilidad de saltar con una pierna.

Organización: Los alumnos forman en hileras detrás de una línea de partida. A 3 - 5 metros aproximadamente se traza la línea de llegada.

Desarrollo: A la señal de salida, el primer alumno de cada hilera sale saltando con un solo pie en dirección a la línea de llegada, al llegar a esta levanta la mano, que es la señal para la salida del compañero que le sigue, y así sucesivamente hasta que todos hayan vencido la distancia. Gana el equipo que primero termine y tenga todos sus integrantes formados en la línea de llegada

Nombre: Saltando obstáculos

Objetivos: Ejercitar las habilidades de correr y saltar, mejorar la coordinación.

Materiales: Cubos plásticos o cajas de cartón

Organización: Se forman los equipos en hileras detrás de una línea de salida, a una distancia determinada por el profesor se traza una de llegada. Frente a cada equipo se colocan dos obstáculos de 20 cm de altura aproximadamente separados entre si 4 metros.

Desarrollo: El primer alumno de cada hilera sale corriendo al frente, salta por encima de los obstáculos, sigue hasta la línea de llegada, la pisa, regresa corriendo hacia su equipo para darle salida al siguiente jugador y se incorpora al final de su hilera. Gana el equipo que primero termine y realice correctamente la actividad

Regla: Se debe esperar la salida detrás de la línea.

Nombre: Canguro saltador

Objetivos: Mejorar la fuerza de piernas y la coordinación, ejercitar la habilidad de saltar.

Materiales: Pelotas

Organización: Se forman los equipos en hileras detrás de una línea de salida, a una distancia determinada por el profesor se traza una de llegada. El primer alumno de cada equipo sostiene una pelota.

Desarrollo: A la señal del maestro sale el primer alumno de cada hilera saltando con la pelota entre las piernas, imitando a un canguro, hasta la línea de llegada, toma la pelota en sus manos, corre a entregarla al compañero siguiente y se incorpora al final de su hilera. Gana el equipo que primero termine y realice correctamente la actividad.

Regla: Al alumno que se le caiga la pelota debe colocársela entre las piernas en el lugar donde se le cayó y continuar el juego.

Variante: Saltar con la pelota en otra posición.

Nombre: Relevé en salto.

Objetivo: Ejercitar la habilidad de saltar:

Materiales: Banderitas u otros objetos.

Organización: Se forman los equipos en hileras divididas en dos, una frente a la otra, separadas entre sí por la distancia que determine el maestro. Por cada equipo se nombra un capitán que tendrá una banderita en la mano.

Desarrollo: A una señal del maestro, sale el capitán de cada equipo saltando en un solo pie, en dirección al niño que tiene al frente. Debe mantener la pierna flexionada. Al llegar entrega la banderita y se incorpora al final de su hilera. El alumno que recibe la banderita realiza la misma actividad. Gana el equipo que primero intercambie sus jugadores y realice correctamente la actividad. **Variantes:** Saltar de otras formas.

Nombre: El gato y la liebre.

Objetivo: Ejercitar la habilidad de saltar.

Materiales: Cuerdas o vallas y banderitas.

Organización: Se forman los equipos en hileras. A una distancia de 5 metros aproximadamente y frente a cada equipo se coloca una banderita. En esa dirección y también a 5 metros se coloca una valla u otro obstáculo.

Desarrollo: A la señal del maestro el primer alumno de cada equipo avanza en cuadrupedia hasta la primera señal, corre hasta la valla y la salta. El regreso lo inicia inmediatamente mediante un salto y continúa corriendo para darle salida al siguiente compañero que realiza las mismas acciones y así sucesivamente hasta que todos hayan realizado la actividad. Gana el equipo que primero termine

Regla: La cuadrupedia debe realizarse con apoyo de manos y pies

Nombre: Salta y corre.

Objetivos: Mejorar la coordinación y la fuerza de piernas.

Materiales: Bolsitas de arena, cubos plásticos, bloques pequeños de madera.

Organización: Se forman los equipos detrás de una línea de salida. A una distancia determinada por el profesor se traza la meta. Frente a cada equipo y a un metro de distancia se debe situar el primero de cinco obstáculos pequeños, colocados uno detrás del otro y separados entre sí también por 1 m.

Desarrollo: A la señal del maestro, el primer alumno de cada equipo avanza hacia los obstáculos y los salta. Debe llegar corriendo a la línea final y situarse detrás de esta. El segundo alumno de cada equipo realiza la actividad, después que el primero esté colocado detrás de la línea de llegada, frente a él, y así sucesivamente hasta que llegue el último niño de cada hilera

Nombre: Salto con objetos.

Objetivo: Ejercitar la habilidad de saltar.

Materiales: Objetos pequeños.

Organización: Se forman los equipos en hileras, situados detrás de la línea de salida. El primer jugador de cada equipo toma en sus manos un objeto.

Desarrollo: A la señal del maestro, el primero de cada equipo realiza un salto al frente lo más largo posible, con ambos pies y sin carrera de impulso. Donde toquen los talones de los pies al caer, dejan el objeto y regresan caminando rápido. Toca al compañero que le sigue y se incorpora al final de su equipo.

Orden de ejecución de las actividades durante la investigación

Se aplicó una encuesta con el objetivo de valorar el conocimiento que poseen los profesores de atletismo sobre los pasos metodológicos del conjunto de juegos.

Responder preguntas escritas.

Se aplicó una entrevista al subdirector y al jefe de cátedra con el objetivo de comprobar el trabajo realizado en la supervisión de las sesiones de entrenamiento a los profesores de atletismo.

Tipo de entrevista: Cara a cara.

Se observaron 4 clases con el objetivo de valorar el comportamiento de la utilización de los pasos metodológicos en el conjunto de juegos para las habilidades correr y saltar durante el desarrollo de las sesiones de entrenamiento.

Tipo de observación.: Semiestructurada

Cantidad de observadores: 1

Se elaboró un protocolo de observación (guía) cuyo contenido creemos que expresa en alto grado lo que debe realizar el profesor en estrecha correspondencia con sus alumnos durante la unidad de entrenamiento. El texto de esta observación aparece reflejado en los anexos del trabajo (Ver Anexo 1), esta se realizó en los horarios que cada entrenador en su área tenía destinado según su plan de enseñanza, el observador desde el principio siempre fue el mismo, de manera que siempre tuviera presente las cuestiones a analizar.

II.3 Diagnóstico de la situación.

En la aplicación de las encuestas y los resultados obtenidos podemos calificar de diferente el conocimiento de los entrenadores de nuestra localidad sobre la utilización de los pasos metodológicos en el conjunto de juegos para las habilidades correr y saltar en las sesiones de entrenamiento.

En la pregunta No 1 que se refería al trabajo que usted realiza en la dirección del juego y su colocación solo un profesor respondió correctamente y 3 de ellos lo hicieron entre regular y mal, en la pregunta No.2 referida a si conocía los aspectos a tener en cuenta al desarrollar los juegos, 3 profesores contestaron inadecuadamente, y en la pregunta No, 3 referida la explicación de los pasos metodológicos para la enseñanza del Juego 3 profesores también no supieron contestar adecuadamente lo que nos indica el insuficiente conocimiento de estos sobre la problemática abordada.

Tabla No 1 Resultado de la encuestas.

P r o f e s o r e s	Pregunta 1			Pregunta 2			Pregunta .3		
	B	R	M	B	R	M	B	R	M

1	X			X			X		
2		X				X			X
3			x			x			x
4			X			X			X
T o t a l e s	1	1	2	1		3	1		3

Análisis de la Entrevista

La Entrevista realizada al jefe de cátedra y a la subdirectora deportiva del combinado nos arrojó el siguiente resultado.

En todos los profesores se controla la confección del programa de enseñanza y están acorde con las exigencias sobre la utilización de los pasos metodológicos en el conjunto de juegos para las habilidades correr y saltar en las sesiones de entrenamiento de la categoría 8 – 9 años del deporte de atletismo, pero no reflejan en el plan de clase diario la metodología exigida para la enseñanza del Juego. Además se pudo determinar el poco control y supervisión por parte de la subdirectora y jefe de cátedra en los aspectos a tener en cuenta el profesor al desarrollar el juego.

Análisis de la observación

A continuación corresponde ver el comportamiento de la aplicación de los pasos metodológicos en el desarrollo del conjunto de juegos en las habilidades correr y saltar en las sesiones de entrenamiento.

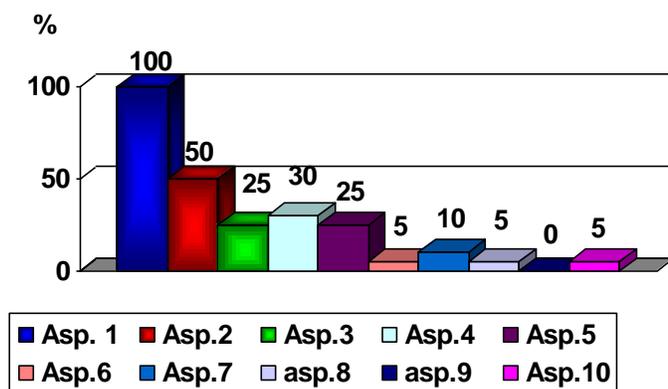


Figura 1 Utilización de los pasos metodológicos para desarrollar el conjunto de juegos.

Generalmente de los diez aspectos observados en 9 existieron grandes dificultades puesto que en ninguno de estos sobrepasa el 50% de la adecuada utilización de los pasos metodológicos de los juegos resultando los aspectos más críticos el 9,10,8,6 referidos a:

9. Después que se ha desarrollado el juego, el profesor realiza variantes y junto con éstas la introducción de nuevas reglas.

10 Evalúa los resultados del juego, los esfuerzos del grupo y de los alumnos en particular

8-¿Durante la práctica del juego aplica la regla de la falta cometida?

6-¿Hace que los niños participen activamente sin pérdida de tiempo de actividad?

Conclusiones

Después de un profundo análisis de los resultados obtenidos en el trabajo, se llega a las siguientes conclusiones:

El dominio teórico y práctico que poseen los profesores sobre los aspectos a tener en cuenta para desarrollar los juegos y los pasos metodológicos para su enseñanza es malo. No existe un adecuado control y supervisión por parte de la subdirectora y jefe de cátedra en los aspectos a tener en cuenta por el profesor al desarrollar el juego. Los profesores no reflejan en el plan de clase diario la metodología exigida para la enseñanza del Juego-Las causas por las cuales hay una deficiente utilización de los pasos metodológicos en los conjuntos de juegos para las habilidades de correr y saltar son .No logran que los alumnos participen activamente sin pérdida de tiempo de actividad. Durante la práctica del juego no aplican la regla de la falta cometida.

Después que se ha desarrollado el juego, no realizan variantes y junto con éstas la introducción de nuevas reglas.No se evalúan los resultados del juego, los esfuerzos del grupo y de los alumnos en particular.

Bibliografía.

ANDUX DESCHAPELLES, C. Y O. DÍAZ. La forma deportiva en los juegos deportivos. La Habana, ISCF “Manuel Fajardo2000

AGUILAR HERNÁNDEZ, M. La evaluación institucional de las universidades. Tendencias y desafíos. 2010 Disponible en: http://www.6congreso.ucr.ac.cr/eval_inst.html Consultado el 28 de julio del 2010.

ALONSO MOREJÓN. L. N. Diagnóstico del desarrollo motor que caracteriza a los niños 7-11 años del municipio Unión de Reyes. En Investigación. Trabajo de Diploma. Matanzas. Facultad de Cultura Física 2008.

ACERO, R. Y LARGO, P. Acerca de una Teoría de los Juegos Deportivos Colectivos. Justificación Epistemológica.2004.Revista Digital www.sobreentrenamiento.com - PubliCE Standard. 06/12/2004. Pid: 396. (Consulta: 5/9/2011).

COLECTIVO DE AUTORES. Programa de preparación del deportista: Voleibol (Inédito). Federación Cubana de Voleibol, La Habana, Cuba 2009.

CASTAÑEDA LÓPEZ. J, ZERQUERA ALCALDE, A. Programa de Preparación del Deportista: Atletismo, La Habana, Cuba 2011.

CALVIÑO, M. “Trabajar en y con grupos. Experiencias y reflexiones básicas. “Editorial Félix Varela. Ciudad Habana 2006.

ESCUELA INTERNACIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES. (2001).Teoría y Práctica de los Juegos. Apuntes para la asignatura.

GUARDO, M. Los componentes del diseño teórico de la investigación científica, una reflexión praxiológica. Revista Universitaria. . XIV. No.3, 2009.

_____. La Investigación Científica Aplicada al Deporte. Puebla. 2003.