

PLAN DE ACTIVIDADES PARA INCORPORAR A LOS NIÑOS/AS A LA PRÁCTICA DEL DEPORTE EN LA INICIACIÓN DEPORTIVA ESCOLAR

MSc. Deisy Cabrera Méndez.

Profesora Auxiliar. Universidad de Sancti Spíritus “José Martí Pérez”. Orcid 0000-0001-7728-0870. deisy@uniss.edu.cu.

Lic. Francisco Benítez Borges.

Profesor. Combinado Deportivo Julio A Mella. Orcid 0000-0002-6321-3497. francisco@nauta.cu

Lic. Yunier Santos Ramírez.

Profesora Asistente. Universidad de Sancti Spíritus “José Martí Pérez”. Orcid 0000-0001-8314-9641. ysantos@uniss.edu.cu.

RESUMEN

En la actualidad, existe una necesidad de encontrar fórmulas novedosas dirigida a satisfacer las necesidades deportivas -recreativas de la población, en particular la dirigida a los niños/as ,el tema de la presente investigación a partir de la poca participación de los niños en las actividades deportivas-recreativas en el combinado deportivo Julio A Mella del municipio de Sancti Spíritus, motivada por las limitadas opciones deportivas -recreativas, la falta de diversidad y variabilidad de las actividades, poca divulgación e insuficiente integración para realizar las actividades, a partir de esta situación se planteó como problema científico ¿Cuáles son las alternativas organizativas en los Combinados deportivos para ocuparse del deporte escolar?. Se proyecta como objetivo general, Proponer un plan de actividades para propiciar la incorporación de los niños/as a la práctica del deporte en la iniciación deportiva escolar, dirigido a la participación, a partir del diagnóstico de sus gustos y preferencias en las actividades deportivas durante su desarrollo, se utilizaron diferentes métodos y técnicas de la investigación científico, tales como, analítico - sintético, inductivo - deductivo, observaciones, estudio de documentos, encuestas, tabla de frecuencias , que permitió elaborar un plan de actividades dirigido a propiciar una mayor participación de los niños/as las actividades deportivas , caracterizado por una propuesta de ofertas, en correspondencia con sus preferencias y en correspondencia con las exigencias del deporte escolar en la actualidad.

Palabras clave: Combinado deportivo, Deporte, iniciación deportiva, juegos pre deportivos.

INTRODUCCIÓN.

Las condiciones históricas concretas en que vive el mundo contemporáneo marcado por los complejos procesos de cambios, transformaciones o reajustes sociales, demandan reformas educativas en los centros estudiantiles, combinados deportivos y en las zonas residenciales de los niños/as, adolescentes, jóvenes y adultos, para orientarlos en las actividades físico deportivas recreativas más sanas y saludables en la práctica del deporte y en la ocupación del tiempo libre, teniendo en cuenta la gran responsabilidad de los profesores de Educación Física , Profesores

de deportes, Entrenadores deportivos y técnicos de recreación, que plantea dentro de sus objetivos el desarrollo de actividades físicas deportivas recreativas, para la satisfacción plena de los intereses y preferencias, teniendo en cuenta los grupos de edades.

La sociedad cubana tiene como premisa fundamental la satisfacción de las necesidades del hombre, tanto materiales como espirituales. De esta forma vemos como, día a día, los logros de la Revolución en frentes tan disímiles como son: la educación, la salud y el deporte, siendo en este último donde se encierra toda la gama de la cultura física dividida en: la educación física, el entrenamiento deportivo, la Cultura Física terapéutica y profiláctica y la recreación física, entre las más significativas y abarcadoras.

La actividad física que se organiza, además de las clases de Educación Física, forman parte de la concepción de una estrategia para el desarrollo del Deporte para Todos, partiendo de las posibilidades reales de cada territorio, todo lo cual ha permitido elevar el nivel de participación masiva en la comunidad; así como las riquezas de opiniones a través de diferentes proyectos creados y avalados por el Departamento Nacional de Educación Física y las Comisiones Nacionales de los diferentes Deportes.

Al garantizar actividades para los niños/as debe tenerse muy presente que estas sean adecuadas, carácter abierto y flexible del modelo curricular, no puede interpretarse en ningún momento como posibilidad de imponer el punto de vista o "gustos" personales de cada profesional, sino atendiendo a las necesidades particulares de cada colectivo de población escolar, así como a las características sociales, culturales y económicas singulares del entorno en que se encuentre ubicado cada centro escolar.

Hay que buscar, ante todo, que el proceso de enseñanza-aprendizaje sea de utilidad, tanto para el día a día en los períodos de tiempo libre y/o de ocio durante los años de permanencia en el centro escolar, como para cuando el alumno termine su período de escolarización obligatoria. Para ello, es necesario que lleguen a saber qué cosas puede hacer, cómo hacerlas, dónde es posible llevarlas a cabo, cuándo es más conveniente realizarlas, con qué recursos se pueden plantear, con quién se podrían hacer, etc.

Para que cualquier niño/a sea capaz de llevar a cabo, en su tiempo libre, una actividad física adecuada a sus posibilidades, intereses y necesidades, e incluso pueda organizar con su familia, sus amistades, en su barrio, etc., de forma continuada o en días señalados, actividades físico-deportivo-recreativas, es necesario que se le haya permitido formar parte de experiencias prácticas organizativas de este tipo, y utilizar recursos que provienen de materias docentes muy variadas. Para ello, es necesario que en los programas se contemplen las relaciones con otras asignaturas para la creación de materiales didácticos que, siendo el resultado de una labor interdisciplinaria y un trabajo en equipo, permitan al alumnado ver la utilidad real de los aprendizajes.

Para la organización de la práctica del deporte, en los combinados deportivos es necesario, la realización de diversas actividades como: juegos, deportes, actividades culturales, manuales, rítmicas, excursionismo, campismos y turismo ecológico. La participación de los niños/as en la realización organizada de actividades físico deportivas recreativas, que contribuye en buena medida a su autoformación, pues al lograr desenvolverse en la participación de diferentes actividades físico deportivas recreativas, donde manifiesten libremente sus deseos a la práctica

de un deporte, con incremento de los conocimientos y experiencias, puede ser un canal encauzador de esa natural motivación.

Nadie pone en duda, en estos momentos, la necesidad de una educación física integrada en el sistema educativo y la necesidad de una oferta de actividades físico-deportiva amplia, variada y adecuada en edad escolar.

El reto de organizar un buen deporte escolar es de todos. Y a la hora de valorar la importancia de llevarlo correctamente a la práctica, convendrá recordar las sabias palabras de José María Cagigal, en su obra *Cultura intelectual y cultura física*: "Una organización deportiva bien aplicada a los requerimientos de la sociedad y a las necesidades humanas de su tiempo es altamente provechosa. Pero una organización estructurada a partir de fines desfasados, de tópicos falsos de confrontación rigurosa, puede resultar nefasta para la sociedad de su tiempo.

Problema científico: ¿Cuáles son las alternativas organizativas en los Combinados deportivos para ocuparse del deporte escolar?

Objetivo: Proponer un plan de actividades para propiciar la incorporación de los niños/as a la práctica del deporte en la iniciación deportiva escolar.

El propio objetivo de organizar un deporte escolar para todos los escolares, tiene como resultado que también debe haber una parcela de ese deporte reservada para quienes así lo quieran, tengan condiciones para ello y asuman los riesgos de todo tipo que su práctica, se puedan dedicar a una práctica intensiva del deporte.

DESARROLLO

En la comunidad científica internacional son ampliamente conocidos los estudios de diferentes autores acerca de la Educación Física en general y la iniciación deportiva en particular, entre otros podemos mencionar a: Matvéev, L. (1983), Parlebas, P. (1989), Antón, J. L. (1990), Le Boulch, J. (1991), Blázquez, D. (1986, 1995 y 1999), Hernández, J. (1998), García, J. (2011) y Giménez, F. J. (2012). Ellos han analizado el proceso iniciación deportiva desde la Educación Física y el Deporte en contextos desiguales al nuestro, pues poseen particularidades ideológicas y socioeconómicas, potencialidades y tradiciones comunitarias diferentes. Pero, aún es insuficiente el tratamiento al papel de la Educación Física como la base de este proceso, el papel de la familia en la orientación del niño hacia la práctica deportiva inicial y los fundamentos sociológicos. La iniciación deportiva desde la Educación Física, se proyecta hacia el desarrollo de destrezas motoras para jugar, divertirse, ejercitarse, competir y aprovechar el tiempo libre en la práctica de actividades físicas, deportivas y recreativas, seleccionar uno o varios deportes que les acceda a alcanzar un desarrollo integral y mostrar sus dotes como atleta en ámbito escolar. Se analizan los estudios de autores cubanos, tales como: Andux, C. (1998), Almaguer, R. (2003), Romero, E. (2004), Castañeda, J. (2005), López, A. Navarro, S., Méndez, H. y Ruiz, A. (2007), Deler, P. Martínez, R. (2011) y Fleitas, I. (2012), quienes abordan el tema de la iniciación deportiva desde la óptica de la Educación Física y el Deporte.

Pero, no todos se sustentan en el enfoque integral físico-educativo que profesa López, A. (2000), no siempre se concibe al profesor de Educación Física como principal agente socializador de este proceso y es limitada la contextualización de las acciones para su potenciación. El autor

coincide con lo planteado sobre la iniciación deportiva en nuestro país, donde la Educación Física potencia el proceso para la selección del talento y la masificación del deporte escolar y comunitario, como base para la alta competencia, pero en muchas ocasiones no se le reconoce la importancia que tiene para la iniciación y el avance de las diversas disciplinas deportivas y se desatiende, desaprovechándose las potencialidades que brindan en estas edades para el desarrollo de determinadas habilidades deportivas.

En lo que respecta al deporte en edad escolar, las excelencias proclamadas (sobre todo desde ámbitos de la educación física y el deporte) acerca de la idoneidad de las actividades deportivas como vehículo de formación en valores físicos, síquicos, espirituales y sociales, obligan, en mayor medida, a ubicar las actividades deportivas de los escolares dentro de una estrategia educativa integral. Y esta inserción del deporte escolar en el modelo educativo debe contemplarse en la regulación normativa del deporte escolar.

Si queremos un deportista para el futuro... no debemos aburrirlo antes de tiempo. Una de las razones que mantiene el interés por la práctica deportiva en el niño/a es la de divertirse, de pasárselo bien. Ciertas actividades que realiza el niño/a tienen su motivación en sí mismas y su ejecución constituye su propia recompensa. ¿Qué objetivo persigue un niño que se agota golpeando y persiguiendo un balón, dando vueltas con la bicicleta, o patinando incansablemente en la acera? En la práctica deportiva infantil hay una búsqueda de entretenimiento y diversión cuyos efectos no se deben olvidar. Potenciar el carácter lúdico del deporte supone a veces huir de planteamientos excesivamente rígidos basados en procesos de instrucción uniformada que acaban llevando al principiante al abandono.

En cambio, es indispensable aproximar el deporte a una situación de juego en conexión con el mundo del niño/a, aunque esto suponga en ocasiones cambiar y adecuar el deporte en cuanto a sus requerimientos de habilidad y condición física, modificando las reglas, las dimensiones, las normas, etc. Un principiante está más interesado por una actividad en la medida en que le permita sentirse libre, no obligado, no forzado; por el contrario, abandona esta actividad cuando los entrenamientos son excesivamente dirigidos, cuando las instrucciones son excesivamente rígidas, etc.

El deporte escolar debe ser un auténtico deporte para todos los escolares. Esto significa que todos y cada uno de los escolares puedan acceder, cualquiera que sea su condición física, a la práctica de actividades deportivas. Se trata de que puedan practicar aquellas que, dentro de la oferta de actividades existentes, sean de su interés, sin que su deseo se vea frustrado a priori por su capacidad física o por sus habilidades, sin discriminación alguna. ¡También a las actividades de competición! No puede pensarse que un proceso de iniciación deportiva sería completo si no se incluyera el aspecto competitivo; no sólo el intrínseco a la práctica de cualquier actividad deportiva, sino la propia competición reglada.

Estamos convencidos que una práctica deportiva bien enfocada puede plantear objetivos de rendimiento sin que por ello deje de tener objetivos formativos y recreativos, y viceversa.

Los turnos de deporte para todos podrán ser una opción para que los escolares de menor edad practiquen deporte, bien a través del propio centro escolar, bien por iniciativa de los escolares fuera del calendario escolar o en modalidades que no son contempladas desde el centro escolar.

Algunos criterios didácticos para la elaboración de un programa de iniciación deportiva

Programar la iniciación requiere proponer una serie de directrices didácticas que orienten al docente.

Veamos algunas de ellas.

-Evitar la especialización temprana.

La diversidad y el tratamiento multipropósito deben prevalecer en las primeras fases. Este contacto básico polivalente obedece a varios propósitos: dar la oportunidad de experimentar situaciones diferentes; aumentar el bagaje motor del alumno; no presuponer capacidades o motivaciones todavía prematuras. Este interés en fomentar la diversidad (en una primera fase), debe estar adecuado al tiempo disponible, pues se puede caer en el error de que la dedicación a cada actividad sea insuficiente y no conduzca a ningún aprendizaje afianzado.

-Desarrollar habilidades claves transferibles a diferentes deportes

Debe de asegurarse que, en el diseño de programas de iniciación, tanto la selección de las actividades como la secuenciación de los mismos, tengan garantías de producir los efectos de transferencia que se deseen para la consecución de las finalidades previstas.

-Partir de la estructura o lógica interna de cada práctica deportiva.

Las prácticas deben ser presentadas de manera que se respete la globalidad de la acción, de forma que los elementos aprendidos de forma analítica encuentren sentido dentro de la práctica real. En este sentido, es normal que los docentes modifiquen algunos aspectos de la práctica para adaptarla a las posibilidades de los principiantes, en ese caso, es necesario que se respete en todo momento la lógica de esa práctica, sino puede quedar alterado todo el proceso.

-Adaptar las propuestas a las posibilidades del niño/as

Las posibilidades de los debutantes tanto en lo relativo a sus condiciones físicas, como a sus posibilidades motrices deben estar en perfecta sincronía con las propuestas de enseñanza que utilice el profesor.

-Convertir en "significativas" y "relevantes" las actividades de enseñanza

El deporte debe generar interés y motivación, para ello es necesario que el principiante sea capaz de vincular los nuevos aprendizajes con sus experiencias previas. Asimismo, deberá encontrarle utilidad inmediata o verla para un futuro próximo.

-Realizar ofertas motivantes en conexión con los intereses del niño/a

-Es conveniente ofrecer actividades coincidentes con las preferencias de los niños/as.

Es posible la enseñanza del deporte en conexión con el mundo del niño...

- Potenciando lo lúdico... ¡vamos a jugar a...!
- Favoreciendo el contacto con la realidad global... ¿quién es capaz de...?

- Despertando la imaginación... ¿quién lo haría de otra manera?
- Centrándose en el progreso y dominio de las habilidades... ¿cómo puedo lograr aprender esto?
- Perdiendo preocupación por la estricta corrección técnica... ¡la próxima vez lo harás mejor!
- Desarrollando afición por el deporte... ¡qué bien lo hemos pasado!

Inspirado en Sánchez Bañuelos, F. documento inédito.

Es evidente que ninguna comunidad (Escuelas o Combinados deportivos puede permitirse una oferta deportiva a sus alumnos que abarque todas las opciones, ni todas las épocas del año, y, por tanto, es lógico pensar que a lo largo del periodo de escolarización de un niño/a éste va a practicar deporte a través de otras estructuras diferentes a la del centro escolar, y sin la tutela de éste. ¿Cuáles van a ser estas estructuras? Las actividades programadas por el INDER, escuela. En cualquier caso, en situaciones como ésta sólo debiera pensarse en el bien del niño/a y respetar siempre al máximo su libertad de elegir entre las diferentes posibilidades que le brinde el modelo de deporte escolar vigente.

CONCLUSIÓN

La programación de actividades deportivas diseñada se caracteriza por la diversidad de propuestas, por estar en correspondencia con las edades, gustos y preferencias de los niños/as. Del mismo modo responde a los objetivos de los programas integrales de preparación del deportista del INDER.

BIBLIOGRAFÍA

- Antón, J.L. (1989): Entrenamiento deportivo en la edad escolar. Ed. Junta de Andalucía, UNISPORT, Málaga.
- Aisanuk. L. (2000). Gestión de Tiempo libre, Barcelona: INDER Publicaciones -Comisiones Nacionales Deportivas. Proyectos de los diferentes deportes a desarrollar en el Deporte Participativo. INDER. Ciudad Habana.
- Aquino Lumpuy, E. B. (2009-2010). Programación del Deporte Participativo en los estudiantes de 5to. . Villa. Clara, Placetas, "Abel Santamaría".
- Blázquez, D. (1995): La iniciación deportiva y el deporte escolar. Ed. INDE, Barcelona.
- Decreto No. 140 (1988). Régimen de participación masiva. La Habana. Edit. José A. Huelga.
- Dumazedier Joffre (1994). La revolución cultural del tiempo libre. Sao Pablo Brasil. Edit. Libros Studio Novel Ltda.
- Deler Sarmiento, Dra. Pastora (2003). El Deporte Participativo. Editorial Deporte. La Habana. 2011.
- Deler Sarmiento, Pastora. El deporte participativo y la clase de Educación Física. Su interacción. (2008) Digital.