PLAN PEDAGÓGICO DE LA DISCIPLINA DE DEPORTE ADAPTADO EN EL PROGRAMA DEPORVIDA –CENTROS DE INICIACION Y FORMACIÓN DEPORTIVA- EN EL MUNICIPIO DE SANTIAGO DE CALI 2018

PROGRAMA DEPORVIDA

MONITORES:

VICTOR GAITAN VERA  
WALLINGTON MOSQUERA ARCOS

JANER TAFUR  
CAROLINA MORALES

METODOLOGO:

JULIAN DAVID VELEZ QUIJANO

PLAN PEDAGOGICO PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD

TIPO DE TRABAJO: INFORME DIRIGIDO

SECRETARIA DE DEPORTE Y RECREACION

AÑO 2018

PLAN PEDAGÓGICO DE LA DISCIPLINA DE DEPORTE ADAPTADO EN EL PROGRAMA DEPORVIDA –CENTROS DE INICIACION Y FORMACIÓN DEPORTIVA- EN EL MUNICIPIO DE SANTIAGO DE CALI 2018

PLAN PEDAGOGICO DE DEPORTE ADAPTADO

MONITORES:

VICTOR GAITAN VERA  
WALLINGTON MOSQUERA ARCOS

JANER TAFUR  
CAROLINA MORALES

METODOLOGO:

JULIAN DAVID VELEZ QUIJANO

SECRETARIA DE DEPORTE Y RECREACION

AÑO 2018

Tabla de contenido

[**1. INTRODUCCIÓN.** 3](#_Toc509254710)

[**2. JUSTIFICACION** 5](#_Toc509254713)

[**3. MARCO REFERENCIAL** 6](#_Toc509254716)

[3.1 MARCO CONTEXTUAL 8](#_Toc509254719)

[3.2 MARCO LEGAL 8](#_Toc509254719)

[**4. HISTORIA** 7](#_Toc509254717)

[**5. REGLAMENTO** 27](#_Toc509254736)

[**6. CARACTERIZACIÓN** 27](#_Toc509254736)

[6.1 GENERAL 21](#_Toc509254728)

[6.2 ESPECIFICO. 21](#_Toc509254729)

[**7. INFRAESTRUCTURA Y MATERIAL DEPORTIVO** 33](#_Toc509254738)

[**8. OBJETIVO GENERAL** 33](#_Toc509254738)

[**9. OBJETIVOS EPECIFICOS** 33](#_Toc509254738)

[**10. NIVELES**](#_Toc509254738)  33

[**11. MALLAS CURRICULARES** 33](#_Toc509254738)

[**12. SESION DE CLASE** 33](#_Toc509254738)

[**13. LOGROS Y RESULTADOS ESPERADOS** 33](#_Toc509254738)

[**14. CONTENIDOS** 27](#_Toc509254736)

[14.1 GENERAL 21](#_Toc509254728)

[14.2 ESPECIFICO. 21](#_Toc509254729)

[**15. DESCRIPCION DE METODOS Y MEDIOS** 33](#_Toc509254738)

[**16. FESTIVALES GENERALES Y ESPECIFICOS** 33](#_Toc509254738)

[**17.SISTEMA DE CONTROL Y EVALUACIÓN** 33](#_Toc509254738)

[Bibliografía 50](#_Toc509254742)

INDICE DE GRÁFICOS

[Gráfico 1: Ejercicio de Equilibrio desplazándose de espaldas. (EQAC). 27](#_Toc509253311)

[Gráfico 2: Ejercicio de Trasposición lateral. (TL). 28](#_Toc509253312)

[Gráfico 3: Ejercicio de Salto lateral. (SL). 29](#_Toc509253313)

[Gráfico 4: Ejercicio de Salto con una pierna. (SP). 30](#_Toc509253314)

[Gráfico 5: Resultado total. (RT). 31](#_Toc509253315)

**INTRODUCCIÓN**

Deporvida, Centros de iniciación y formación deportiva, es un programa de la secretaria del deporte y la recreación con una trayectoria de ejecución de 13 años que busca desarrollar habilidades sociales y deportivas en los niños, niñas y jóvenes de la ciudad de Cali, como una forma de aprovechamiento del tiempo libre. Ante los múltiples factores de riesgo que están latentes en la sociedad caleña, Deporvida intenta responder con la formación integral de los niños y niñas a través del deporte promocionando prácticas de convivencia y prevención de la violencia mediante 3 líneas de formación deportiva: iniciación, formación y talentos deportivos.

Actualmente Deporvida, cuenta con 23 disciplinas deportivas agrupadas en 5 modalidades: tiempo y marca, combate, cancha dividida, arte y precisión y deportes de invasión, que ofrece en las 22 comunas de Cali y sus 15 corregimientos, impactando en los diferentes escenarios que se encuentran en la comunidad a la población infantil y juvenil entre los 6 y 17 años de edad.

Para el efectivo desarrollo de los espacios de formación deportiva, el programa cuenta con una estructura técnica pedagógica-deportiva y una estructura psicosocial que propende transmitir valores. La estructura técnica está representada por el grupo de metodólogos encargados de orientar procesos de enseñanza de las diferentes disciplinas deportivas, estos espacios de formación para niños, niñas y adolescentes se denominan sesiones de clase donde se desarrolla un entrenamiento deportivo ligado a lo psicosocial con fundamento técnico.

En este orden de ideas, el presente escrito pretende caracterizar el plan pedagógico de la disciplina de deporte adaptado realizada para el año 2018 desde la estructura técnica pedagógica, el cual hace un abordaje histórico del deporte adaptado como deporte a escala internacional, nacional y regional, caracteriza el deporte, sus reglamentos e identifica el equipamiento y materiales necesarios para su práctica.

El siguiente trabajo mostrará el plan de desarrollo y el procedimiento educativo- deportivo que se llevara a cabo en la ciudad de Santiago de Cali, este plan va dirigido a niños, niñas y jóvenes en condición de discapacidad intelectual y sensorial pertenecientes al programa DEPORVIDA de la Secretaria de Deporte y la Recreación. Con este tipo de población es importante el trabajo orientado más al desarrollo motriz y coordinativo que a cualquier tipo de disciplina deportiva de este modo el niño, niña o joven le quedará más fácil la asimilación de tareas técnico- tácticas de cada deporte.

Las capacidades coordinativas, según Martínez y Arroyo 2014; son particularidades relativamente fijadas y generalizadas del desarrollo de los procesos de conducción y regulación de la actividad motora, dichos procesos se desarrollan en todos los individuos según las mismas normas; sin embargo, no significa que transcurren en cada persona con la misma velocidad, exactitud, diferenciación y movilidad. Estas capacidades están comprendidas por 7 las cuales son; capacidad de diferenciación, capacidad de reacción, capacidad de cambio, capacidad y cambio de ritmo, capacidad de acoplamiento, capacidad de equilibrio y capacidad de orientación. Para personas en condicion de discapacidad se ve retrasado estas etapas de desarrollo por lo que es necesario fijar en ellos las capacidades y habilidades bases.

**2. JUSTIFICACIÓN**

El presente informe se realizó con el fin de establecer un plan metodológico para el debido desarrollo de las capacidades, habilidades y técnica de los diferentes deportes practicados como lo son: Atletismo, Natación, futbol sala, voleibol y baloncesto, disciplinas deportivas practicadas por los niños, niñas y jóvenes en condición de discapacidad intelectual y sensorial del programa DEPORVIDA, teniendo en cuenta este desarrollo podemos mejorar la coordinación óculo-manual y óculo-pédica, se manifiesta una mejora en la reacción neuromotora y en las capacidades como tal del beneficiario, también se notará mejora emocional debido a que el desarrollo de nuevas tareas y evolución de las mismas permiten que el joven sienta más confianza en sí mismo y en el equipo de trabajo. También se tendrá mejora en el desarrollo de las actividades cotidianas y por ende en su desarrollo social.

**3. MARCO REFERENCIAL**

3.1 MARCO CONTEXTUAL

Este informe longitudinal se realizó el primer trimestre del año 2018, correspondiente a los meses comprendidos entre enero y marzo del presente año. Se llevó a cabo por los monitores deportivos de discapacidad del programa DEPORVIDA de la secretaria de deporte y la recreación.

El primero es el Instituto Tobías Emanuel ubicado en la calle 5B2 # 37 A – 75 en el barrio San Fernando a cargo de los monitores Víctor Gaitán y Wallington Mosquera, este es un instituto para personas con discapacidad Intelectual y problemas de aprendizaje, El segundo Instituto es el Instituto de Ciegos y Sordos ubicado en la cll 5 B2 # 37 A - 50 para personas con discapacidad sensorial con falencias en el área visual y auditiva; ambas instituciones ubicadas en el barrio San Fernando de estrato socioeconómico 5 estipulado por el DANE y dada por el gobierno, la comuna 19 de la ciudad de Santiago de Cali, esta comuna se encuentra ubicada al sur occidente de la ciudad, Limita al norte con las comunas [1](https://es.wikipedia.org/wiki/Comuna_1_(Cali)), [2](https://es.wikipedia.org/wiki/Comuna_2_(Cali)), [3](https://es.wikipedia.org/wiki/Comuna_3_(Cali)) y [9](https://es.wikipedia.org/wiki/Comuna_9_(Cali)), al oriente con las comunas [10](https://es.wikipedia.org/wiki/Comuna_10_(Cali)) y [17](https://es.wikipedia.org/wiki/Comuna_17_(Cali)), al sur con las comuna [18](https://es.wikipedia.org/wiki/Comuna_18_(Cali)) y al occidente con la comuna [20](https://es.wikipedia.org/wiki/Comuna_20_(Cali)) y los [corregimientos](https://es.wikipedia.org/wiki/Corregimientos) de [los Andes](https://es.wikipedia.org/wiki/Los_Andes_(Cali)) y [la Buitrera](https://es.wikipedia.org/wiki/La_Buitrera_(Cali)) (zona rural de Cali).

Las ciudades de Colombia están estratificadas debido a los principios constitucionales de un estado social de derecho, como lo es este país; lo cual busca una redistribución de los ingresos de las personas que lo integran enterándose de esta forma las características socioeconómicas con las que cuenta una población de un sitio determinado. Según el Departamento de Planeación Nacional, los estratos socioeconómicos en los que se pueden clasificar las viviendas y/o los predios son 6: 1- Bajo-bajo, 2- Bajo, 3- Medio-bajo, 4- Medio, 5- Medio-alto y 6-Alto. El DANE, durante el proceso de diseño metodológico investiga las viviendas y aspectos poblacionales de manera paralela para establecer cuáles características expresan una buena aproximación a situaciones de salud, laborales, educativas, a la capacidad económica y, en general, a la calidad de vida de los usuarios de los servicios públicos domiciliarios.

Entre los aspectos que se analizan están algunos como; vías de acceso: qué tipo tiene, que puede ser sendero peatonal, vehicular en tierra, vehicular en recebo y vehicular en cemento; tamaño del frente: hasta 7 m, entre 7 y 9 m, entre 9 y 12 m y más de 12 m; andén: no tiene, no tiene zona verde o tiene andén con zona verde; antejardín: no tiene, tiene pequeño, mediano o grande; garaje: no tiene, tiene garaje cubierto usado para otros fines, con parqueadero, con garaje adicionado a la vivienda, con garaje sencillo que hace parte del diseño original de la vivienda, con garaje doble o en sótano; material de fachadas: construidas con desechos, sin cubrir, en revoque sin pintura, en revoque con pintura, con enchapes; material de los techos: con desechos, placa de entrepiso, terraza.

Con estos parámetros busca definir qué lugares de la ciudad pertenecen a cuáles estratos socioeconómicos para así poder suministrar información a las entidades correspondientes con el fin de: orientar la planeación de la inversión pública; realizar programas sociales como expansión y mejoramiento de infraestructuras de servicios públicos y vías, salud y saneamiento, educativos y recreativos en las zonas más necesitadas; cobrar tarifas del impuesto predial diferenciadas por el estrato y orientar el ordenamiento territorial.

3.2 MARCO LEGAL

Ley 181 de 1995, es conocida como la Ley del Deporte y lo clasifica como un derecho social y un factor básico en la formación integral de la persona.

El Artículo 52 de la Constitución Política de Colombia reconoce el derecho que tienen todos los colombianos a la recreación, el deporte y al aprovechamiento del tiempo libre; pues forman parte de la educación y constituyen gasto público social.

El Gobierno Nacional es quien establece y garantiza las políticas relacionadas con el sector del deporte. Así mismo, el municipio de Santiago de Cali y la Secretaria del Deporte y la Recreación garantizan el desarrollo de programas y planes de recreación, deporte, educación física y aprovechamiento del tiempo libre. Función para la cual se estableció la Ley Orgánica de Planeación y el Acuerdo 227 de 2007 por medio del cual se adopta el Plan Local del Deporte, la Recreación y la Educación Física como política pública.

La actual administración municipal de Santiago de Cali, en su eje N° 1. Cali Social y Diversa establece entre otras, las estrategias para la Atención Integral a la Primera Infancia y el Programa: Niños, Niñas, Adolescentes y Jóvenes con oportunidades para su desarrollo. Componentes que garantizan el derecho que tienen los niños y niñas al desarrollo.

Dichos componentes enmarcan el aporte del programa DEPORVIDA al desarrollo deportivo y social del municipio y dan cumplimiento a los mandatos establecidos en la Constitución Política de Colombia.

La LEY ESTATUTARIA 1618 DE 2013 por medio de la cual se establecen las disposiciones para garantizar el pleno ejercicio de los derechos de las personas con discapacidad.

TITULO

Artículo 18: Derecho a la recreación y deporte. El Estado garantizará el derecho a la participación en la vida cultural, las actividades recreativas, el esparcimiento y el deporte de las personas con discapacidad

2. Fomentar la práctica del Deporte Social Comunitario como un proceso de inclusión social encaminado a potencializar las capacidades y habilidades de acuerdo al ciclo vital de las personas con discapacidad. 3. Apoyar actividades deportivas de calidad para las personas con discapacidad, sin exclusión alguna de los escenarios deportivos y recreativos en lo relacionado a la accesibilidad física, de información y comunicación.

8. Promover ajustes y abrir espacios de formación deportiva, en condiciones de igualdad y en entornos inclusivos para personas con discapacidad.

.

MINISTERIOS

DECRETO 2845 DE 1984 (NOVIEMBRE 23)

Por el cual se dictan normas para el ordenamiento del deporte, la educación física y la recreación. EL PRESIDENTE DE LA REPÚBLICA DE COLOMBIA, en ejercicio de las facultades extraordinarias conferidas por la Ley 50 de 1983 y cumplido el requisito del artículo 2o. de la mencionada ley, DECRETA:

TITULO 1

DE LOS PRINCIPIOS.

ARTÍCULO 5o. Los programas de difusión, fomento y estímulo del deporte, la educación física y la recreación se regirán por los planes de desarrollo adoptados por el instituto Colombiano de la juventud y el Deporte (Coldeportes), en concordancia con las políticas del Gobierno Nacional y comprenderán, entre otros, aspectos sobre instalaciones, investigación científica, formación, capacitación y perfeccionamiento, elaboración de material didáctico, desarrollo motriz, aptitud y  eficiencia físicas y  deportivas, mejoramiento de la capacidad competitiva y  actividades  deportivas y recreativas dirigidas al tiempo libre.

TÍTULO VII.

DE LA EDUCACIÓN FÍSICA.

ARTÍCULO 70. ­ Se establece con carácter obligatorio, las siguientes pruebas: 1. ­De desarrollo motriz, en los niveles de educación preescolar y básica primaria. 2. De aptitud y eficiencia física y deportiva, en los niveles de básica secundaria, media vocacional y superior.

**4. HISTORIA**

Es innegable el nexo existente entre las primeras manifestaciones deportivas de personas con discapacidad y el contexto médico-rehabilitador. A nivel internacional y como fenómeno deportivo, el deporte adaptado se gestó, tal y como hoy lo conocemos, tras la II Guerra Mundial, derivado de las secuelas de muchos de los contendientes, soldados que acabaron con una discapacidad y que, de modo inusual y por el contexto sociocultural de occidente, fueron recibidos como héroes en sus respectivos países. Este fenómeno tuvo su origen a finales de los años 40, especialmente en Inglaterra y EEUU. En Inglaterra, concretamente en el Hospital Stoke Mandeville, el doctor Sir Ludwig Guttman, médico rehabilitador y neurólogo, descubrió las posibilidades de la práctica deportiva para aquellos jóvenes “veteranos de guerra” en su proceso de rehabilitación física, y, sorprendentemente, los beneficios psicológicos, socioafectivos y de inserción social. En 1948, coincidiendo con la apertura de los Juegos Olímpicos (JJOO) de Londres, se celebraron en Stoke Mandeville los primeros juegos organizados específicamente para personas con discapacidad. Así mismo, y, derivados de aquellos, los primeros Juegos Paralímpicos (JJPP) fueron celebrados en Roma en 1960, coincidiendo igualmente con los JJOO celebrados en dicha ciudad. Aproximadamente 400 atletas de 23 países compitieron en 8 deportes, 6 de los cuales aún están incluidos actualmente en el programa de competición de estos juegos (el tiro con arco, la natación, la esgrima, el baloncesto, el tenis de mesa y el atletismo). Aquel fue el germen del deporte adaptado a personas con discapacidad tal y como lo conocemos actualmente, si bien desde aquel tiempo, este ámbito no ha dejado de evolucionar en cuanto a las estructuras que lo gobiernan, modalidades deportivas y procesos de integración (PérezTejero, Blasco-Yago, González Lázaro, García-Hernández, Soto-Rey, Coterón, 2013). Actualmente, no cabe duda de que los Juegos Paralímpicos son la mayor manifestación a nivel mundial del deporte para personas con discapacidad. Valgan unas cifras para dimensionar la importancia de tal evento deportivo (CPE, 2013): 20 disciplinas deportivas, 503 pruebas, 160 países participantes, 4200 deportistas y 2500 jueces y/o árbitros.

**5. REGLAMENTOS.**

Cada uno de los deportes adaptados tiene una normativa o reglamento que rige la actuación de cada uno de los deportistas, estos reglamentos se han tomados de los deportes convencionales y han sido adaptados en cada una de las disciplinas a las necesidades de los participantes.

PARA-ATLETISMO:

La IAAF es el ente encargado de dictar la reglamentación para las competencias e igualmente autorizar las pruebas en las que las personas con discapacidad pueden realizar sus competencias.

PARA-NATACIÓN:

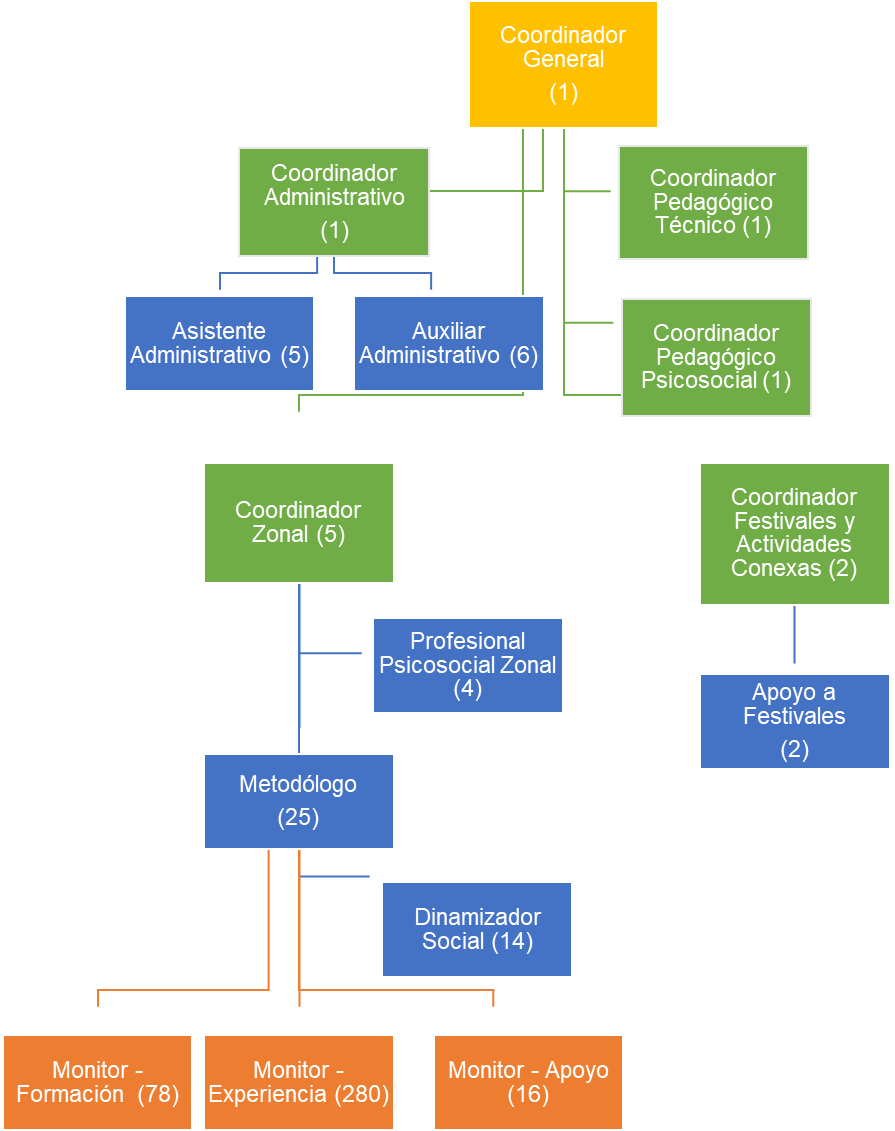
La FINA es la encargada de velar por la práctica y la reglamentación de la disciplina de natación y los respectivos lineamientos para el juzgamiento de las pruebas para las personas con discapacidad.

FÜTBOL SALA:

Dentro de la disciplina de fútbol sala encontramos un reglamento que rige a la discapacidad cognitiva y la auditiva que es el mismo que se utiliza en el de los convencionales (reglamento FIFA), en cuanto a la discapacidad visual este toma muchos aspectos tanto del reglamento de fútbol sala como del fútbol de salón y es el único que tiene adaptación a la discapacidad visual en algunas de sus normas, para el caso de esta discapacidad es la IBSA (Federación Internacional de Deportes para Ciegos) quien reglamenta el juzgamiento de este deporte.

**6. CARACTERIZACION**

**6.1GENERAL**



Lineamientos pedagógicos y control territorial

Lineamientos pedagógicos (Definición y seguimiento)

Orientación pedagógica y apoyo territorial

Orientación pedagógica y operatividad territorial

Orientación pedagógica y apoyo territorial

Ejecución

**7. INFRAESTRUCTURA Y MATERIAL DEPORTIVO**

La infraestructura de los escenarios que se requieren para la práctica deportiva de los niñas, niños y jóvenes con discapacidad son sitios que tienen que contar con garantías de seguridad en la parte física del escenario, deben tener buenos accesos y señalización.

El material deportivo que se necesita para la práctica de las disciplinas deportivas escogidas para realizarse en los escenarios establecidos son:

Fútbol Sala

Balones: los balones de fútbol sala deben de contar con las especificaciones técnicas para el correcto manejo de estos por parte de los beneficiarios, dependiendo de las edades y la discapacidad, para discapacidad auditiva se utilizan los mismos balones que en el fútsal convencional, en el caso de la discapacidad visual se debe contar con balones especialmente hecho para que sean escuchados por los niños, estos balones cuentan con un sistema especial que permite a los deportistas ubicar el balón mediante un sonido que este produce al rodar en la superficie de juego (sistema de cascabel).



Porterías, Mallas o redes:

El escenario debe estar en buen estado. Las porterías tienen las medidas reglamentarias para la práctica del fútsal convencional es decir 2 mts x 3 mts y protegidos los verticales de las porterías, específicamente para el caso de personas con discapacidad visual, ya que esto minimiza el riesgo de impacto y lesión de los participantes, igualmente las mallas deben estar puestas en las respectivas porterías.

Indumentaria:

Para la práctica del fútsal los niños, niñas y jóvenes deben vestir ropa cómoda, pantaloneta camiseta y zapatos adecuados, igualmente el uso de canilleras y medias largas.



Natación

La indumentaria requerida para la práctica de la disciplina de natación consta de traje de baño en tela lycra, gorro y gafas de manera opcional.



Atletismo

Para la práctica de esta disciplina deportiva la indumentaria debe constar a nivel de iniciación con pantaloneta, camiseta y zapatillas cómodas



**8. OBJETIVO GENERAL**

* Diseñar un plan pedagógico en las disciplinas del Deporte Adaptado para la orientación metodológica en los procesos de enseñanza en las etapas de iniciación y formación deportiva en el programa Deporvida

**9. OBJETIVOS ESPECIFICOS**

* Caracterizar los niveles del aprendizaje de acuerdo a las edades y evolución de los beneficiarios
* Construir una malla curricular de las disciplina del deporte adaptado que guíen los procesos de enseñanza – aprendizaje que se deben impartir en cada nivel
* Establecer los contenidos temáticos que se deben desarrollar en las sesiones de clase de acuerdo a la etapa y el nivel.

**10. NIVELES**

**CATEGORIZACIÖN POR NIVELES, DEPORVIDA.**

Para la organización de las categorías en este, se tuvo en cuenta el contexto en el cual cada uno de los monitores desarrolla sus sesiones de clase, en donde resulta bastante complejo lograr dividir los beneficiarios por una sola edad, esto debido a que no es fácil encontrar la cantidad de niños requeridos en la mayoría de disciplinas deportivas especialmente las que no son tan populares e impide la conformación de grupos homogéneos; se decidió junto al grupo técnico ampliar el rango de edades siendo flexibles con la realidad que se encuentra en campo, pero soportando técnicamente esta decisión en la teoría acerca de las diferentes etapas de la formación y preparación deportiva, que se enmarca en el objetivo técnico de nuestro programa ( iniciación y formación), a continuación se resumirá desde los diferentes componentes los objetivos de estas 2 etapas:

**INICIACIÓN DEPORTIVA**

**Componente técnico:** se realizará una formación básica de la técnica del deporte sin olvidar que el niño que se encuentra en esta etapa debe de conocer las generalidades técnicas de otras disciplinas para un desarrollo multifacético; los métodos y medios deportivos fundamentales, son los juegos pre-deportivos y los ejercicios introductorios ya que apenas están adquiriendo estas habilidades.

**Componente táctico:** este aspecto no están relevante en esta etapa, por lo cual se le dará importancia al aspecto reglamentario básico de cada deporte.

**Componente físico:** desarrollo de las habilidades motrices básicas y las capacidades coordinativas generales, así como también el inicio del entrenamiento de algunas capacidades físicas tales como la resistencia aeróbica, la velocidad de reacción y el un desarrollo de la flexibilidad; lo más importante es esta etapa es la correcta ejecución de los movimientos que estos sean fluidos y los más precisos posibles. Los medios prácticos que se utilizan son los diferentes tipos de juego y las actividades lúdicas.

**FORMACIÓN DEPORTIVA**

**Componente técnico**: se debe tener en cuenta actividades más específicas con relación a los elementos técnicos del deporte ya que es un inicio “formal” con la disciplina deportiva escogida, estos elementos técnicos deben ser progresivos en su enseñanza y los medios y métodos recomendados son los juegos pre-deportivos además de ejercicios más avanzados**.**

**Componente táctico:** en esta etapa el componente táctico tomas más importancia, en comparación a la etapa iniciación, los contenidos a desarrollar se centran en los principios básicos tácticos que cada disciplina deportiva, en donde se vuelve relevante la toma de decisiones en situaciones similares a las de la competencia.

**Componente físico:** en esta etapa toma importancia algunas capacidades físicas condicionales (resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad) y las capacidades coordinativas (especificas), los movimientos tienen que ser precisos y armónicos en su ejecución; los métodos y medios, dependerán de cada una de las capacidades a desarrollar teniendo en cuenta las características morfo funcionales de cada edad.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **ETAPAS** | **INICIACIÓN** | | **FORMACIÓN** | |
| **NIVEL** | **BASE** | **IRRADIACIÓN** | **FUNDAMENTACIÓN** | **APROPIACIÓN** |
| **EDAD** | **6-7-8** | **9-10-11** | **12-13-14** | **15-16-17** |

**INICIACIÓN DEPORTIVA**

Sánchez Bañuelos (1990), entiende el concepto de iniciación deportiva en un sentido amplio, esto es, “no considera a un individuo iniciado hasta que no es capaz de tener una operatividad básica, sobre el conjunto global de la actividad deportiva, en la situación real de un juego o competición”. Es un concepto de operatividad motriz y no de comprensión y memorización de una serie de datos a nivel verbal. Para Hernández Moreno (1995), la iniciación deportiva “es el proceso de enseñanza-aprendizaje, seguido por el individuo para la adquisición del conocimiento y la capacidad de ejecución práctica de un deporte, desde que toma contacto con él hasta que es capaz de practicarlo con adecuación a su técnica, su táctica y su reglamento." Esta vez la definición está planteada desde el punto de vista educativo al hacer incidencia en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Blázquez (1995), también defiende el concepto de iniciación deportiva desde el ámbito educativo aportando que es “el período en que el niño empieza a aprender de forma específica la práctica de uno o varios deportes”. Desde el punto de vista educativo, por tanto, la iniciación deportiva supone un proceso de cara a la socialización del individuo, si bien dicho proceso, como señala Blázquez (1995) “se orienta más a unos aprendizajes genéricos que al logro de una práctica eficaz en relación al deporte de competición”. Asimismo, Contreras (1998) considera que “los valores y actitudes, no han de ser los propios de la competición los que deben ser objetos de transmisión, sino aquellos otros que caracterizan al deporte en sus aspectos lúdicos y de entrenamiento del tiempo libre”.

**LA EDAD DE INICIACIÓN.** Jolibois (1975), propone el período comprendido entre siete y ocho años, como el momento más adecuado para la iniciación deportiva y denomina a este período como “la edad del aprendizaje”. Otros autores han defendido y demostrado esta idea apoyada en razonamientos teóricos y datos experimentales, sobre aspectos evolutivos. Sánchez Bañuelos (1986) incide en que el deporte, una vez desarrolladas las habilidades básicas, convendría introducirlo en una edad que corresponde con el 5º curso de Educación Primaria. También desde el punto de vista evolutivo y del desarrollo motor, se puede afirmar que si no exactamente a estas edades, aproximadamente hacia los 10 años podrían introducirse las actividades deportivas (Gallahue, 1982). Le Boulch (1991), matiza que el deporte educativo puede ser aplicado hacia los ocho ó nueve años como medio de educación psicomotriz ya que en esta edad es cuando se corresponde con una etapa de socialización cooperativa.

**FASES DE LA INICIACIÓN DEPORTIVA**.

Según Sánchez Bañuelos (1986), la enseñanza en esta etapa puede estructurarse según una serie de fases. Antes de desarrollar estas fases considera tres puntos fundamentales: 1. La edad cronológica y la edad biológica pueden no coincidir.

2. La iniciación deportiva lleva implícita un principio de especificidad como base de una futura especialización.

3. Las características del deporte pueden influir de una manera determinante en la edad adecuada para su iniciación. A. En deportes individuales, ya sean en “línea o de adversario”.

1. Presentación global del deporte. En esta fase, el alumno/a ha de comprender el objetivo y significado del deporte. El maestro/a debe dar el conocimiento de las reglas fundamentales, sobre todo las que sean determinantes para delimitar el tipo de ejecución y las técnicas específicas.

2. Familiarización perceptiva. Se ha de atender principalmente los aspectos perceptivos de la actividad en sí y a los del entorno en el cual debe desenvolverse. Sólo si estos aspectos han sido asimilados pueden aprenderse con éxito los elementos iniciales de la ejecución. Es entonces cuando el alumno/a puede formarse una “atención selectiva” en función de la que poder estimar correctamente el valor que tienen los diferentes estímulos presentes y la importancia o insustancialidad de la información.

3. Enseñanza de los modelos técnicos de ejecución. Todos los deportes tienen una técnica o técnicas de ejecución que se constituyen en modelos de eficiencia a asimilar. El maestro, mediante la instrucción directa incidirá en el tipo de práctica global o analítica que vendrá determinado según el análisis del deporte en cuestión. El alumno/a, en esta fase, ha de llegar a adquirir los fundamentos de la técnica individual.

4. Integración de los modelos técnicos en las situaciones básicas de aplicación. Se deben plantear situaciones lo más próximas posibles a la situación real en las que el alumno/a pueda experimentar la dificultad real de ejecución que implican los diferentes elementos en su contexto auténtico. Esta fase supone la culminación de la etapa de iniciación y el alumno/a habrá alcanzado la operatividad prevista, pero en otros muchos deportes individuales o colectivos, donde el componente decisión es determinante, será necesario pasar a la siguiente fase.

5. Formación de los esquemas fundamentales de decisión. Hace referencia a la formación de una adecuada táctica individual. La estimación correcta de la adecuación-inadecuación de las diversas alternativas motrices, en una circunstancia determinada, supone un largo proceso de aprendizaje, así como el perfeccionamiento de los elementos técnicos de ejecución, pero las claves fundamentales pueden ser asimiladas por el alumno en esta fase de forma que, en el futuro, el desarrollo de su esquema de decisión se vea facilitado. El maestro debe plantear situaciones de enseñanza en las que de una manera gradual la alternativa táctica básica sea binaria hasta llegar a situaciones de decisión múltiple. De este modo el alumno irá adquiriendo un sentido táctico y una capacidad de anticipación cognitiva, es decir, intuir qué es lo que va a hacer el oponente en función de qué es lo que sabe hacer mejor y qué es lo más probable. Para los deportes individuales, esta fase constituye la culminación de la etapa de iniciación. En los deportes colectivos se precisará de las dos etapas siguientes. B. En deportes de carácter colectivo o de equipo han de estar cubiertas las dos siguientes fases:

6.-Enseñanza de los esquemas tácticos colectivos. Está en relación con el aprendizaje de diferentes sistemas de juegos tanto de ataque como de defensa. Esta fase tiene como objetivos el desarrollo de la estrategia de conjunto y la toma de conciencia de la utilidad de cada estrategia.

7.-Acoplamiento técnico y táctico de conjunto. Es la fase final del proceso de iniciación deportiva, el grupo de alumnos debe actuar como un todo, dando lugar a la cooperación en función del objetivo común. Los objetivos a conseguir serán el desarrollo de la capacidad de coordinar acciones y el desarrollo del sentido cooperativo y el espíritu de equipo. El autor destaca que aunque las etapas tienen un carácter sucesivo no tienen por qué ser estrictamente consecutivas y un cierto solapamiento de las fases contiguas no solamente no es desaconsejable, sino que puede ser conveniente en muchos casos.

**Formación deportiva**

La formación deportiva se conoce como el ámbito donde pueden integrarse diferentes aspectos, que van desde la formación en principios pedagógicos y sociales hasta la agrupación de jóvenes deportistas que se perfilan hacia el alto rendimiento (Blázquez, 1999; Murcia, Taborda y Ángel 2003; Pérez-Turpin y Suarez, 2007), aunque la formación deportiva carece de una definición específica, debido a que se debe tener en cuenta el tipo de proceso, ya sea desde el deporte orientado dentro del currículo escolar hasta la escuela de formación deportiva, los cuales tienen diferentes características y requerimientos específicos según el interés de desarrollo, el tipo de participación y los roles que se deben asumir para el proceso (Vásquez et al., 2001).

En el proceso de formación deportiva, también es importante tener en cuenta el entorno vital, ya que este contiene las condiciones básicas de vida del deportista, su estabilidad emocional, el reconocimiento social y sus perspectivas de futuro, al igual que el entorno del entrenamiento como el apoyo técnico, científico, tecnológico, de infraestructura y de dedicación prioritaria (Capetillo, 2011; Sáenz-López, 2010). Por consiguiente, es base para que en la preparación se desenvuelva el desarrollo físico, técnico-táctico, intelectual, psíquico y moral, con el objetivo central de alcanzar logros o el máximo rendimiento, lo cual hace que sea un proceso complejo por sus acciones, además de la sistematización de lo que conlleva la formación del deportista (Gómez, 2011; Melo, Moreno, Aguirre, 2012; Weineck, 2005).

**EDAD PARA LA FORMACIÓN DEPORTIVA.**

Según el autor Tudor O. Bompa la edad para el desarrollo de esta etapa se da entre los 11 y los 14 años, en la cual es apropiado aumentar progresivamente la intensidad del entrenamiento durante la etapa de desarrollo de la formación deportiva. Aunque la mayoría de deportistas siguen siendo vulnerables a las lesiones, sus cuerpos y capacidades se desarrollan rápidamente. Su sistema cardiorrespiratorio continúa desarrollándose y la tolerancia a la acumulación de ácido láctico mejora gradualmente.

Es importante comprender las variaciones en el rendimiento pueden ser el resultado de diferencias en el crecimiento. Algunos deportistas pueden experimentar un rápido estirón de crecimiento que puede explicar por qué les falta coordinación en determinadas destrezas. Por lo tanto, se debe enfatizar en el desarrollo de las habilidades y capacidades motoras y no en el rendimiento y la victoria.

**11. MALLAS CURRICULARES**

Definición: La malla deportiva es un instrumento que contiene la estructura del diseño en la cual los docentes, maestros, abordan el conocimiento de un determinado curso, de forma articulada e integrada, permitiendo una visión de conjunto sobre la estructura general desde el área de Educación Física de las metodologías, procedimientos y criterios de evaluación con los que se manejarán en el aula de clase.  Se denomina "malla" ya que se tejen tanto vertical, como horizontalmente, incorporando idealmente a la Transversalidad.

Por directriz del grupo técnico cada metodólogo formalizo una malla curricular de su deporte específico que se estructuro por mes, teniendo en cuenta 4 componentes (técnico, táctico, reglamentario y físico motriz), cada metodólogo desarrollo los objetivos y contenidos de cada una de las 21 disciplinas deportivas que contempla el programa DEPORVIDA:

**10.1.1 Técnico:** componentes técnicos para conseguir que los beneficiarios sean capaces de llevarlos a cabo.

**10.1.2 Táctico:** componentes tácticos para conseguir que los beneficiarios sean capaces de llevarlos a cabo.

**10.1.3 Físico motriz:** Desarrollo de los patrones motrices en sus fases de iniciación y formación deportiva.

**10.1.4 Reglamentario:** Practicar las reglas de juego utilizando la sesión de clase como herramienta de juego.

Las mallas por deporte responden las siguientes preguntas:

Objetivos: ¿Paraqué enseñar?

Contenidos: ¿Qué enseñar?

Se orientó a los metodólogos con el fin de complementar las mallas curriculares de las 21 disciplinas deportivas de anexar los indicadores deportivos por mes que se evaluaran de forma subjetiva por monitor deportivo teniendo en cuenta los 4 componentes ya mencionados.

Objetivos: ¿Paraqué enseñar?

Contenidos: ¿Qué enseñar?

Indicadores: Evaluación del proceso.

Se creó un mismo formato para las mallas curriculares en la cual se unificaron los criterios de los metodólogos y monitores deportivos que las complementaron en reuniones orientadas por los metodólogos.

Las mallas curriculares para deporte adaptado tanto para discapacidad visual, auditiva y cognitiva fueron creadas con el ánimo de realizar una oferta deportiva a personas con discapacidad y teniendo en cuenta tanto aspectos físicos, cognitivos y propios de los clases de personas a quienes va dirigido el programa discapacidad.



Para los niños y niñas con discapacidad visual se ofrecen tres (3) deportes que les ayudan a mejorar aspectos de su vida cotidiana pues se trabaja con ellos no solo aspectos deportivo sino que se hace mucho énfasis en mejorar habilidades motrices básicas que les permitan tener una mayor destreza al momento de realizar una actividad deportiva o de la vida cotidiana.







**12. SESION DE CLASE**

La sesión de clase del programa Deporvida, se modificó para el 2017, con el objetivo de unificar criterios de orden metodológico y pedagógico, teniendo en cuenta aspectos técnicos generales; para esto se diseñó una sesión la cual se dividió en diferentes momentos, integrando los componentes que se desarrollan en los aspectos deportivos (físico, técnico, táctico, reglamentario) y psicosociales (valores y habilidades sociales), donde el monitor debe cumplir en cada una de las sesiones con las especificaciones de cada actividad propuesta.

Los monitores deportivos deben tener presente que los contenidos a desarrollar son lo que están dentro de los programas de cada uno de los deportes y esta es la guía para el desarrollo practico de la sesión de clase.

Para la división de la sesión de clase se tuvo en cuenta 4 grandes momentos enmarcados en 16 actividades que estas diseñadas para que se cumpla con los diferentes principios pedagógicos, además de perseguir los objetivos que se busca en las etapas de iniciación y formación deportiva, donde no solo se le brindara el conocimiento técnico de una disciplina si no que se integrara el aspecto psicosocial, además de brindarles herramientas a los niños y jóvenes en las cualidades motrices y coordinativas que les ayude a desarrollar destrezas y hábitos de vida saludable a través del deporte; a continuación se describirá las 16 actividades propuestas para la sesión de clase:

**ACTIVIDAD 1, RECIBIMIENTO DE LOS NIÑOS:** en este primero momento de la sesión de clase, el monitor deberá llegar al escenario deportivo 15 minutos antes de la hora de citación de los niños, con el objetivo de que haga una evaluación sobre las condiciones en las cuales se encuentra el escenario y verificar si puede realizar lo planeado o deberá tener una segunda opción para ejecutar dicha práctica, además de promover el valor de la responsabilidad y la habilidad social de la puntualidad; por otro lado el monitor tendrá el tiempo suficiente para organizar los materiales didácticos de la sesión y lograr una mayor dinámica, entre los cambios de actividades.

**ACTIVIDAD 2, SALUDO:** en la llegada de cada uno de los beneficiarios se les inculcara que deben de realizar un saludo cordial al monitor deportivo, a los compañeros, así como también a las personas que se encuentren cerca de la zona de la práctica deportiva, creando desde el inicio un ambiente agradable y mejorando las relaciones sociales de cada uno de ellos.

**ACTIVIDAD 3, CUIDADO DEL MEDIO AMBIENTE**: los niños, junto al monitor deportivo realizaran la limpieza general del escenario y sus alrededores, con el objetivo de cuidar el medio ambiente; además de poder realizar la práctica deportiva en un lugar limpio que mejore las condiciones para el proceso de enseñanza aprendizaje.

**ACTIVIDAD 4, CHARLA INICIAL:** el monitor deportivo reunirá su grupo y les socializara el tema y los objetivos que se desarrollaran en el sesión de entrenamiento, además de reforzarles algunos aspectos importantes del componente psicosocial, de manera muy breve y de fácil comprensión para los niños, esto hará que los monitores mejoren su liderazgo y ascendencia dentro del grupo, puesto que los niños deben estar atentos a las indicaciones del monitor.

**ACTIVIDAD 5, JUEGO:** como primera parte practica el monitor desarrollara un juego, con el cual se pretende, que por medio de una actividad lúdica, el niño@ potencie sus capacidades físicas, motrices y emocionales; además es importante resaltar que el monitor deberá tener en cuenta la edad de los participantes, las características primordiales del juego (libre y voluntario, reglamentado, tiempo y espacio y su desarrollo debe de ser incierto), para la aplicación de los diferentes tipos de juego ( rompe hielo, dinámicas, rondas, predeportivos, etc) y así cumplir con el objetivo de integrar el aprendizaje deportivo por medio de la diversión. Otro objetivo que busca la puesta en práctica es el desarrollo del componente psicosocial, teniendo en cuenta el eje temático planteado por el equipo de trabajo.

**ACTIVIDAD 6, ESTIRAMIENTO GENERAL**: se realizará una serie de estiramientos generales de los principales músculos, para continuar con el aumento de la temperatura corporal, predisponer los músculos para actividades posteriores y prevenir una posible lesión, así como también en los grupos que se encuentran en la etapa de formación deportiva lograr identificar los diferentes tipos de músculos y las acciones que estos hacen con relación a los movimientos de los segmentos corporales.

**ACTIVIDAD 7, HABILIDADES MOTRICES y COORDINACIÓN:** teniendo en cuenta el desarrollo multilateral de las capacidades físicas del niño, el monitor planeara actividades que vayan encaminadas a mejorar las habilidades motrices de los niños en la etapa de iniciación, y las capacidades coordinativas generales y específicas de los que se encuentran en la etapa de formación, para el desarrollo de este momento el monitor deportivo deberá aplicar diferentes medios y métodos, que no lleven al niño a la monotonía y lograr una motivación e interés por la práctica deportiva.

**ACTIVIDAD 8, HIDRATACIÓN:** para la hidratación, todos los niños deben de llevar un termo con agua o bebida hidratante puesto que es indispensable hidratarse durante la práctica deportiva además de inculcar el valor de la responsabilidady crear un habito saludable indispensable para el proceso de entrenamiento.

**ACTIVIDAD 9, EJERCICIOS INTRODUCTORIOS:** de acuerdo al tema a desarrollar durante la sesión (componente técnico), el monitor programara una actividad que le facilite el aprendizaje de la ejecución del elemento a enseñar, puesto que las características de este tipo de ejercicios es que el niño realice un gran número de repeticiones del elemento técnico para una automatización del movimiento; en estas actividades los monitores deportivos deberán estar muy atentos a los posibles errores que se comentan en la ejecución para una corrección acertada que mejore el elemento enseñado.

**ACTIVIDAD 10, EJERCICIOS AVANZADOS:** este tipo de ejercicios los monitores desarrollaran los competes técnicos- tácticos por medio de actividades de mayor dificultad, con relación a la actividad número 9, pues la idea es aumentar progresivamente la intensidad de los ejercicios, tratando de estos tengan algún parecido con la competencia.

**ACTIVIDAD 11, EJERCICIO EVALUATIVO:** para esta parte, la actividad es básicamente la práctica deportiva, en la que se evalué los aspectos que se trabajaron en la sesión, además de involucrar el componente reglamentario.

**ACTIVIDAD 12, HIDRATACIÓN:** teniendo en cuenta que los momentos anteriores son de alta exigencia, en esta actividad realizaremos la segunda hidratación de la sesión de clase con las mismas exigencias del momento 8 (primera hidratación de la sesión).

**ACTIVIDAD 13, ESTIRAMIENTOS:** se realizarán ejercicios de estiramientos estáticos, haciendo énfasis en los músculos más ejercitados, con el fin de bajar la intensidad de la clase.

**ACTIVIDAD 14, RECOGER IMPLEMENTOS:** todos los integrantes del grupo junto al monitor, recogerán los implementos utilizados en la sesión con la intención de fortalecer el trabajo en equipo, así como también crear un sentido de pertenencia por los implementos utilizados, creando conciencia que la pérdida de un implemento deportivo perjudica el proceso deportivo y social que se está desarrollando

**ACTIVIDAD 15, CHARLA FINAL:** los monitores reúnen a todo el grupo, y se realizara una retroalimentación de la sesión de clase, en el cual los niños manifestaran el parecer de las actividades; en una segunda parte el monitor deportivo destacara a los niños que tuvieron un buen desempeño en la sesión, resaltando los niños de mejor comportamiento y los que más se esfuerzan por la mejora deportiva, con la intención de que sea un incentivo para el resto de niños.

**ACTIVIDAD 16, DESPEDIDA:** en esta última actividad los niños se despedirán del monitor deportivo, sus compañeros y demás personas que se encuentren en el escenario deportivo, en esta parte el monitor deportivo estará atento a que todos los niños se retiren del escenario asegurándose de que no quede ninguno en los alrededores.

Las sesiones de clases para niños y niñas con discapacidad se realizan pensando tanto en el aspecto físico, el desarrollo de las habilidades motrices básicas y la formación en valores que se socializan en cada uno de los encuentros que se tienen con los grupos de niños.

**13. LOGROS Y RESULTADOS ESPERADOS**

Los logros y resultados que se espera obtener con los niños, niñas y jóvenes con discapacidad es obtener mejoras en las actitudes y aptitudes personales, en las habilidades motrices básicas y capacidad de coordinación así como en los gestos técnicos de las diferentes disciplinas deportivas. De este modo se logrará detectar los niños con cualidades sobresalientes y que muestren gran destreza en alguna disciplina deportiva, con el ánimo de seguir su proceso dentro del ámbito deportivo.

**14. CONTENIDOS**

*Los Contenidos Específicos para la Etapa Formación Polifacética (sesiones de clase).* Los contenidos (aprendizajes y resultados esperados) para esta etapa, comprenden la *práctica polideportiva [experiencia motriz generalizada* (Blásquez y otros, 1995; pg. 273)], donde los contenidos de aprendizaje incluyen diferente tipo de experiencias y gestos deportivos; *se trata de vivenciar prácticas de sentido, donde se posibilite el conocimiento multidimensional de sí mismo, además, del reconocimiento y valoración de la diferencia en los otros, potenciando el talento humano como aprendizaje para toda la vida* (SED, (En un máximo de seis páginas).

*Los Contenidos Específicos para la Etapa*

**Base:** el objetivo será desarrollar la actividad motora (habilidades motoras básicas, coordinación, equilibrio, velocidad), el conocimiento del esquema corporal, la diferenciación segmentaria, afianzar la multilateralidad como base de la orientación espacial. Existen innumerables juegos y actividades que benefician este tipo de desarrollo.

**Irradiación:** se podrá comenzar con actividad predeportiva, minideportes. Esto último les permitirá elegir destrezas que estén de acuerdo con sus aptitudes motrices y funcionales. Sería conveniente la iniciación en las prácticas del atletismo, porque esto les permitirá perfeccionar el salto, el lanzamiento y la carrera, utilizando siempre la competencia como medio educativo y no como fin.

**Fundamentación:** la habilidad general motora adquirida les permitirá manejar su cuerpo en el tiempo y en el espacio. En este momento ya se puede comenzar a desarrollar la habilidad motora específica, estimulando la flexibilidad, la fuerza (sin el empleo de cargas máximas) y la resistencia (más la aeróbica que la anaeróbica). Además, se trabajará para que el niño logre desarrollar el dominio y uso de su cuerpo en movimientos analíticos, así como la incorporación de técnicas y gestos propios de cada deporte.

**Apropiación :** Es la de maduración puberal; es la etapa adolescente en la que ya se puede comenzar el deporte con sus reglas, respetando los momentos evolutivos propios de cada niño en particular, debido a la gran variabilidad que los cambios puberales presentan individualmente. Es importante controlar en los niños tanto el cansancio físico como la tensión psicológica y emotiva que provoca la participación en los deportes. De allí que la actividad física debe estar controlada y dirigida, dosificando el entrenamiento de acuerdo con la edad biológica y las posibilidades de cada uno. el adolescente ya puede iniciar la práctica del deporte competitivo, ya sea en una disciplina de conjunto o individual.

**METODOS DEPORVIDA**

Juego

Analítico

Global

Circuito

**MEDIOS DEPORVIDA**

Diferentes tipos de juego (predeportivos, integración, relevos, habilidad, persecución, rondas, dinámicas, etc.)

Ejercicio introductorio

Ejercicio avanzado

Ejercicio evaluativo

**15. DESCRIPCION DE METODOS Y MEDIOS**

Este es un informe longitudinal debido a que es un proceso que se va a llevar a cabo en el transcurso del año a los niños, niñas y jóvenes con condición de discapacidad del programa DEPORVIDA

*Los métodos.* Reconocidos como los modos, formas y procedimientos estructurados, organizados y sistemáticos de proceder para llegar a un resultado, deberán ubicarse espacial y temporalmente, soportados en la particularidades, características y necesidades del practicante.

*Los medios,* Para algunos autores, son las formas de implementar los métodos (p.e., método interválico, medio - carrera), para el aprendizaje y/o la preparación deportiva. En algunos casos hacen referencia a dispositivos, diseñados y elaborados, para facilitar el aprendizaje.

**MÉTODOS Y MEDIOS DE ENTRENAMIENTO DEPORTIVO**

Matveev (13) dice que el conjunto de ejercicios que se emplean en la preparación del deportista constituye algo primordial, de lo cual se compone el grupo de los medios específicos de la realización de las tareas previstas en ella, y, a su vez, las formas metódicamente ajustadas de la reproducción de las acciones en los ejercicios constituyen la parte fundamental del arsenal de los métodos que se practican en ella. De tal manera, los ejercicios figuran aquí con doble significado: en calidad de medio y en calidad de método de la preparación. Cuando se examinan en calidad de medio de preparación, entonces centra la atención en el fundamento de objeto y contenido de las acciones por medio de las cuales forman determinadas habilidades, elaboran hábitos, aprovisionan las influencias dirigidas hacia unas u otras capacidades independientemente de las variantes de reproducción de estas acciones. Cuando se trata de método de su reproducción (método del ejercicio), en este caso se centran en la manera de reproducción de las acciones, en el orden concreto, régimen, reglamento. Además, se tiene en cuenta que las mismas acciones pueden producir un efecto muy distinto dependiendo de las singularidades de los métodos de entrenamiento.

**Métodos de entrenamiento**

Platonov , plantea un el conjunto de los métodos de entrenamiento divididos en tres grupos: orales, visuales y prácticos, de hecho, siempre asociados siguiendo múltiples combinaciones. Método práctico La estructura del trabajo práctico de entrenamiento se define por el hecho de que éste se efectúa de manera continua o que se ve interrumpido por intervalos de reposo. Este se divide en dos grupos: 1. Métodos dirigidos generalmente a la asimilación de la técnica deportiva (formación de habilidades y hábitos motores característicos del deporte); la asimilación de la técnica deportiva se realiza por partes, posteriormente, la ejecución integra de las acciones motrices unirá los componentes de los ejercicios complejos asimilados posteriormente. Al aplicar los métodos del aprendizaje de los movimientos, el papel importante pertenece a los ejercicios de aproximación y de imitación. 2. Métodos dirigidos principalmente al desarrollo de las cualidades motoras; estos no solo desarrollan las cualidades físicas, sino que también perfeccionan la maestría técnico – táctica y las cualidades físicas.

En el proceso de entrenamiento los ejercicios se realizan de acuerdo a el método continuo (ejecución continua de un solo trabajo de entrenamiento) o interválico (ejecución de los ejercicios con pausas reglamentadas de descanso). Método verbal Los métodos verbales que se utilizan pertenecen a la descripción, explicación, lección, charla, análisis y consideraciones; estos métodos son utilizados en especial durante la preparación de los deportistas, utilizando la terminología especial y la combinación de los métodos visuales con los verbales. Método visual Son ante todo la correcta demostración, en sentido metodológico, de algunos ejercicios y sus elementos. Se usan medios auxiliares de demostración como películas, grabaciones. Son muy usados los métodos de orientación: simples, que limitan la dirección de los movimientos, la distancia ha recorrer, etc. y los complejos, luz, sonido y equipos mecánicos. Estos mecanismos permiten al deportista recibir información sobre las características de los movimientos en los espacios, tiempo, ritmo y dinámica

**METODO TRADICIONAL O ANALITICO O DE LAS PARTES**

Sánchez (1992) describe una serie de fases para explicar qué progresión lleva este modelo tradicional. La primera fase empieza por una enseñanza de las habilidades específicas de la modalidad deportiva de la que se trate, fuera del contexto de juego. Estas habilidades tienen como referente un modelo de ejecución, que responde a la manera más óptima de realizar las diferentes habilidades, sin saber bien qué criterio se utiliza para definir la eficacia. Según Blázquez (1999) esta fase se inicia con tareas de técnicas básicas. Además, cuando la habilidad presenta cierta complejidad, se descompone el gesto en partes, siendo practicado por el jugador hasta conseguir su automatización. Cuando se aprende una técnica, se proponen otras cada vez más complejas.

Con respecto al tipo de tareas que se emplean por este modelo, según Contreras, De la Torre y Velázquez (2001), en el método de mando directo se pueden utilizar las tareas globales y sus variantes, aunque lo más frecuente cuando la habilidad presenta una cierta complejidad, es utilizar estrategias fraccionadas más analíticas. Como dice Blázquez (1999), este modelo mantiene como criterio de enseñanza partir de lo simple para alcanzar lo complejo, siendo lo simple la técnica aislada, y lo complejo la práctica global, sin preocuparse por lo que influye para que una habilidad sea simple o compleja. Desde un punto de vista de la especificidad de la tarea (Alarcón, 2008), utilizan prioritariamente tareas inespecíficas aisladas del juego, o tareas específicas globales, sin plantear tareas más dirigidas que busquen utilizar modificaciones cualitativas. Como mucho las tareas serán globales con alguna modificación cuantitativa (variando el número de jugadores).

Según el grado de definición, este método utiliza tareas definidas de tipo II (Blázquez, 1982), en la cual todo está especificado, pues se busca, según la clasificación de Delgado (1991), una técnica de instrucción directa. Así, en lo concerniente a la información que el entrenador da al jugador, aquél plantea una comunicación unidireccional, explicando un conocimiento que posee de manera clara y precisa, sobre un modelo que hay que imitar, utilizando para ello una información de tipo verbal y visual (Blázquez, 1999; Delgado, 1991; Contreras y otros, 2001). Con respecto al feedback, está basado en la lógica del experto y no en la lógica del que aprende. Éste es de tipo masivo y general, y se dará durante la ejecución (sobre el conocimiento de la ejecución) o después de ella (conocimiento de resultados). También se utiliza el refuerzo, tanto negativo como positivo (Delgado, 1991). Esta información es descriptiva, de cómo ha sucedido la respuesta, las carencias que se observan o la manera ideal con la que se debía actuar, pero no se da información sobre cómo se deberían resolver esos problemas (Blázquez, 1999).

**METODO GLOBAL O DEL TODO**

Bayer (1992) plantea una secuencia en la que distingue tres momentos en el aprendizaje: 1) “orientación – investigación”, en el que el jugador afronta una situación problema; 2) “habituaciónconjunción”, en la cual el jugador capta cuáles son los elementos esenciales de la situación a los que ha de prestar mayor atención para conseguir la respuesta adecuada; y 3) “refuerzo o estabilización”, necesaria para fijar y automatizar las respuestas, variando las condiciones del entorno para que la respuesta sea flexible.

Blázquez (1986) desarrolla la propuesta de momentos del aprendizaje realizada por Bayer enriqueciéndola mediante una progresión en espiral, en la que, tras plantear la situación problema y dejar varios minutos de práctica, se detiene la misma para analizar las situaciones de juego y tomar decisiones, las cuales se aplicarán en una segunda fase de práctica. El ciclo se repetiría hasta la total comprensión de la situación y la corrección de los errores que se hubieran detectado. Para Blázquez (1999) la aplicación de estas fases de la situación de enseñanza debe ser común en todos los métodos activos. Por su parte, Hernández y Jiménez (2000) abordan la iniciación deportiva de cooperación/oposición, teniendo como objetivo inicial que los jugadores comprendan la lógica interna de estas actividades y su funcionalidad para, a partir de la comprensión del contexto, poder abordar aprendizajes específicos. Para ello proponen situaciones de juego reales simplificadas donde se concrete inicialmente el objetivo del juego, y se promueva una evolución reglamentaria a partir de las propuestas de los jugadores (juegos adaptativos), relacionando cada propuesta con el parámetro de la estructura reglamentaria simplificada correspondiente. Para que el jugador desarrolle un comportamiento estratégico básico desde el principio, propone otra fase en la que debe comprender los principios generales del juego que da Bayer (1992). Para ello los autores plantean situaciones pedagógicas contextualizadas (presencia de los parámetros de la estructura formal) donde se tomen como objetivos de actuación estos principios generales. En otra fase, para desarrollar los fundamentos de habilidades específicas individuales por bloques temáticos, atendiendo a los roles sociomotores del jugador, proponen situaciones pedagógicas contextualizadas donde el objetivo de referencia sea algunas de las posibles intenciones de juego

o conductas (subroles) del jugador en ese rol. A continuación desarrollan los Medios Básicos Estratégicos Motrices Colectivos (MBEMC) ofensivos y defensivos, mediante situaciones pedagógicas contextualizadas donde al menos existan dos alternativas de finalización. El desarrollo de estos contenidos, aportará a los jugadores alternativas claras de comunicación motriz. Y por último ajustan el comportamiento estratégico motriz individual y colectivo a los criterios de organización para las fases del juego.

En este modelo, como se observa, se utiliza una progresión de enseñanza que parte del juego más global, para seguir con una fase donde se plantean situaciones problema al jugador, con una progresión de dificultad de lo más simple a lo más complejo, partiendo de lo individual a lo colectivo, para terminar de manera global, donde se pone en práctica lo aprendido en las situaciones más similares al juego real. El diseño de tareas va a variar según la fase en la que se encuentre el jugador, pero se propone una modificación del grado de dificultad según la similitud con el juego (Alarcón, 2008), mediante juegos modificados (Thorpe, Bunker, y Almond, 1986) y según el grado de definición, mediante tareas semi definidas (Blázquez, 1982). En el modelo de Hernández y Jiménez (2000), para favorecer el desarrollo de las intenciones de juego relacionadas con un rol, los autores proponen limitar el comportamiento de los jugadores que asumen otro determinado rol (situaciones donde se limite o dificulte la actuación de los atacantes en favor de los defensores, o viceversa). Hernández (2000) también propone modificar los elementos del juego como el espacio, la meta, el tipo de interacciones, el móvil, el número de jugadores, y las reglas de juego (aunque en este último se incluiría el resto), para solucionar los problemas que según el autor aparecen en los deportes de colaboración-oposición.

**METODO DEL CIRCUITO**

El concepto de entrenamiento en circuito (EC) se originó en Inglaterra en los años 50 y fueron los alemanes M.Scholich y Ulrich Jonath quienes lo sistematizaron y le dieron la estructura actual.

El circuito significa “un trabajo realizado de forma continua de ejercicios que se suceden uno detrás del otro, atendiendo a unas técnicas propias de ejecución. Presentan un principio y un final bien definidos, y también un orden de ejecución preciso y determinado”.

Para definir lo que se entiende por trabajo en circuito de una forma específica y concreta, vamos hacer referencia a la definición que nos da M.Scholich (1986): “forma de organización para desarrollar y perfeccionar las cualidades del movimiento, utilizando ejercicios corporales ya conocidos y dominados”.

Dentro de este tipo de trabajo, debe darse una alternancia a nivel de trabajo de los diferentes grupos musculares, en el mismo circuito, para de esta forma establecer períodos de recuperación adecuados y que puedan darse cotas de rendimiento más alto.

Dentro de esta definición, es importante remarcar y matizar sobre todo, que los ejercicios deben ejecutarse de acuerdo con unas técnicas ejecutadas. Ya que una ejecución no correcta, implicaría la no consecución del objetivo planteado, y, por otra parte, podría comportar efectos negativos en los sujetos que trabajen con este método inadecuadamente. Ello se puede traducir en posibles lesiones, también adaptaciones fisiológicas no válidas.

Cada circuito, no debe ser entendido, como una forma única y exclusiva de trabajo, sino, bien al contrario, ha de servir para establecer modificaciones y variables que nos permitan mejorar los niveles de los sujetos con los que se trabaja.

Para ellos, cada circuito debe estar conformado por un número de ejercicios, que oscilaran entre 6 y 18, cantidades que se consideran adecuadas para los objetivos que se puedan plantear.

Por otra parte, el número de repeticiones, podrá oscilar también en función de los objetivos que se planteen y las características que presente el circuito. Se considera que el número de repeticiones puede oscilar entre 10 y 30 por ejercicio, según deseemos desarrollar la fuerza (repeticiones próximas a 10), o bien la resistencia (repeticiones próximas a 30). A partir de este planteamiento podremos utilizar una serie de variables que nos darán la adaptación adecuada a cada objetivo que se pretenda. Lo que al mismo tiempo nos servirá para diferenciar un circuito de otro.

Como el propio término indica, la realización de los ejercicios deben darse de forma continuada, previo a un orden establecido.

La propia terminología de denominación, nos lleva a entender que esta forma de trabajo, será llevada continuadamente, y al mismo tiempo diferenciando entre los ejercicios que compondrán cada circuito de forma particular.

**METODO DEL JUEGO**

Para Paredes (2003) “El juego, como el ser humano, no sólo es material: es espiritual. Y se materializa al crearse con su expresión de alegría, de diversión, de amor, o expresión de emociones”.

Según Navarro: Las denominadas teorías de juegos son realmente modelos que pretenden explicar y/o interpretar el juego satisfaciendo las interrogantes acerca de este comportamiento tan multifacético. No podemos otorgarle el calificativo de “teorías” porque carecen de un cuerpo completo de desarrollo, no se vinculan a una ciencia o ciencias (aunque intuya), no se preocupa de los problemas generales del método y, lo que llama más la atención, muchas de ellas no fueron enunciadas intencionalmente y, a veces, se han sacado de su contexto (2002)

Dice Schiller, citado por Navarro (2002:70): El juego es una actividad que se relaciona con el trabajo y la vida en la práctica y su finalidad es el recreo, siendo el placer un elemento natural e intrínseco; el juego, el azar y la ley están relacionados naturalmente y por ello se considera que el hombre es más humano cuando juega.

el juego es una acción libre ejecutada “como si” y sentida situada fuera de la vida corriente, pero que, a pesar de todo, puede absorber por completo al jugador, sin que haya en ella ningún interés material ni se obtenga en ella provecho alguno, que se ejecuta dentro de un determinado tiempo y de un determinado espacio, que se desarrolla en un orden sometido a las reglas y que da origen a asociaciones que propenden a rodearse de misterio o a disfrazarse para destacarse del mundo habitual (Huizinga, 1943)

**Algunas características del juego son:**

• Proporciona satisfacción inmediata. En el juego debe surgir y manifestarse el gusto por la práctica y la actividad. Ello genera confianza, placer y enriquece la expresión de los niños y las niñas.

• La participación es libre y voluntaria. La decisión de participar debe surgir de forma natural, sin presiones ni obligatoriedad. Sin la voluntad personal, el juego pierde toda su esencia.

• Se aceptan y cumplen las reglas. Los juegos contemplan un código de normas, explícitas e implícitas, que regulan la acción y las formas de participación y relación dentro de los mismos. Estas normas, en ocasiones, son construidas con previa convención, y en otras, obedecen a las costumbres en la práctica de los mismos. El incumplimiento violento de la regla ocasiona caos, desconcierto e igualmente implica sanciones reguladas y no reguladas, que son de obligatorio cumplimiento. Sin el respeto a la regla, el juego pierde su carácter como tal.

• El juego tiene la finalidad en sí mismo. Los resultados del juego son producto y esencia de la misma actividad y allí finaliza su interés. El juego carece de trascendencia con recompensas productivas externas a sí mismo. La motivación para la acción es de carácter personal: la persona juega porque lo desea y quiere jugar sin presión u objetivos externos a su propio interés.

El juego constituye un medio de comunicación y de expresión personal. En el juego, el niño y la niña expresan sus sentimientos, sus emociones y su carácter.

El juego exige poner en el escenario el esfuerzo máximo. El juego exige, en su realización, poner en acción todas las capacidades y las habilidades motrices, cognitivas, afectivas y sociales del/de la jugadora/a.

**El juego y su potencial formativo**

El juego se constituye en medio fundamental para el desarrollo de los programas de Educación Física en todas las edades. Por el juego se estimula el camino para la formación y la educación. Según la edad y las características de la población, se recomienda aplicar diferentes propuestas de juegos, que pueden ser orientadas a la recreación, la enseñanza de la Educación Física básica, la dinámica de grupo y la iniciación al deporte formativo, recreativo o de competición, todos con una intencionalidad formativa centrada en el desarrollo de la autonomía.

V. Navarro afirma: […] la autonomía supone el final de todos los caminos a los que conduce el aprendizaje. Mediante el juego se pueden alcanzar grados de autonomía muy importantes, pues con él se educan la persistencia, el autocontrol, la benevolencia, los valores estéticos, la autoconfianza, la participación, la solidaridad, la cooperación, la integración, la independencia, los dominios motores, las capacidades físicas… Fácilmente se entiende que manejamos una actividad, el juego con un amplísimo espectro de posibilidades didácticas. Por ser un medio lúdico por excelencia, el juego es de gran motivación para la Educación Física. En este sentido, se constituye en herramienta fundamental del profesor para facilitar los aprendizajes tanto de las habilidades motrices como de los fundamentos rítmicos, de la danza y las bases del deporte en la edad escolar. Al considerar el juego como medio didáctico para la formación y el aprendizaje motriz, se cuenta con las ventajas de desarrollar clases en un ambiente lúdico que ayude a los niños y las niñas en el desarrollo de la confianza en sí mismos/ as, el aprendizaje de habilidades motrices básicas de la Educación Física y del deporte escolar. Con el juego se propician espacios para compartir y comprender experiencias de aprendizaje en las cuales se pueden identificar fortalezas y debilidades propias y de las otras personas, que ayudan a entender a éstas en diversas situaciones, posibilitando de este modo espacios de socialización. Hablar del juego como medio de enseñanza de la Educación Física es hablar del juego desde la perspectiva de hacer de la clase un espacio en el que tengan cabida la lúdica, la imaginación, la fantasía, la creatividad y la iniciativa, entre otras posibilidades. El juego es un medio tanto de enseñanza como de aprendizaje, que hace referencia al desarrollo desde una perspectiva integral en la que se conjugan capacidades motrices, físicas, sociales, cognitivas y espirituales que contribuyen a la educación del ser humano en su integralidad. Con una buena preparación, usando el juego como medio central, se contribuye a mejorar aspectos de la persona como la aceptación de sí mismo y de los compañeros, el conocimiento del propio cuerpo y los cuerpos de las personas que nos rodean, aceptando y valorando todas sus posibilidades, limitaciones y fortalezas; además se contribuye al aprendizaje y desarrollo de habilidades y capacidades físicas y motrices, la aceptación de reglas y el desarrollo de una conciencia ética y estética. Es por estos elementos básicos que se mencionan que el juego se ha considerado como un medio educativo general y en la Educación Física, de manera especial, debido a que por su intermedio, la clase se hace más agradable y satisfactoria. En síntesis, por medio del juego motriz se pueden programar actividades y experiencias en las cuales se favorezcan tanto el aprendizaje motriz como el desarrollo de otras cualidades de la persona, relacionadas con sus emociones, sentimientos y habilidades cognitivas, comunicativas y sociales.

Ahora bien, entrando a lo que corresponde la definición de que se entiende por juego, Rousseau (1762) dice que “el juego es el modo de expresión del niño pequeño y su felicidad. Es autorregulador de su conducta y ejercicio de su libertad”. Es importante reconocer que el juego es la herramienta con la que los docentes se valen para intervenir en el aula, pero para los niños y las niñas, es la forma de disfrutar y gozar lo placentero de su vida. Además el juego es la manifestación más importante de los niños y las niñas, es su manera natural de aprender, de representar su mundo y de comunicarse con su entorno, manifestando sus deseos, fantasías y emociones.

Según la Real Academia de la Lengua Española dice del juego: “acción de jugar, pasatiempo o diversión”. (Moreno, 2002, p.21). Otro autor quién describe el juego es “Moreno 2002, (como se citó en Huizinga) “el juego es una acción libre, ejecutada, y sentida como situada fuera de la vida corriente, pero que a pesar de todo, puede absorber por completo al jugador, sin que haya en ella ningún interés material, no se obtenga en ella provecho alguno; que se ejecuta dentro de un determinado tiempo y un determinado espacio, que se desarrolla en un orden sometido a reglas y que da origen a asociaciones que propenden a rodearse de misterio o a disfrazarse para destacarse del mundo habitual”.

“El juego es la actividad que más interesa y divierte, al tiempo que constituye un elemento fundamental para el desarrollo de las potencialidades y la configuración de la personalidad adulta” (Bañeres et al. 2008).

También como dice “Pellicciotta et al. 1971, el juego se caracteriza por no tener otra finalidad aparente que su misma realización; corresponder a un impulso instintivo; por su carácter placentero; y por ser expresión libre y espontáneo del mundo infantil, es decir del mundo tal como lo percibe el pequeño. Jugar es afianzar la personalidad, es socializarse. El juego promueve las actividades en grupo, la posibilidad de compartir y colaborar” . Además, como bien dice Borja & Martín (2007), “el juego involucra a la persona entera: su cuerpo, sus sentimientos y emociones, sus inteligencias… Facilita la igualda posibilidades, permite ejercitar las posibilidades individuales y colectivas. Los niños que juegan mucho podrán ser más dialogantes, creativos y críticos con la sociedad”. Otra definición del juego según “Moreno 2002, (donde se citó en Zapata) el juego infantil es medio de expresión, instrumento de conocimiento, factor de sociabilización, regulador y compensador de la afectividad, un efectivo instrumento de desarrollo de las estructuras del movimiento; en una palabra, resulta medio esencial de organización, desarrollo y afirmación de la personalidad”. Además se encontró según Pugmire-Stoy (1996) quién define “el juego consiste en la participación activa en actividades físicas o mentales placenteras con el fin de conseguir una satisfacción emocional. El jugador debe poder controlar sus acciones”.

También como bien dice Claparede (1969) “el juego para el niño es el bien, es el ideal de vida. Es la única atmosfera en la cual su ser psicológico puede respirar y, en consecuencia puede actuar. El niño es un ser que juega y nada más”. Ahora bien se debe comprender entonces que el juego hace parte del ciclo vital y de la formación de los niños y las niñas de la educación infantil, porque ayuda al desarrollo intelectual, integral, afectivo, físico, social, y de una u otra forma prepara a los niños y a las niñas para la adaptación al medio social.

El juego, además es un instrumento de aprendizaje porque utiliza recursos naturales y materiales del entorno, que le permiten a los niños y a las niñas promover su desarrollo cognitivo por medio de la interacción que tienen con estos. Según Moreno (2002) “el juego es una constante vital en la evolución, en la maduración y en el aprendizaje del ser humano; acompaña al crecimiento biológico, psico-emocional, y espiritual del hombre, cumple con la misión de nutrir, formar y alimentar el crecimiento integral de la persona”.

El juego según Bañeres et al. (2008) “no es solo una posibilidad de autoexpresión para los niños, sino también de autodescubrimiento, exploración y experimentación con sensaciones, movimientos, relaciones a través de las cuales llegan a conocerse a sí mismos y formar conceptos sobre el mundo”. He aquí la importancia de que los docentes de la educación infantil se den cuenta de que el juego no es simplemente un disfrute del cual gozan los niños y las niñas en las primeras edades, sino que además es una herramienta que ayudará a la formación de ellos, mostrando que es tanto indispensable como vital para el desarrollo humano.

Vale la pena mencionar algunas de sus características principales, entenderlas y darles sentido, para qué cuando los docentes intervengan en sus prácticas educativas obtengan los mejores resultados.

Como se citó en “Garvey 1985, ciertas características descriptivas del juego son ampliamente citadas como importantes para su definición. La mayoría de los que estudian el juego aceptarían el siguiente inventario:

- El juego es placentero, divertido.

- El juego no tiene metas o finalidades extrínsecas. Sus motivaciones son intrínsecas y no se hallan al servicio de otros objetivos. De hecho es más un disfrute de medios que un esfuerzo destinado a algún fin particular.

- El juego es espontáneo y voluntario. No es obligatorio, sino libremente elegido por el que lo practica.

- El juego implica cierta participación activa por parte del jugador.

- El juego no guarda ciertas conexiones sistemáticas con lo que no es juego

- En el juego los niños y las niñas reafirman su personalidad y autoestima”

“El juego ha sido vinculado a la creatividad, a la solución de problemas, al aprendizaje del lenguaje, al desarrollo de papeles sociales y a otro numerosos fenómenos cognoscitivos y sociales” (Garvey, 1985). Ahora bien, se debe entonces hablar de la integración del niño en el juego y lo que ello implica, partiendo de que dicha “integración en el mundo social se funda en dos tendencias dominantes innatas: la de establecer relaciones personales estimulantes y la aprender las destrezas esenciales cotidianas mediante el juego. En el juego el niño realiza muchas cosas:

- Experimenta con personas y cosas;

- Almacena información en su memoria;

- Estudia causas y efectos;

- Resuelve problemas;

- Construye un vocabulario útil;

- Aprender a controlar las reacciones e impulsos emocionales centrados sobre sí mismo;

- Adapta su conducta a los hábitos culturales de su grupo social;

- Interpreta acontecimientos nuevos y, a veces, estresantes;

- Incrementa las ideas positivas relativas a su autoconcepto;

- Desarrolla destrezas motrices finas y gruesas”. (Pugmire-Stoy 1996) Como bien se citó en Pugmire-Stoy (1996) “el juego es tan necesario para el pleno desarrollo del cuerpo, el intelecto y la personalidad del niño como lo son, la comida, la vivienda,el vestid, el aire fresco, el ejercicio, el descanso y la prevención de enfermedades y accidentes para su existencia efectiva y prolongada como ser humano”. Ahora bien, es necesario que se mencione la clasificación del juego o los tipos de juego que existen, que permiten comprender mucho mejor el fin de este. A continuación se encontraran diversos tipos de juego en sus respectivas clasificaciones que complementan esta investigación.

**LOS JUEGOS PREDEPORTIVOS**

Los juegos predeportivos, o motrices son la base del futuro campeón, sea cualquiera la modalidad deportiva. Estos juegos llevan consigo una gran variedad de tareas motrices, que proporcionan al niño una gran riqueza motriz, las cuales son aplicables a cualquier deporte que el niño practique de mayor ya sea en un deporte individual, colectivo, o de adversario. Los juegos predeportivos son una forma, lúdica motora de tipo intermedio entre el juego y el deporte, que contiene elementos afines a una modalidad deportiva y que son el resultado de la adaptación de juegos deportivos con una complejidad estructural y funcional mucho menor, por su contenido estructural y propósito permite desarrollar destrezas motoras que sirven de base para el desarrollo de habilidades deportivas ya que contiene elementos afines a una actividad deportiva.(Cordoví Hernández, Rodríguez.2011) Para Moreno palo, (1985). “La aplicación del juego en el campo educativo hace imprescindible la dirección del mismo para la consecución de los objetivos que le son propios en este campo. Colaboran en la iniciación a los deportes, aportando los fundamentos de las diversas disciplinas deportivas”. González Millán, (2009). Plantea que las actividades que van a preparar al niño en sus inicios deportivos y que se adaptan a sus posibilidades fijadas por el desarrollo. Los Juegos predeportivos constituyen una variante de los juegos menores que se caracterizan porque su contenido propicia la adquisición de determinados movimientos, acciones y habilidades primarias que sirven de base para la asimilación de habilidades deportivas. Algunas de las reglas de estos juegos predeportivos son semejantes a las del juego deportivo y en ocasiones la idea parcial o total de un juego, brinda la imagen visible con un determinado deporte: atletismo, voleibol, básquetbol, fútbol. Su aplicación se haya estrechamente relacionada en el campo de la educación física, recreación y el deportes, con este tipo de juegos se prepara al escolar para el inicio al deporte mientras se disponga de una variada gama de juegos que aplicados convenientemente, puedes cubrir de una manera diversidad y más natural el periodo de formación física o al entreno que separa al juego del deporte, llenando las fases técnicas y también de formación. Físico deportivo escolar. Siendo los juegos de iniciación una posibilidad para el desarrollo de las habilidades motrices básicas habilidades adaptadas al niño en el atletismo. Esta forma didáctica de iniciación deportiva, donde el deporte se transforma en juegos más sencillos mediante adaptaciones a su reglamento. En los juegos predeportivos, el deporte es el verdadero centro de interés pedagógico, y todos los elementos que se utilizan incluyendo el propio juego prepararan al alumno para esa actividad mayor. Los juegos predeportivos son el vínculo para acceder al deporte, por eso es importante realizar una correcta progresión del juego al deporte.

Döbler y Döbler, (1975) define a los juegos predeportivos valiéndose de la organización, pueden convertirse en una parte fundamental de la formación atlética básica multilateral y en la Educación Física, constituyen las fases preliminares de las formas superiores que conducen adecuadamente a los juegos pre-deportivos. En definitiva son juegos complejos que van a desarrollar habilidades deportivas de forma genérica o especifica. Para Navarro, (1993). “Los juegos predeportivos como una actividad lúdica que supone la adaptación de otro de mayor complejidad o paralelismo. Sirven, por tanto, de puente en la etapa de iniciación deportiva entre el jugo más libre y el deporte, si bien muchas de estas actividades lúdicas también se utilizan en el estadio deportivo como actividades de calentamiento, de refuerzo o de predisposición a la competencia”.

García–Forjeda, (1987) precisan que los juegos predeportivos están situados entre los juegos simples y el deporte. Pero mucho menor que el deporte y que tiene reglas algo más complejas que los juegos simples. Pero no tan excesivamente complicadas como las que intervienen en el deporte. Exige la movilización de capacidades o habilidades hechas a la medida del pre púber. El juego predeportivos es un medio de expresión corporal, un instrumento de autoconocimiento, conocimiento del espacio donde se desenvuelve, ambiente de socialización, regulador y compensador de la afectividad, un efectivo instrumento del desarrollo de la estructura del pensamiento; en una palabra un medio esencial para desarrollo integral”, es aquí donde comprendemos y valoramos el quehacer de los profesores de educación física y entrenadores. (Zapata, Oscar A, 1983)

**Medios de entrenamiento**

Dice Platonov, que cuando se estudian los medios de entrenamiento, se insiste sobre todo en los ejercicios que influyen, directamente o no, en el dominio deportivo; se evocan igualmente los medios técnicos complementarios que se pueden utilizar en el curso de los ejercicios. Igualmente, se tienen que tener en cuenta las instalaciones ajenas y los medios de diagnóstico, cuya utilización estimula los ritmos del perfeccionamiento deportivo. Para MatveevUno de los indicios más importantes de la clasificación de los tipos de ejercicios que se practican en el entrenamiento deportivo es su similitud (o diferencia) con la modalidad deportiva elegida como objeto de especialización. Según este indicio los ejercicios se subdividen en ejercicios de preparación general, preparación especial y ejercicios de competición.

**Ejercicios de preparación general**

Aseguran el desarrollo funcional general del organismo. Pueden asegurar tanto un inicio de preparación en la disciplina concreta, como el desarrollo armonioso del organismo sin que sean implicadas las cualidades especiales de la disciplina. Incluso puede existir una cierta oposición entre las cualidades generales y las exigencias de la disciplina.

**Ejercicios de preparación específica**

Constituyen la mayor parte del entrenamiento de los atletas cualificados. Son ejercicios que, por su estructura, su intensidad y su duración, se acercan al máximo a las actividades de competición.

**Ejercicios de competición**

Consisten en la ejecución de ejercicios idénticos a las actividades de competición, o de ejercicios que están muy próximos a ellos, respetando las reglas y las limitaciones de la competición misma.

**16. FESTIVALES GENERAL Y ESPECÍFICO**

El programa “Festivales Deportivos *DEPORVIDA*” busca promover las actividades lúdicas y recreativas dirigidas a los beneficiarios del proyecto de centros de iniciación y formación deportiva *DEPORVIDA* de la Secretaría para el Deporte y la Recreación de Santiago de Cali.

Los Festivales Deportivos *DEPORVIDA* cuentan con tres componentes de intervención social.

***Componente Deportivo***

Promover las actividades deportivas, con el propósito de contribuir al proceso de formación integral de los niños, niñas y jóvenes a través de la organización y ejecución de torneos y festivales deportivos en disciplinas de conjunto e individuales.

Se tiene como objetivo demostrar las destrezas y habilidades adquiridas por los niños, las niñas y los jóvenes dentro de los procesos formativos en las sesiones de clase que orientan los monitores, la masificación de las diferentes disciplinas deportivas que comprende el proyecto *DEPORVIDA,* en las 22 comunas y 3 cuencas de Santiago de Cali, participantes en el proyecto apoyando el fomento de la base deportiva en nuestra Ciudad.

La participación en los Festivales Deportivos *DEPORVIDA* es obligatoria para todos los beneficiarios del proyecto.

**15.1 Componente Lúdico Deportivo**

Promover el desarrollo de las habilidades motrices básicas, las competencias ciudadanas y el mejoramiento de la calidad de vida en los niños, niñas y jóvenes del programa *DEPORVIDA* e iniciarlos de forma específica a practicar uno o varios deportes teniendo como estrategia básica la organización, desarrollo y ejecución de Festivales bien estructurados.

**15.2 Componente Psicosocial**

Los beneficiarios del programa de Centros de Iniciación y Formación Deportiva DEPORVIDA participantes en los Festivales Deportivos tendrán la asistencia Psicosocial, con profesionales que valorarán el comportamiento, individual y colectivo (de equipo) antes, durante y después de la actividad deportiva, teniendo en cuenta las posiciones y actitudes que adopten ante las circunstancias del juego los beneficiarios, monitores y padres.

**15.3 Festivales de habilidades y destrezas motrices**

Los beneficiarios del programa en nivel base no tendrán festival zonal de la disciplina que practican, por el contrario sí participaran en este festival, el cual es acorde a los contenidos que se trabajan en el campo con ellos, la metodología para estos festivales consiste en realizar un circuito que tiene un número de estaciones de acuerdo a la cantidad de niños y al espacio, cada estación consta de una habilidad motriz y un elemento técnico de alguna disciplina deportiva, metodólogos y monitores realizan el seguimiento a cada estación con un formato de evaluación que nos arrojara los niños que más se destacan en las habilidades.

**17. SISTEMA DE CONTROL Y EVALUACION**

Con el fin de medir los resultados que están dando los contenidos de cada malla curricular en el campo, los metodólogos realizaran unas evaluaciones de los elementos técnicos en cada disciplina. Para hacer posible estas evaluaciones es necesario crear unos objetivos e indicadores de orden técnico que abarquen los elementos técnicos de cada disciplina para trabajar durante el periodo total del programa, estas evaluaciones se realizaran de acuerdo al nivel que se encuentra cada grupo, nos arrojaran resultados de orden cuantitativo y cualitativo lo cual nos indica que se evaluara la eficacia del elemento y la eficiencia del gesto técnico, las evaluaciones se realizaran al inicio y final del periodo del programa.

Las evaluaciones de orden técnico se realizarán 2 veces en el año, la primera como diagnostico que debe ir dentro del primer semestre del año, una vez haya una buena cantidad de niños beneficiarios en las sesiones de clase y la segunda se hará finalizando el programa, cabe aclarar que la malla curricular que maneja Deporvida está para ejecutarse de enero a diciembre, por ende, la propuesta para realizar dichas evaluaciones son los meses de abril y noviembre.

El objetivo es que por medio de unos ejercicios evaluativos evidenciar el alcance que tiene nuestra propuesta metodológica la cual tiene como característica principal el trabajo coherente y direccionado por medio de unas mallas curriculares especificas por disciplina deportiva, estas determinan la dirección que debe llevar cada proceso, todos estos contenidos a diario se imparten en las sesiones de clase, utilizando los medios y métodos de entrenamiento deportivos y bajo el modelo pedagógico constructivista el cual busca también desde lo técnico dejar un aprendizaje teórico y práctico de los elementos técnicos de una manera significativa y duradera.

Es muy importante incluir dentro de las capacitaciones generales de los metodólogos a los monitores, la capacitación para la correcta ejecución de los ejercicios evaluativos, ya que los monitores serán los encargados de realizarlas dentro de sus sesiones de clase. Dichas evaluaciones estarán supervisadas por el metodólogo de la disciplina específica y el coordinador de la disciplina especifica.

Cabe resaltar que por el enfoque de nuestro programa las evaluaciones técnicas no buscan detectar talentos deportivos, como se menciona anteriormente las evaluaciones están direccionadas primeramente a medir como inician y como terminan los niños después de aplicar la propuesta metodológica y pedagógica y de esta manera evaluar si el programa que aplicamos por medio de la guía que es la malla curricular y las sesiones de clase es el adecuado para el mejoramiento de los elementos técnicos de las disciplinas. Por el mismo enfoque formativo de nuestro programa se escoge evaluar por medio de ejercicios comunes de una sesión de clase, pero estandarizados para que sirvan para medir y así nuestros beneficiarios se sientan más familiarizados con la evaluación.

**Protocolos de Evaluación Base-Atletismo Discapacidad Cognitiva**



**Evaluación Cualitativa Base-Atletismo Discapacidad Cognitiva**





**Evaluación Cualitativa Base-Atletismo Discapacidad Cognitiva**

**Evaluación Cualitativa Base-Atletismo Discapacidad Cognitiva**



|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ASPECTO TECNICO A EVALUAR** | **MUY BIEN 3** | **MUY BIEN 2** | **POR MEJORAR 1** |
| **GESTO TECNICO DE SALIDA** | Si el beneficiario realiza correctamente los 3 aspectos, la fluidez del movimiento, la posición del gesto técnico y realiza en el menor tiempo posible los 2 pasos de la zancada. | Si el beneficiario realiza correctamente 2 aspectos , fluidez del movimiento, la posición del gesto técnico, si realiza en el menor tiempo posible los 2 pasos de la carrera | Si el beneficio realiza correctamente tan solo 1 de los 3 aspectos, fluidez del movimiento, o la posición del gesto técnico o si realiza en el menor tiempo posible los 2 pasos de la zancada. |
| **SALTO BIPODAL** | Si el beneficiario realiza correctamente los 3 aspectos, si realiza correctamente las 3 fases del gesto técnico de salto, si realiza el salto con ambos pies al mismo tiempo y si es estable al caer del salto. | Si el beneficiario realiza 2 de los 3 aspectos que se evalúan, si realiza correctamente las 3 fases del gesto técnico de salto, si realiza el salto con ambos pies al mismo tiempo, si es estable al caer del salto. | Si el beneficiario realiza correctamente 1 de los 3 aspectos a evaluar, si realiza correctamente las 3 fases del gesto técnico de salto o si realiza el salto con ambos pies al mismo tiempo o si es estable al caer del salto. |
| **CARRERA Y TRIPLE SALTO** | Si el beneficiario realiza correctamente los 3 aspectos a evaluar, el gesto técnico de carrera, gesto técnico de saltos unipodales y tiene gran distancia en el triple salto. | Si el beneficiario realiza correctamente 2 de los 3 aspectos a evaluar, el gesto técnico de carrera, gesto técnico de saltos unipodales, tiene gran distancia en el triple salto. | Si el beneficiario realiza correctamente tan solo 1 de los 3 aspectos a evaluar, el gesto técnico de carrera, gesto técnico de saltos unipodales y tiene gran distancia en el triple salto. |



**Protocolo de Evaluación Base-Atletismo Discapacidad Visual y Auditiva**



**Evaluación Cualitativa Base-Atletismo Discapacidad Auditiva y Visual**



|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ASPECTO TÉCNICO A EVALUAR | MUY BIEN 3 | BIEN 2 | POR MEJORAR 1 |
| DESPLAZAMIENTO | Si el beneficiario realiza correctamente el desplazamiento conservando la línea recta y el carril correspondiente | Si el beneficiario realiza desplazamiento pero no conserva la línea recta pero si el carril correspondiente | Si el beneficiario realiza el desplazamiento pero no conserva línea recta y traspasa el carril correspondiente |
| PATRÓN CRUZADO | Si el beneficiario realiza correctamente el desplazamiento combinando brazos y piernas | Si el beneficiario realiza desplazamiento pero no coordina bien brazos y piernas. | Si el beneficiario realiza desplazamiento pero no coordina brazos |
| POSICION DEL CUERPO | Si el beneficiario realiza correctamente el movimiento péndulo y se realiza de forma secuencial, que la postura del cuerpo sea la correcta | Si el beneficiario realiza correctamente el movimiento péndulo pero no se realiza de forma secuencial y no presenta buena postura | Si el beneficiario no realiza correctamente el movimiento péndulo, no se realiza de forma secuencia y no presenta buena postura |



**Protocolo de Evaluación Base-Fútsala Discapacidad Visual y Auditiva**



**Evaluación Cualitativa Base-Fútsala Discapacidad Auditiva y Visual**



|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ASPECTO TÉCNICO A EVALUAR | MUY BIEN 3 | BIEN 2 | POR MEJORAR 1 |
| POSTURA DEL CUERPO | Si el beneficiario realiza correctamente la postura al momento de recibir el pase y baja el centro de gravedad para la recepción del balón | Si el beneficiario realiza una buena postura al momento de recibir el pase pero presenta dificultad en bajar el centro de gravedad para la recepción del balón | Si el beneficiario no realiza una buena postura al momento de recibir el pase y no bajar el centro de gravedad para la recepción del balón |
| EXTENSIÓN DE PIERNA | Si el beneficiario realiza correctamente la extensión de pierna para realizar el pase y flexiona para recepción del balón | Si el beneficiario no realiza correctamente la extensión de pierna para realizar el pase y flexiona para recepción del balón | Si el beneficiario no realiza correctamente la extensión de pierna para realizar el pase y no flexiona para recepción del balón |
| SUPERFICIES DE CONTACTO | Si el beneficiario realiza correctamente la recepción y el pase con la superficie de contacto que se le ha dado la instrucción | Si el beneficiario realiza la recepción y /o el pase con la superficie de contacto que se le ha dado la instrucción pero no tiene fallas a la hora de ejecutar alguno de los dos aspectos | Si el beneficiario no realiza correctamente ni la recepción y ni el pase y no se acata la instrucción sobre la superficie de contacto que se va a ejecutar el movimiento |



**Protocolo de Evaluación Base-Natación Discapacidad Visual y Auditiva**



**Evaluación Cualitativa Base-Natación Discapacidad Auditiva y Visual**



|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ASPECTO TÉCNICO A EVALUAR | MUY BIEN 3 | BIEN 2 | POR MEJORAR 1 |
| ELEVACIÓN DEL CUERPO | Si el beneficiario realiza correctamente la elevación del cuerpo tanto boca arriba como boca abajo, se mantiene a flote | Si el beneficiario realiza correctamente la elevación del cuerpo solo una de las posiciones o boca arriba o boca abajo, se mantiene a flote | Si el beneficiario no realiza correctamente la elevación del cuerpo ni boca arriba ni boca abajo, no se mantiene a flote |
| APERTURA DE EXTREMIDADES | Si el beneficiario realiza correctamente la apertura de extremidades tanto superiores como inferiores (posición de estrella) | Si el beneficiario realiza correctamente la apertura de uno de las extremidades tanto superiores como inferiores (posición de estrella) | Si el beneficiario no realiza correctamente la apertura de las extremidades ni superiores ni inferiores (posición de estrella) |
| EQUILIBRIO | Si el beneficiario se sostiene en la posición correctamente por más de 10 segundos | Si el beneficiario se sostiene en la posición por más de 5 segundos | Si el beneficiario no se sostiene en la posición |



**BIBLIOGRAFÍA**

Flaviano, L (febrero 2006). Marco teórico sobre la coordinación motriz. Efdeportes, 10, 93. Recuperado de: http://www.efdeportes.com/efd93/coord.htm.

Julian perez porto, A. g. (2010 ). *https://definicion.de/estrato/*. Recuperado el 10 de sep de 2017, de https://definicion.de/estrato/: https://definicion.de/estrato/

Oscar eduardo v, F. m. ( 25/02/2013). Evaluación del nivel socioeconómico: presentación de una escala adaptada en una población de. *Rev. cuerpo méd. HNAAA 6(1) 2013*, 1-5.

V, I. I. (enero 2007). Estratos Socioeconómicos:Percepciones y Opiniones. *Encuaesta nacional bicentinario uc- adimark una mirada al alma de chile* , 1-11.

Martinez J.R & Arroyo I.D. (2014). *Programa de desarrollo para el futbol correctivo planificación de 6 a 18 años.* Santiago de Cali. Escuela sin fronteras.

Dane. (2018). *Estratificacion social* recuperado de http://www.dane.gov.co/index.php/servicios-al-ciudadano/servicios-de-informacion/estratificacion-socioeconomica

Bogota (2015). ¿Cómo se determina el estrato? *EL NUEVO DIA.* Recuperado de: http://m.elnuevodia.com.co/nuevodia/especiales/negocios/258263-como-se-determina-el-estrato.

Kiphard, EJ & Schilling, F. (2007) Prueba de coordinación corporal para niños (KTK). Recuperado de: http://entwicklungsdiagnostik.de/ktk.html

Decreto 007 (2010). *Diario oficial 47.585.* Bogotá, Colombia. Recuperado de: http://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=38531#0

Ley 732 (2002). *Diario oficial 44.693.* Bogotá, Colombia. Recuperado de: http://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=4736

<https://efiesconselleria.files.wordpress.com/2010/09/09-evolucic3b3n-histc3b3rica-del-deporte-adaptado1.pdf>