



UNIVERSIDAD
DE CIENFUEGOS

**JUEGOS PREDEPORTIVOS PARA EL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES
TÉCNICAS DE BALONCESTO, VOLEIBOL Y FÚTBOL.**

TRABAJO DE DIPLOMA PARA OPTAR POR EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN CULTURA FÍSICA

AUTOR: Marcos Conde Madruga.

TUTORA: MSc. Yeney Calderón Villa.

Cienfuegos, 2020

“Año 61 de la Revolución.”

Resumen

La investigación fue realizada por inquietudes científicas surgidas a partir de los conocimientos teóricos, metodológicos y el tratamiento de las habilidades de los deportes en las diferentes unidades de los programas de Educación Física de 8vo grado. Los cursantes que reciben esta asignatura presentan dificultades técnicas en los deportes de Baloncesto, Voleibol y Fútbol. Por ello, el autor se ha planteado: Proponer juegos predeportivos para el desarrollo de las habilidades técnicas del Baloncesto, Voleibol y Fútbol en las clases de Educación Física. En este sentido, se conforma una muestra de 46 alumnos, de ellos, 25 son del sexo masculino y 21 del sexo femenino. Se parte del nivel alcanzado por los alumnos luego del diagnóstico del desarrollo actual de las habilidades combinadas de los diferentes deportes. En el proceso resulta necesario la utilización de los métodos de nivel teórico: histórico-lógico, analítico-sintético e inductivo-deductivo; del nivel empírico: el análisis documental, la entrevista, la medición y del estadístico: el cálculo porcentual. Todo posibilita la obtención de los resultados de esta investigación. Se arriba a conclusiones significativas y como elemento novedoso se aportan los juegos predeportivos para incentivar la motivación en los alumnos de 8^{vo} grado.

Summary

The research was carried out by scientific concerns arising from the theoretical, methodological knowledge and treatment of sports skills in the different units of the 8th grade Physical Education Programs. The students who receive this subject present technical difficulties in the sports of Basketball, Volleyball and Soccer. For this reason the author has considered: Propose pre-sport games for the development of technical skills of Basketball, Volleyball and Soccer in Physical Education classes. In this sense, a sample of 46 students is formed, where 25 are male and 21 are female. It begins with the level reached by the students, after the diagnosis of the current development of the combined skills of the different sports, in the process it is necessary to use the theoretical level methods: historical-logical, analytical-synthetic and inductive-deductive, of the empirical level: documentary analysis, interview, measurement and statistical: percentage calculation, which makes it possible to obtain the results of said research, being able to reach significant conclusions for it and as a novel element to provide pre-sport games to encourage motivation in 8th grade students.

ÍNDICE

	Pág.
Introducción	5
Desarrollo	10
Concepciones generales acerca de los juegos	10
Los juegos como medio de la Educación Física	11
Juegos predeportivos	12
Importancia de la Educación Física para la formación integral de la personalidad desde la especificidad de su objeto de estudio	13
El baloncesto en el sistema de Educación Física	15
El fútbol como motivo clase de la Educación Física	17
El voleibol como motivo clase de la Educación Física	18
El alumno de Secundaria Básica y los problemas en la Educación Física	20
Diseño metodológico	20
Resultados de la investigación	22
Juegos predeportivos para la enseñanza-aprendizaje del golpeo y recepción con el interior del pie	26
Conclusiones	34
Recomendaciones	35
Bibliografía	
Anexos	

Introducción

La Educación Física, como componente fundamental del desarrollo de la personalidad del educando, conforma su sistema sobre la base de la estructura del Sistema Nacional de Educación, de ahí la existencia de la Educación Física en los niveles preescolar, primario, medio, y superior.

Tiene como objetivo el desarrollo de capacidades y habilidades físicas, la transmisión de conocimientos y el desarrollo de cualidades síquicas de la personalidad; para ello cuenta con el ejercicio físico como medio fundamental, que a su vez tiene su fundamento en el movimiento humano. No todo movimiento es un ejercicio físico. Los ejercicios físicos son movimientos seleccionados pedagógicamente, que influyen de manera positiva en el desarrollo de las capacidades físicas, los hábitos y las habilidades motrices.

La Educación Física debe dar respuesta a diversas necesidades de los ciudadanos de la sociedad actual. Por tal motivo, hoy se requiere desarrollarla con una visión contemporánea, donde los alumnos, el profesor y los métodos redimensionan su papel en dicho proceso.

Dentro de las características de una clase contemporánea de Educación Física está la necesidad de que los alumnos actúen como sujetos de su propio aprendizaje. Esto da posibilidad de que haya un predominio de toma de decisiones en la actividad que realizan, y tengan la posibilidad de plantear estrategias que lo lleven a encontrar respuestas a diversos problemas de la actividad física como forma de preparación para nuevos aprendizajes y para la vida.

En ello juega un importante papel el profesor que es quien guía la actuación de los alumnos para asegurar un elevado nivel de conocimiento y el aprendizaje adecuado de las habilidades técnicas, mediante acciones de juego y cómo deben actuar para lograrlo. Se evidencia la necesidad de dar solución a esta problemática, partiendo de la búsqueda de formas novedosas que permitan el desarrollo de actividades dirigidas a la preparación del estudiante para que se estimulen adecuadamente en las habilidades motrices deportivas, dada su

importancia para la enseñanza donde tienen lugar las premisas para su desarrollo.

Los juegos en la Educación Física sirven para desarrollar y afianzar habilidades motrices básicas que irán dando paso a la posibilidad de adquisición de otras más complejas. El origen del juego se establece como generador de modalidades deportivas.

Dentro de los juegos, los predeportivos son de carácter recreativos que contienen reglas simples previamente establecidas en la etapa de desarrollo escolar. Actúan especialmente, con énfasis, en aquellos aspectos, tanto motrices como cognitivos y sociales, presentes en los deportes colectivos.

Los juegos predeportivos son una variante del deporte orientado más hacia el juego con la finalidad de facilitar el aprendizaje de las normas, reglas y movimientos técnicos de uno o de más deportes; pero de manera más sencilla y progresiva, y no necesariamente debe de contener lo específico de cada deporte. Es una forma lúdica motora, cuyo contenido, estructura y propósito permiten la adquisición de ciertas destrezas que sirven de base para el desarrollo de habilidades deportivas.

De igual forma, son la acción del trabajo colectivo donde la colaboración, discusión y resolución de problemas con elementos cotidianos, regido por reglas ya establecidas, beneficia a los practicantes a desenvolverse óptimamente antes, durante y después de las actividades.

Se debe preservar en la clase de Educación Física, en las unidades de deporte como una forma entretenida y amena para que el estudiante desarrolle eficazmente los elementos técnicos, objetivo en el cual la creatividad del profesor es primordial para hacer de la actividad un momento esperado por el alumno.

El Baloncesto, Voleibol y Fútbol como medio de la Educación Física y a su vez, objeto de enseñanza, encuentra una amplia aplicación en todos los niveles educacionales, desde el quinto grado de la primaria hasta la universidad como deporte. Para su trabajo existen orientaciones en los programas de Educación Física. Estos juegos son los más populares entre niños y jóvenes, aunque no todos se motivan por practicarlo.

Entre los problemas actuales de estos deportes en la enseñanza secundaria está lograr en los estudiantes un desarrollo técnico-táctico que permitan ejecutar un juego activo en el cual puedan desempeñarse a cabalidad.

El dominio de los elementos técnicos y la aplicación correcta y racional de estos en condiciones de juego que posibiliten la ejecución de combinaciones tácticas sencillas y una mejor interrelación entre los jugadores. En esta enseñanza el desarrollo actual de las técnicas, requiere de una enseñanza y consolidación del juego más detallado de manera que los estudiantes puedan enfrentarse con mayor seguridad y facilidad a las diversas situaciones del juego, que emane la necesidad de desarrollar a través de los juegos las posibilidades individuales de cada estudiante para dominar los elementos técnico, orientarse rápidamente, tener decisión e iniciativas y saber actuar a tiempo en el momento adecuado.

Estudios realizados anteriormente por varios autores nacionales y extranjeros el Dr. C. Ruiz, A.(1988) en su libro Teoría y Metodología de la Educación Física, Tomos 1 y 2; el Dr. C López, A (2000) en sus estudios sobre la motivación por la clase de Educación Física en estudiantes de 6.^o y 9.^o grados del municipio Cerro; así como el estudio diagnóstico y elaboración de un plan de acción futura de las actividades deportivas extraescolares en los colegios del sistema de educación municipal de Castro en Chile; Alfaro, R. (2002). Juegos cubanos y Watson, H. (2008) con el libro de texto básico Teoría y Práctica de los Juegos, han arrojado la necesidad de estimular en los estudiantes la participación activa en las prácticas de los juegos predeportivos y tradicionales en las clases de Educación Física, ya que no es característico de la edad, estar realizando actividades jugadas.

Otras investigaciones que tratan el tema específico de los juegos predeportivo en la Educación Física, son: Barbán Rosa, Y. (2010), Acea Terry, D. (2013), Monzón Pérez, M. (2014), Montero Palacio, I. (2015) que abordan la temática de los juegos para la enseñanza y aprendizaje de las habilidades técnico-deportivas y como actividades recreativas en las clases de Educación Física. Por esa razón, se hace necesario realizar juegos predeportivos para la enseñanza de los diferentes elementos técnicos del deporte que forman parte de los programas de Educación Física.

SITUACIÓN PROBLEMÁTICA

En el estudio que se realiza sobre los juegos predeportivos en la enseñanza media y en los programas de Educación Física, existen varias investigaciones relacionadas con el presente tema, evidenciando brechas, lagunas, y carencias, desde la perspectiva educativa, que se observan en las clases de Educación Física en la secundaria básica “Mártires de Girón” de la ciudad nuclear:

- ✓ deficiencias técnicas en los elementos técnicos recibo y voleo.
- ✓ deficiencias técnicas en los elementos técnicos golpeo y recepción con el interior del pie.
- ✓ deficiencias técnicas en los elementos técnicos drible en movimiento y tiro en movimiento después del pase.
- ✓ alumnos con dificultades para ejecutar los elementos técnicos durante la acción de juego
- ✓ poca planificación en las clases de Educación Física de juegos para el desarrollo de las habilidades técnica del Baloncesto, Voleibol y Fútbol.

Lo anterior conduce a reflexionar sobre los programa de Educación Física de 8vo grado para la secundaria básica y la insuficiente presencia de juegos predeportivos para los elementos técnicos de los deportes concebidos. Además, no existe un modelo teórico capaz de orientar a los profesores para planificar, organizar y ejecutar juegos predeportivos para el desarrollo de las diferentes habilidades. Al quedar evidenciada la falencia en la literatura consultada, y las irregularidades originadas por esta en las clases; se devela el siguiente

PROBLEMA CIENTÍFICO

¿Cómo contribuir al desarrollo de las habilidades técnicas del Baloncesto, Voleibol y Fútbol en las clase de Educación Física?

OBJETIVO GENERAL

Proponer juegos predeportivos para el desarrollo de las habilidades técnicas del Baloncesto, Voleibol y Fútbol en las clase de Educación Física.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Analizar los fundamentos teóricos relacionados con las habilidades técnicas del Baloncesto, Voleibol y Fútbol

2. Diagnosticar las habilidades técnicas del Baloncesto, Voleibol y Fútbol a través de test pedagógico.

3. Seleccionar los juegos predeportivos para las habilidades técnicas del Baloncesto, Voleibol y Fútbol.

IDEA A DEFENDER

Con la propuesta de juegos predeportivos se contribuye al desarrollo de las habilidades técnicas del Baloncesto, Voleibol y Fútbol en la clase de Educación Física.

La investigación responde a las líneas de investigación del Departamento Didáctica de la Educación Física y la Recreación de la Facultad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte de la Universidad de Cienfuegos *Perfeccionamiento de la Educación Física*, y se encuentra insertada como resultado del proyecto de investigación dirigido por el DrC. Alexis Juan Stuart Rivero, *Perfeccionamiento físico continuo*.

DESARROLLO

1.1 Concepciones generales acerca de los juegos

En el desarrollo histórico, el juego ha reflejado la actividad del trabajo y una serie de fenómenos sociales. Las actividades de los mayores son los modelos de las de los niños, y es por eso que los juegos tienen un carácter de pueblo o región.

Los juegos, como las leyendas populares, han perdurado por años y han transmitido los valores y la intención didáctica. Han pasado por diversos cambios íntimamente relacionados con la Educación Física, donde se fueron subordinando a los intereses de las sociedades, de cada tiempo, cuyos cambios se deben a factores sociopolíticos y culturales que se perfilan de una forma más integral hasta llegar alcanzar la importancia que actualmente se ganó dentro del terreno pedagógico.

El vocablo juego, etimológicamente, viene del latín *iocus*, que significa ligereza, frivolidad o pasatiempo, muy relacionada con lúdica que tiene como raíz latina *ludus* que significa el acto de jugar.

Según Vygotski (1995), el juego en el niño crea una situación ficticia es una fuente de desarrollo y crea el área de desarrollo potencial. La acción en un campo imaginario, la creación de una intención espontánea, la formación de un plano de vida de motivaciones voluntarias, todo esto surge en el juego y se plantea en el más alto nivel de la evolución. El niño progresa mediante la actividad lúdica. Solo en este sentido, puede llamarse al juego actividad determinada del desarrollo del niño. (p.12)

Por tal motivo, el juego se debe de apreciar como una actividad espontánea y placentera, que contribuye a la educación integral del niño como elemento formador y desarrollador, en el que se forman los hábitos motores, y se desarrollan y perfeccionan cualidades vitales, estas pueden ser: físicas, intelectuales, morales y volitivas.

Debido a esto durante la práctica de los juegos los niños pueden desarrollar su identidad personal, donde los roles fundamentales tienen un enfoque genérico, proyectado en aquello que tiene que llegar a ser, experimentar lo que es necesario aprender y respetar a las distintas personalidades, ser tolerante, sincero y tener seguridad, como punto de partida, para relacionarse y comprender a los demás. Hay

que estimularlo para que tengan el valor de arriesgarse, de tener fuerza en el dominio de las dificultades, aprendiendo a través de los éxitos y fracasos.

De los juegos se puede decir que son un fenómeno histórico en el desarrollo social y cultural de la humanidad ya que existen desde el surgimiento del hombre su valor es el aporte que brinda en el desarrollo de capacidades y habilidades que sirven de base para una futura la iniciación deportiva, además de su gran alto valor educativo.

1.2 Los juegos como medio de la Educación Física

Durante las clases de Educación Física se trabajan distintos tipos de juegos que son fundamentales para cumplimentar las actividades de la clase. Se pueden apreciar los siguientes tipos de juegos fundamentales que se trabajan en esta materia tales como los juegos motivacionales, que son aquellos que por su contenido y desarrollo son muy sencillos, de pocas reglas y corta duración, asimilados con mayor facilidad por los niños/as. Estos juegos permiten la participación de una mayor cantidad de niños/as de una forma amena, agradable y dinámica.

Dentro de los juegos de preparación generalmente son juegos pequeños o predeportivos, cuyo propósito es la preparación de los planos musculares que mayormente se van a ejercitar en la parte principal y responden al objetivo de la clase. Pueden tener una duración entre 3 hasta 7 minutos y se aplican al inicio o al final del calentamiento.

Los juegos predeportivos se caracterizan por que, en que su contenido, proporcionan la adquisición de determinados movimientos y acciones que sirven de base para la asimilación de habilidades técnicas deportivas. A partir de 4.^o grado son muy utilizados para constituir contenidos de los programas de Educación Física.

Los juegos de capacidad están encaminados al desarrollo de capacidades físicas se aplican en el tiempo dedicado a la Gimnasia Básica, fundamentalmente son juegos pequeños y se ubican al inicio o final de la parte principal en dependencia de la capacidad que se esté trabajando. Estos garantizan un elevado nivel de desarrollo. Los juegos tranquilizantes o de recuperación se aplican en la parte final de la clase para la recuperación del organismo. Son juegos pequeños, sencillos, de pocas reglas y corta duración.

Los juegos son el medio esencial en la clase Educación Física, ya que adquieren una gran importancia para el desarrollo multilateral en los diferentes periodos evolutivos, constituyen medios significativos en el desarrollo de cualidades positivas de la personalidad de los escolares, incluso, los más sencillos, a pesar de sus peculiaridades y de ejecución, tienden a despertar satisfacciones y alegrías, representan formas adecuadas para una formación atlética variada y como medio de entrenamiento en la preparación de formar juegos superiores, abarcan la mayor parte de movimientos fundamentales como correr, saltar, atrapar, empujar, entre otros.

Si los juegos se trabajan adecuadamente se contribuye a que los niños/as vayan adquiriendo una movilidad general, desarrollan agilidad y destreza, y llegan a realizar combinaciones de movimientos que puedan ser aprovechados para desarrollar diferentes capacidades y para el aprendizaje de diferentes juegos deportivos.

El juego cumple varias funciones como por ejemplo: permite representar una lucha o un conflicto, da un espacio para la creación, la exploración y el descubrimiento, promueve y facilita los vínculos humanos, favorece la regulación de las tensiones y relajaciones, es un vehículo excelente para el ejercicio de la estructuración del lenguaje y del pensamiento, favorece la conexión del individuo con otras situaciones ya vividas, da vía libre a la construcción de un espacio intermedio entre la realidad y el placer, posibilita distintos tipos de aprendizaje, permite reducir el impacto de los fracasos y de los errores.

1.3 Juegos predeportivos

En los juegos predeportivos se propicia la adquisición de determinados movimientos, acciones y habilidades primarias que servirán de base, a las habilidades que se desarrollan en el deporte. Algunas de las reglas pueden ser variadas, pero no se puede incumplir el objetivo previsto: la asimilación de habilidades motrices deportivas.

Se denomina juegos predeportivos a aquellos que tienen elementos de la técnica de los deportes. Así existen predeportivos de fútbol, de baloncesto, voleibol, de atletismo, entre otros.

Según Ruiz Aguilera (2007), tienen carácter competitivo y permiten conocer algunas reglas oficiales. En los juegos predeportivos se propicia la adquisición de determinados movimientos, acciones y habilidades primarias que servirán de base posteriormente

sencillas del deporte. Algunas de las reglas pueden ser variadas, pero no se puede incumplir al objetivo previsto a la asimilación de habilidades motrices deportivas que pueden estar solas en un juego. Por ejemplo, desplazamiento o tiro y puede a su vez servir de base a varios deportes o a uno en particular, así se halla un juego predeportivo, simple–básico–desplazamiento en zig zag. (p.67)

Pueden ser básicos (para utilidad de varios deportes) o específicos cuando solo sirven a un deporte. Y, en ambos casos, pueden ser simples con un solo elemento técnico, combinados con más de un elemento, y complejos cuando presentan acciones sencillas ofensivas y defensivas, sin exigencias técnicas, ni reglas oficiales.

Algunas de sus reglas son semejantes a las del juego deportivo y en ocasiones la idea parcial o total del juego brinda imagen concordante con un determinado juego deportivo. De aquí que existan juegos predeportivos de Baloncesto, de Voleibol, de Fútbol, de Béisbol, etc., como por ejemplo: pelota en el aire, pase entre sí, pelota voladora; batalla fraternal; lucha por el balón, etcétera.

1.4 Importancia de la Educación Física para la formación integral de la personalidad desde la especificidad de su objeto de estudio

La Educación Física como elemento esencial de la calidad de la educación a lo largo de toda la vida, es parte de la formación multilateral y armónica de la personalidad; constituye un proceso encaminado al desarrollo de las capacidades de rendimiento físico del individuo, sobre la base del perfeccionamiento morfológico y funcional del organismo, la formación y mejoramiento de habilidades motrices, la adquisición de conocimientos y el desarrollo de cualidades morales y volitivas.

En la escuela, la Educación Física se desarrolla mediante diversas actividades de carácter físico-deportivas y recreativas que se practican de forma obligatoria (docente) u opcional, dentro y fuera de la escuela (extradocente y extraescolar), pero la clase constituye la forma fundamental de organización del proceso de enseñanza-aprendizaje y es donde se materializan en cada sesión la actuación de los componentes personales del proceso (el profesor y los alumnos), así como la forma de abordar y concretar metodológicamente los componentes no personales (objetivos, contenidos, métodos-estilos de enseñanza, medio y evaluación).

López Rodríguez, A. (2006), afirma que: para determinar la calidad de la clase de Educación Física contemporánea se debe determinar el valor que se expresa en niveles cualitativos y cuantitativos del proceso enseñanza-aprendizaje, cuyo nivel óptimo de referencia o deseable se concreta en los siguientes aspectos:

-El alumno es un sujeto activo. Es objeto de influencias educativas, pero sobre todo sujeto de su propio aprendizaje.

-La acción pedagógica del profesor se enfoca como orientación en proceso significativo y constructivo del aprendizaje.

-La relación profesor-alumno se concreta en una relación sujeto-sujeto en un marco de comunicación dialógica.

-La diversidad del alumnado y su atención constituye un aspecto destacado dentro de la clase.

-Los objetivos se concretan a partir del valor formativo, intrínseco de la actividad (no conductual) y existe una total correspondencia entre estos, los contenidos, la metodología y la evaluación.

-El contenido tiene un predominio de tareas abiertas significativas y de juegos que favorezcan el proceso de toma de decisión por el alumno.

-La metodología se concreta en el empleo de estilos de enseñanza que promuevan la independencia, la socialización y la creatividad.

-Los medios empleados satisfacen la necesidad de ejercitación y práctica de los alumnos.

-La evaluación tiene un carácter formativo integral: heteroevaluación, autoevaluación y coevaluación.

El proceso de enseñanza-aprendizaje, al igual que cualquier otro tipo de proceso, requiere para su desarrollo partir del conocimiento del estado inicial del sujeto -en este caso del estado de preparación del alumno-, por lo cual la realización del diagnóstico resulta una exigencia obligada.

El diagnóstico permite orientar de forma eficiente, en función de los objetivos propuestos, las acciones del profesor, al concebir y organizar el proceso de enseñanza-aprendizaje, y dar atención a las diferencias individuales del alumno. De ahí, que violar

este requerimiento conduce a desarrollar el proceso sin elementos objetivos, convirtiéndose en una de las causas que incide en la calidad.

1.5. El baloncesto en el sistema de Educación Física

La práctica de este deporte en las clases de Educación Física, con el propósito de que los alumnos aprendan a jugar y disfruten del juego, es el punto de partida de su masificación.

Una educación física diferenciada, en el sentido del aprovechamiento óptimo de los recursos materiales existentes (terrenos, balones y otros medios), la experiencia y el conocimiento de los profesores en este deporte, así como el uso de la tradición de la escuela y la zona donde esté ubicada, es un principio que permite alcanzar altos resultados cualitativos y cuantitativos. La competencia intraescolar y extraescolar, las áreas de baloncesto donde los estudiantes después de clase practican de forma sistemática y las escuelas deportivas de diferentes niveles, son elementos fundamentales en el plano organizativo para continuar impulsando la práctica de esta modalidad deportiva.

El baloncesto como medio de la Educación Física y a su vez objeto de enseñanza, encuentra una amplia aplicación en todos los niveles educacionales, desde el quinto grado de la primaria hasta la universidad como deporte opcional. Para su trabajo existen orientaciones en los programas de Educación Física. Este juego es uno de los más populares entre niños y jóvenes, aunque no todos se motivan por practicarlo.

Uno de los elementos más importantes en la práctica de este deporte es la competencia, que se organiza dentro de la institución (intramural), por la categoría de edades y sexos, desde la base hasta el nivel más alto nacionalmente.

Dentro de las indicaciones generales para el trabajo con el programa y orientaciones metodológicas del grado en la enseñanza media superior aparece que los objetivos y contenidos que se plantean en el programa son de obligatorio cumplimiento. Aunque se plantean seis deportes, se impartirá uno solo durante el curso, teniendo en cuenta las opciones de los estudiantes y condiciones objetivas de áreas y medios.

En este caso se podrá adaptar el contenido a las condiciones reales de trabajo tratando siempre de cumplir con los objetivos de las unidades, elaborando los medios de enseñanza necesarios. Los objetivos y contenidos del programa tienen un enfoque

general permitiendo que los profesores en correspondencia con las características de los grupos, elaboren sus propias actividades, propiciando además posibilidades de creación e independencia en los alumnos.

Las Orientaciones Metodológicas brindan un tratamiento a los contenidos del programa y ofrece sugerencias de ejercicios y juegos que contribuyen a cumplir los objetivos de las diferentes unidades. El orden para impartir las temáticas lo establece el profesor en correspondencia con sus intereses, aunque siempre se debe comenzar con las actividades de menos complejidad.

La unidad motivo de estudio tienen un tiempo aproximado, asignado para cada etapa. El profesor deberá hacer los ajustes necesarios en correspondencia con las afectaciones que puedan surgir durante el curso (días feriados, lluvias, etc.). Cuando sea necesario reafirmar contenidos se podrán utilizar también las frecuencias destinadas al deporte participativo.

Partiendo de la idea de la programación de la enseñanza es un proceso de investigación y no de formalización rígida, la clase de baloncesto en Educación Física debe acometerse partiendo de los siguientes componentes:

-Selección de los contenidos: apoyarse en el programa de Educación Física del nivel correspondiente, especialmente en la unidad de estudio, las tareas generales de la enseñanza del juego, la secuencia lógica de la enseñanza de la técnica y la táctica, así como de su metodología específica, se seleccionan los conocimientos (contenidos) que se pretende trabajar con los alumnos que están en correspondencia con el nivel inicial (diagnóstico) de estos.

-Determinación de los objetivos de la clase: los objetivos constituyen una guía para la planificación de la clase. Ellos deben expresar qué hay que enseñar y desarrollar, responden también a los aspectos antes señalados en la selección de los contenidos y, sobre todo, al análisis del proceso de enseñanza–aprendizaje del juego y sus resultados.

-Los objetivos pueden ser de diferentes tipos: procedimentales (técnicos, tácticos, de juego, físicos, funcionales), conceptuales (técnicos y tácticos) y actitudinales (educativos), que deben ser amplios, orientadores de la acción pedagógica, pero sin

encerrarla. La redacción de los objetivos debe ser clara y precisa, pero no debe anteponerse el formalismo de la redacción a su utilidad.

Los objetivos van a cumplir dos funciones: una, la de servir de guía a los contenidos, y otra, la de introducirse didácticamente en las tareas de aprendizaje con la aplicación del método adecuado.

-Programación de las tareas de la clase: la programación de la clase gira alrededor de las tareas o actividades que se realizarán, ellas reflejan el objetivo a alcanzar, poseen el contenido a estudiar y una estrategia metodológica, que se desarrolla a un ritmo y tiempo determinado teniendo en cuenta las capacidades psicofisiológicas de los alumnos, los recursos disponibles y que además comprende una evaluación del proceso.

1.6 El Fútbol como motivo clase de la Educación Física

Para analizar el fútbol como motivo clase de la Educación Física, se parte en el análisis teórico de algunas proyecciones de esta asignatura en el siglo XXI en las que se hace un llamado al perfeccionamiento del proceso dado los siguientes pronunciamientos:

-Ejecutar acciones sociomotrices de cooperación significativa simple y compleja de solución de problemas en situaciones de juego, las habilidades motrices en la nivelación de contenidos de carreras con giros, con cambios de dirección y de ritmo; recepción con la planta del pie y con el interior del pie y la conducción con el empeine total; incorporando las carreras con frenaje, el saque de banda, golpeo y pase con el empeine interior, recepción con el muslo, fintas del portero; la posición, colocación y recogidas de balones rasos y medios; en concordancia con los contenidos intra e inter materia a un nivel de desarrollo grueso.

-Mostrar un aumento progresivo de su rendimiento físico general, en correspondencia con las exigencias y necesidades del deporte, fundamentalmente con la sistematización de las capacidades físicas condicionales de fuerza resistencia y rapidez, las coordinativas y la flexibilidad, en reciprocidad con las habilidades motrices emprendidas, los periodos sensitivos en concordancia con el desarrollo de los alumnos y las exigencias sociales.

-Conocer y respetar las reglas mínimas esenciales para desarrollar el juego de fútbol en cualquier condición, e incorporar un lenguaje técnico que le permita su comprensión.

Mostrar un bienestar físico y psíquico en relación con los niveles de salud que permita la formación de convicciones, adquisición de conocimientos, formación de hábitos y conocer el porqué y para qué para la práctica sistemática de actividades físicas, deportivas y recreativas y el mejoramiento de la calidad de vida.

-Realizar las acciones motrices programadas para el grado, acorde con las potencialidades y necesidades educativas especiales, manifestando actitudes de cooperación, ayudando al menos hábil o capaz, y favoreciendo la inclusión y participación de todos en el juego.

-Conocer y respetar las reglas mínimas esenciales para desarrollar el juego de fútbol en cualquier condición.

-Demostrar una concepción científica del mundo en el desarrollo de las actividades docentes, extradocentes y tiempo libre, los conceptos relacionados con la cultura general y de la cultura física, conocimientos de diferentes disciplinas, asignaturas y actividades complementarias, teniendo en cuenta entre otros los principios de la relación interdisciplinaria, inter e intramateria.

-Respetar las normas sociales, asumiendo su compromiso jurídico con el cumplimiento de los postulados de su organización estudiantil, al participar en las actividades físicas, deportivas y recreativas, teniendo pleno conocimiento de las reglas de grupo y el cuidado de su institución

-Manifestar sentimientos de amor a la Patria, respeto a los símbolos y atributos nacionales y de solidaridad humana, expresados con sus comportamientos, valorando la significación de los acontecimientos físicos, deportivos y recreativos que se desarrollan a nivel local, regional, nacional y mundial; reconocimiento de las Glorias del Deporte Cubano y su influencia en el desarrollo de su personalidad acorde con su edad.

-Demostrar conocimientos sobre la formación vocacional y orientación profesional, que despierte intereses y motivaciones, fundamentalmente hacia las carreras pedagógicas y, en específico, la de la cultura física.

1.7 El Voleibol como motivo clase de la Educación Física

Para analizar el voleibol como motivo clase de la Educación Física, se parte en el análisis teórico de algunas proyecciones de la Educación Física en el siglo XXI en las

que se hace un llamado al perfeccionamiento del proceso dado los siguientes pronunciamientos:

-Realizar acciones motrices deportivas más complejas en situaciones de juegos a un nivel grueso, en la nivelación de contenidos de las habilidades motrices específicas; voleo por arriba y por abajo hacia el frente, saque por abajo y defensa del saque por abajo; sistema 6-0, introduciendo, el pase por arriba y por abajo hacia el frente, la defensa de campo, el remate frontal y la combinación de habilidades.

-Conocer y respetar las reglas mínimas esenciales para el desarrollo de los juegos de voleibol, e incorporar un lenguaje técnico que le permita su comprensión y/o utilización en las competencias

-Mostrar un aumento progresivo de su rendimiento físico general y motor, en correspondencia con las exigencias y necesidades del deporte, fundamentalmente con la sistematización de las capacidades físicas condicionales de fuerza y rapidez, las coordinativas y la flexibilidad.

-Realizar las acciones motrices programadas para el grado, acorde con las potencialidades, posibilidades y necesidades educativas especiales, manifestando actitudes de cooperación, ayudando al menos hábil o capaz, y favoreciendo la inclusión y participación de todos en el juego.

-Demostrar una concepción científica del mundo en el desarrollo de las actividades docentes extradocentes y tiempo libre los conceptos relacionados con la cultura general y de la cultura física, conocimientos de diferentes disciplinas, asignaturas y actividades complementarias, teniendo en cuenta entre otros los principios de la relación interdisciplinaria, inter e intramateria.

-Respetar las normas sociales, asumiendo su compromiso jurídico con el cumplimiento de los postulados de su organización estudiantil, al participar en las actividades físicas, deportivas y recreativas, teniendo pleno conocimiento de las reglas de grupo, cuidado de su institución.

-Manifestar sentimientos de amor a la Patria, respeto a los símbolos patrios, atributos nacionales y de solidaridad humana, expresados en comportamientos, valorar la significación de los acontecimientos físicos, deportivos y recreativos que se desarrollan

a nivel local, regional, nacional y mundial; el reconocimiento de las Glorias del deporte cubano y su influencia en el desarrollo de su personalidad acorde con su edad.

-Demostrar conocimientos sobre la formación vocacional y orientación profesional, que despierte intereses y motivaciones, fundamentalmente hacia las carreras pedagógicas y, en específico, la de cultura física.

1.8 El alumno de secundaria básica y los problemas en la Educación Física

La secundaria tiene que desarrollar una Educación Física que propicie conocimientos, capacidades y habilidades motrices que sirvan de base para asimilar el contenido de los próximos niveles educativos. También para lograr una inserción en la sociedad y poder desarrollar una vida física sana y feliz pudiendo auto ejercitarse y participar en ellas.

Por tanto, no basta con saber cómo se desarrolla tal o cual capacidad motriz, debe saber hacer la ejercitación necesaria para ella y debe saber valorar si el efecto que produce es el deseado y adecuado, si está fuera o no de los límites de su zona de desarrollo próximo, en fin, debe aprender Educación Física.

El plan de estudio de la Educación Física en Cuba como plan único, prevé programas para cada grado, el fútbol es una unidad del programa de séptimo grado que está concebido de acuerdo con la maduración alcanzada. Está previsto que los objetivos y los contenidos se correspondan con tan importante elemento, sin embargo, está concebido para la media del grupo, lo que pone en una encrucijada al profesor y los alumnos sobre cómo tener en cuenta y satisfacer necesidades del aventajado y el de menos rendimiento, cómo motivar a los alumnos por el contenido, ni cómo formar valores, ello implica que para esto tiene que prepararse exhibiendo habilidades durante la proyección y acción en la clase que propicie un aprendizaje participativo en el que el alumno se sienta el principal responsable de lo que aprende.

Diseño Metodológico

Metodología

Para la realización de este trabajo se utiliza un diseño no experimental transseccional descriptivo, se pretende descubrir cómo potenciar la utilización de juegos predeportivos en la clase de Educación Física, teniendo al juego como medio fundamental para el logro de este objetivo. Se parte del diagnóstico sobre las preferencias y utilización de

los juegos predeportivos en las clases de Educación en la Secundaria Básica “Mártires de Girón” de la ciudad nuclear.

Selección de sujetos

El estudio se realiza en la escuela Secundaria Básica “Mártires de Girón” de la ciudad nuclear. De una población de 65 estudiantes de 8.^o grado, se seleccionan intencionalmente una muestra de 45 estudiantes, que representa un 69.2 %, se caracterizan por ser 11 de raza mestiza 23 blancos y 11 negros, 24 son del sexo masculino y 21 del sexo femenino con un promedio de edad de 14 años.

Para la realización de esta investigación fueron encuestados 3 profesores de Educación Física, todos del sexo masculino, cuyos años de experiencia oscilan entre los 10; de ellos, 2 Licenciados y 1 Técnico Medio.

Métodos de la investigación

Para el cumplimiento de los objetivos propuestos y así solucionar el problema científico de la investigación, se utilizan métodos y/o técnicas como son:

Del nivel teórico:

Histórico-Lógico: permite la búsqueda de los fundamentos que antecedieron al problema científico tratado, los resultados históricos obtenidos, su desarrollo, significación y su incidencia en los resultados actuales.

Analítico-Sintético: se emplea durante el proceso de consulta de la literatura, la documentación especializada y en la aplicación de otros métodos del conocimiento científico.

Inductivo-Deductivo: este método facilita la interpretación de los datos empíricos; así como descubrir regularidades importantes y relaciones entre los distintos componentes de la investigación.

Del nivel empírico:

Observación estructurada: permite, a partir de una guía, observar el desempeño directo del proceso, se aprecia el desenvolvimiento de los alumnos en la realización y su actuación, al desarrollar las habilidades técnicas del baloncesto, voleibol y fútbol.

Análisis documental: fue empleado para profundizar en el estudio y análisis del tema objeto de investigación, los documentos analizados se concretan esencialmente en los programas de Educación Física de 8.º grado, en la enseñanza secundaria.

Encuesta: se trabaja la encuesta a los profesores de Educación Física y los alumnos del 8.º grado para obtener información acerca de la utilización de los juegos predeportivos en las clases de Educación Física.

Método Estadístico-matemático: se utiliza el análisis porcentual, para el procesamiento de los resultados del diagnóstico.

Resultados de la investigación.

A continuación, se valorarán los resultados que arrojaron los diferentes instrumentos aplicados.

Resultados del análisis de documentos:

Revisión del Programa de Educación Física

En la enseñanza secundaria los programas y las orientaciones metodológicas de la Educación Física están estructurados por grados y unidades donde inicialmente se declaran los objetivos de la asignatura para el nivel de enseñanza, luego los específicos para cada grado y posteriormente las unidades para cada uno de ellos, que son de obligatorio cumplimiento y tienen un enfoque general que orienta a los profesores para que en correspondencia con sus condiciones y las características de los grupos elaboren sus propias actividades.

Se hace evidente desde el propio programa de Educación Física la necesidad de buscar alternativas que propicien la utilización de juegos predeportivos en las clases, lo cual tributará acciones de juegos para el desarrollo de las habilidades técnica en las unidades de deporte.

Revisión de los planes de clases

Se pudo constatar la no planificación de juegos predeportivos para las habilidades técnicas del baloncesto, voleibol y fútbol, lo que corrobora el empirismo, en los casos planificados se pudo constatar la carencia de acciones y la ausencia de cómo hacerlo.

Resultados de la encuesta a los profesores de Educación Física

En la encuesta se tuvieron en cuenta 3 preguntas:

En la primera pregunta ¿Qué entiende Ud. por juegos predeportivos? los 3 profesores de Educación Física (100%) conocen a grandes rasgos el concepto y algunas de sus características siendo la más reiterativa son aquellos que contienen en su desarrollo aspectos de la técnica de los elementos técnicos de cualquier deporte.

A la interrogante ¿Considera Ud. que son importantes para la enseñanza y aprendizaje de las habilidades técnicas? ¿Por qué?, el 100 % de los profesores le atribuyen importancia para la enseñanza de las habilidades, argumentando que su práctica es muy aconsejable pues prepara a los estudiantes para ejercitar cualquier deporte y les dota de una serie de recursos físicos que les permite desenvolverse de una manera más efectiva en cualquiera de ellos, fundamentalmente en deportes que se juegan con un balón (Fútbol, Balonmano, Baloncesto, Voleibol, entre otros).

Al preguntarle si utilizan en sus clases de Educación Física los juegos para la enseñanza y aprendizaje de las habilidades técnicas de Baloncesto, Voleibol y Fútbol, justifique su respuesta, solo 1 de los profesores (25 %) los utiliza en la clase de Educación Física, mayormente cuando trabaja el Fútbol y Voleibol.

Análisis de la encuesta a alumnos

Se les formulan a los alumnos 3 preguntas sencillas.

En la respuesta a la pregunta ¿Sabes qué son los juegos predeportivos? 36 alumnos (80 %) conocen en esencia qué son los juegos predeportivos y solo 9 alumnos (20 %) no refieren conocer su concepto.

Al solicitarles mencionar algún juego predeportivo que hubiesen realizado, el 100 % de los estudiantes mencionan al menos uno, siendo el más frecuente entre los varones relacionado con el fútbol y baloncesto y entre las hembras el voleibol.

A la pregunta ¿En la clase de Educación Física has participado en algún juego predeportivo? 37 alumnos respondieron positivamente, lo que representa el 82.2 % de la muestra seleccionada.

Resultados de las observaciones

Aspecto 1: se pudo constatar que el 100 % del sexo femenino poseen poca motivación por los deportes de Baloncesto, Fútbol es menos notable en el sexo masculino, ya que solo 6, que representa el 13.3 %, se siente poco motivado.

Aspecto 2: se observa que la totalidad de los estudiantes poseen los conocimientos básicos de las reglas del juego, solo 6 féminas, que representa el 28.6 %, y 6 varones, que representa el 25 %, poseen poco conocimiento.

Aspecto 3: se observaron 9 clases de Educación Física de las unidades de Baloncesto, Voleibol y Fútbol, se verifica que la utilización de juegos predeportivos es casi nula, solo en 1 clase de las observadas se utilizan para un 12,5 %.

Tabla1 Guía de observación

No	Aspectos a observar	Lo observado	Cantidad	%
1	Motivación que muestran los estudiantes por los deportes Baloncesto, Fútbol, Voleibol.	Poco motivados	F-16 M-6	100 17.1
2	Conocimientos que poseen sobre las reglas del juego	Poseen pocos conocimientos	F-8 M-2	22.8 5.7
3	Utilización de juegos predeportivos de habilidades técnicas del baloncesto, voleibol y fútbol en las clases	Poca utilización	1	12,5

Resultado del diagnóstico a los estudiantes

Para la realización del diagnóstico inicial se aplica un complejo de habilidades motrices deportivas de Baloncesto, Voleibol y Fútbol, según plantean los objetivos del Programa y las Orientaciones metodológicas para la Educación Física en el 8vo grado.

Se diagnostica primeramente a los 45 estudiantes de 8vo grado, siempre tomando en cuenta que el nivel de ejecución de las habilidades será semipulido, y de forma combinada en complejos de habilidades de los elementos técnicos correspondientes a los contenidos de la unidad de baloncesto, voleibol y fútbol.

Test técnico de los elementos técnico de Baloncesto, Voleibol y Fútbol

Tabla. 2: Resultado de los elementos técnicos de Baloncesto, Voleibol y Fútbol.

Sexo Femenino		Sexo Masculino		General			
		Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Valid	E	0	0	0	0	0	0
	MB	5	23.8	7	29.2	12	26.7
	B	4	19.1	11	45.8	15	33.3
	I	12	57.1	6	25.0	18	40.0
	Total	21	100.0	24	100.0	45	100.0

Del diagnóstico inicial de los elementos técnicos de baloncesto, voleibol y fútbol se obtuvieron los resultados siguientes:

Sexo femenino:

De 21 alumnas, 12 evaluadas de insuficiente, para un 57.1 % de la muestra; 4 alumnas evaluadas de bien, para un 19.1 % de la muestra; 5 alumnas evaluadas de muy bien para un 23.8 % de la muestra. Los errores más comunes por deportes son:

Fútbol: se pudo constatar que los elementos de mayores problemas fueron la recepción y golpeo con el interior del pie y los errores estuvieron en la mala posición del pie que va a realizar el toque; inexactitud de la pegada, se descuida el movimiento de la pierna hacia atrás, en la recepción la pierna se eleva demasiado y el balón se desliza por debajo del pie.

Voleibol: En sentido general, los errores que más se cometieron por las alumnas a la hora de realizar los elementos técnicos del recibo y voleo fueron: en el momento de contacto con el balón el cuerpo no se encuentre detrás del balón, tienen los brazos demasiado pegados al cuerpo y los hombros rígidos, flexionan los brazos durante el contacto y mala colocación de las manos.

Baloncesto: se pudo constatar que los elementos de mayores problemas fueron: drible en movimiento y tiro en movimiento después del pase y los errores estuvieron en la mala posición del pie que va a realizar el tiro, descoordinan los movimientos de la pierna, y caminan antes de realizar el drible.

Sexo Masculino:

Tuvieron mejores resultados en los tests pedagógicos de los 3 deportes. De 24 alumnos, 6 evaluados de insuficiente para un 25 % de la muestra, predominando los mismos errores

que en el sexo femenino; 11 fueron evaluados de bien, para un 45.8 % y 7 para un 29.2 % alcanzaron evaluación de muy bien. Se puede observar que los varones tienen más dominio en los elementos técnicos golpear, recepcionar el balón con el interior del pie, drible en movimiento, tiro en movimiento después del pase y del recibo, voleo por lo que lograron cometer menos errores técnicos en la ejecución de las habilidades.

De forma general: de 45 alumnos tomados como muestra 18 que representa un 40 % fueron evaluados de insuficiente, 15 de bien para un 33.3 % y 12 que representa un 26.7 % fueron evaluados de muy bien. En sentido general, los elementos de mayores problemas fueron: drible en movimiento, tiro en movimiento después del pase, golpear y recepcionar con el interior del pie y recibo y voleo.

Juegos predeportivos para el desarrollo de las habilidades técnicas del Baloncesto Voleibol y Fútbol

Fundamentación de los juegos predeportivos

El diseño de la selección de juegos predeportivos posee un carácter integrador y sistemático. Se realiza tras proceder a la revisión de diversos estudios encaminados a las actividades relacionadas con los elementos técnicos del Baloncesto, Voleibol y Fútbol en la clase de Educación Física, donde se establecen pautas generales que delimitan los criterios y tipos de actividades a incluir en ellas, entre las que se consideraron las siguientes:

Componentes de los juegos

Frecuencia de los contenidos: dos veces por semana durante tres meses

Dosificación: Los juegos serán utilizados en los primeros 15 minutos de la parte principal de la clase. Cada juego se dosificará durante 5 minutos, aproximadamente.

La estructura de los juegos aparece en la explicación de cada uno, con su nombre, objetivos, procedimiento y formas organizativas, materiales, organización, desarrollo, reglas y variantes. Se debe trabajar en cada juego con el propósito de alcanzar la identificación del alumno con sus objetivos y tareas específicas estableciendo una interacción mutua entre la labor pedagógica del profesor de Educación Física, por medio del aprendizaje de los alumnos.

Juegos predeportivos de Baloncesto.

1-**Nombre del juego:** Los cazadores

Objetivo: Driblar con cambio de mano y de dirección.

Medios: Balones

Organización: Se organizarán dos grupos con la misma cantidad de estudiantes en cada cancha del terreno.

Desarrollo: Los estudiantes que poseen el balón se encuentran situados en la línea central que divide el terreno, realizarán drible en el área señalada para capturar a los estudiantes que se encuentran dispersos por el área libre los cuales tratarán de no ser atrapados por el jugador que ejecutará el drible.

Los estudiantes no pueden parar el drible en el momento de capturar al compañero que se encuentra libre.

La captura tendrá que ser siempre por un estudiante que se encuentre a la ofensiva con el balón.

Los estudiantes a la ofensiva tendrán que ejecutar el drible con ambas manos para capturar a su compañero.

Reglas:

No se permitirá driblar con las dos manos a la vez.

No se podrá caminar con el balón en el momento de la captura.

El juego se efectuará dentro de los límites del terreno.

Variantes:

El juego se podrá realizar con uno o dos cazadores.

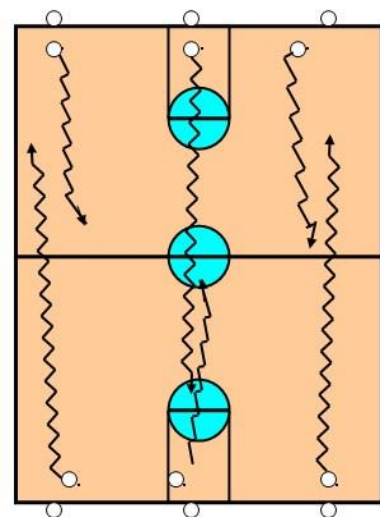
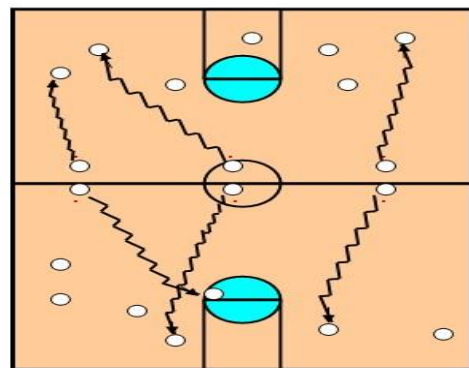
Se puede realizar con drible y pase.

Se podrá realizar también con un mayor número de jugadores en todo el terreno.

2-**Nombre del juego:** Vía libre

Objetivo: Driblar con cambio de mano.

Medios: Balones



Organización: Se organizarán en tres equipos divididos en parte iguales al principio y final del terreno.

Desarrollo: Los estudiantes se ubicarán en hileras en las líneas del fondo del terreno como un balón en cada formación, a la señal del profesor saldrán desplazándose en drible uno frente al otro. Al llegar a la línea media del terreno los estudiantes realizarán el cambio de mano y continuarán el drible con la mano para la cual cambiaron el balón hasta el final del terreno y encontrarse con el próximo estudiante. El juego se realizará en todo el terreno.

Los estudiantes para iniciar el juego tienen que salir driblando con la mano indicada por el profesor hasta la mitad del terreno aproximadamente donde se encontrará con el otro estudiante.

Al encontrarse con el estudiante que se desplaza en su misma dirección tendrán que realizar el drible con cambio de mano y culminar el movimiento hasta el final del terreno con esa mano.

Los estudiantes para ejecutar el drible tienen que desplazarse uno frente al otro en ambas formaciones.

Reglas:

No se podrá desviar la dirección del drible.

La primera mitad del terreno hay que rebasarla driblando con la mano indicada.

El drible se ejecutará sin control visual.

Variantes:

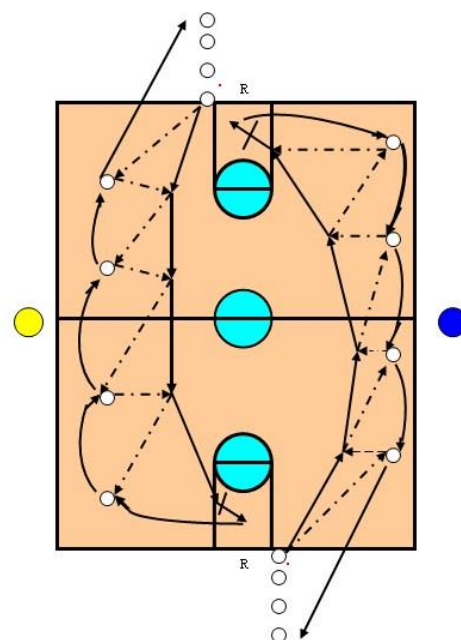
Se puede ejecutar con obstáculos en el terreno.

Se puede ejecutar utilizando distintas ubicaciones o puntos en el terreno.

3-Nombre del juego: El pasador

Objetivo: Pasar y recepcionar en movimiento para tirar al aro después de recibir un pase.

Medios: Balones



Organización: Se organizarán dos equipos con la misma cantidad de estudiantes formados en posición contraria en la línea de fondo del terreno y en hileras.

Desarrollo: Los estudiantes que inician el juego se colocan en la línea de fondo en un lateral del aro donde para comenzar ejecutan pase a los estudiantes que se encuentran ubicados en la línea lateral del terreno los cuales reciben el primer pase

y lo retornan nuevamente al estudiante que realiza desplazamiento ofensivo para tirar al aro en movimiento.

- El pase se realizará siempre en movimiento y en dirección al jugador que tiene que recibir.
- La recepción del pase del jugador que se desliza será siempre en movimiento.

Para tirar al aro el jugador que se desliza a la ofensiva no podrá hacerlo con drible sino en movimiento.

Reglas:

Se penalizará al jugador que camine con el balón.

Durante el desplazamiento ofensivo la carrera siempre será en dirección al aro y no acercándose al jugador que recibe el pase y lo retorna de nuevo.

Durante el desplazamiento ofensivo no se puede driblear el balón.

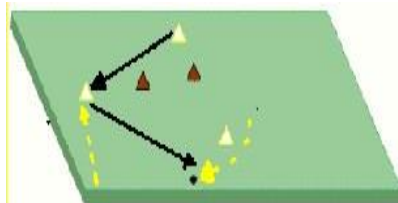
Variante:

Se puede ejecutar este juego con disminución de pases con tres pases.

Con dos pases.

Se puede tirar al aro con drible en movimiento después de recibir un pase.

Juegos predeportivos de fútbol



1-Nombre: Los cazadores

Tipo: Predeportivo de fútbol

Objetivo: Realizar el golpeo y recepcionar con el interior del pie.

Materiales: Pelotas de fútbol

Método: Juego

Forma organizativa: Disperso

Organización: Se jugará en espacio de 5m x 5m.

Desarrollo: Se organizan dos equipos de 5 dispersos en el terreno delimitado, el profesor indicará cuál es el equipo cazador. El equipo contrario se realizará alternadamente pases con el interior del pie tratando que el balón no sea interceptado por los cazadores.

Reglas:

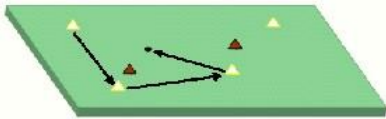
Tienen que dar un toque por alumno antes de pasar el balón.

Un jugador o jugadora no debe dar dos veces seguidas al balón.

Para conseguir ganares obligatorio realizar al menos 3pases con el interior del pie sin ser interceptado el balón.

Las recepciones se realizarán solo con el interior del pie en caso que sea necesario.

2-Nombre: Tocando en movimiento



Tipo: Predeportivo de fútbol

Objetivo: Combinar las habilidades de correr, golpear el balón y recepcionar con el interior del pie.

Materiales: Pelotas de fútbol

Método: Juego

Forma organizativa: Disperso

Organización: Se jugará en espacio de 10m x 10m.

Desarrollo: Se organizan dos equipos de 5, el equipo que comienza con el balón se separaran a 10m de distancias, el equipo contrario se colocaría en el punto medio del equipo contrario. A la señal del profesor realizarán pases largos con el interior del pie. El equipo contrario tratará de correr para interceptar el pase y ganar a su vez el balón para su equipo. Si los alumnos del centro no tocan el balón, el profesor ordenará el cambio de funciones.

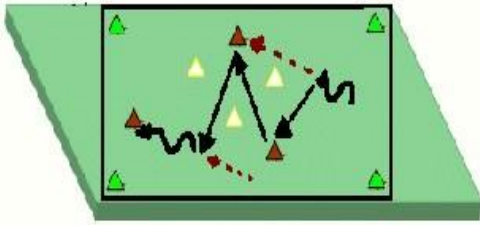
Reglas:

No se podrá realizar el regate.

Después del tercer pase con el interior del pie sin interceptación del contrario es obligatorio pasar largo con el empeine interior a un compañero que se desplaza para comenzar nuevamente el juego.

Los alumnos con el balón deberán mantenerlo al menos por 1 minuto.

3- **Nombre:** Buscando el balón



Tipo: Predeportivo de Fútbol.

Objetivo: Combinar las habilidades de correr, golpear el balón y recepcionar con el interior del pie.

Materiales: Pelotas de Fútbol.

Método: Juego.

Forma organizativa: Disperso.

Organización: Se jugará en espacio de 15m x 15m.

Desarrollo: Se organizan dos equipos de 5, realizarán el juego de Fútbol sin meta.

Reglas:

No se podrá realizar el regate.

El equipo a la ofensiva deberá mantener el balón al menos por 2 minutos.

Es obligatorio realizar 2 pases de pared con el interior del pie sin interceptación del contrario.

Cada 5 pases cortos con el interior del pie es obligatorio realizar uno con el empeine interior y continuar el juego.

Juegos predeportivos de Voleibol.

1-**Nombre:** Recibo en movimiento.

Tipo: Predeportivo de Voleibol

Objetivo: Realizar el recibo en movimiento.

Procedimientos organizativos: Onda

Materiales: Pelotas de Voleibol

Método: Juego

Forma organizativa: Disperso

Organización: Se formarán 2 hileras de 9 alumnos. Al frente de cada hilera estará 1 alumno, los primeros de cada grupo tendrán el balón en la mano.

Desarrollo: A la señal del profesor los primeros de cada grupo realizarán el recibo hacia el compañero del frente y al ejecutar este correrá hacia la posición que se encontraba el compañero que recibió el balón, y el que recibe se incorporará al final de la hilera.

Reglas:

Gana el equipo que primero termine.

El voleo tiene que ser obligatoriamente por abajo.

Si el balón cae al suelo, deberán parar el ejercicio y comenzar de nuevo.

Variantes:

Aumentar la distancia del obstáculo.

2- Nombre del Juego: Recibe con precisión

Tipo: Predeportivo de Voleibol.

Objetivo: Realizar el recibo de forma sencilla

Procedimientos organizativos: Onda

Materiales: Balón de voleibol, aro o tizas

Método: Juego

Forma organizativa: Disperso

Organización: Dos equipos formados en filas al final de cada cancha

Desarrollo: El profesor lanzará la pelota a una de las canchas el estudiante del equipo ejecutará el recibo por debajo de frente hacia el aro o círculos pintados en el círculo que se encuentra a 2 m, 4 m y 6 m de distancia, si la pelota entra algunos de los aros o círculos

pintados en la cancha anotará el equipo 5 puntos a su favor, y así sucesivamente hasta que todos los integrantes de los equipos lo realicen.

Reglas:

Gana el equipo que más puntos anote.

Para anotar un punto debe encestar.

Variante:

Aumentar la distancia de cada aro.

3-Nombre: Volea y desplázate

Tipo: Predeportivo de Voleibol.

Objetivo: Realizar de forma sencilla el voleo por arriba.

Procedimiento organizativo.

Método: Juego

Forma organizativa: Hileras

Organización: Se forman dos equipos, cada equipo subdividido en dos hileras, una al lado de la otra detrás de la línea final. Los primeros de cada hilera, con un balón en sus manos.

Desarrollo: Al sonido del silbato la primera pareja de cada equipo, saldrá en forma de desplazamiento lateral ejecutando el voleo por arriba, hasta llegar al otro extremo del terreno, y regresan corriendo con las manos entrelazadas. Cuando llegan a la línea de salida, le entregan el balón a la pareja que le toca, y así sucesivamente hasta que termine la última pareja.

Reglas:

Gana el equipo que más rápido termine.

El voleo tiene que ser obligatoriamente por arriba.

No se puede cargar el balón.

Si el balón cae al suelo, deberán regresar al lugar donde se cayó, y continuar voleando.

No se debe salir hasta que no ocurra el cambio.

Variante:

Regresar ejecutando el voleo por arriba con desplazamiento lateral.

Conclusiones

1. La utilización de los juegos predeportivos en la clase de Educación Física de 8vo grado contribuye al desarrollo de las habilidades técnicas del Baloncesto, Voleibol y Fútbol.
2. El test pedagógico inicial arrojó que el 40 % de los alumnos fueron evaluados de Insuficiente, el 33.3 % de Bien y 12, que representa el 26.7 %, fueron evaluados de Muy Bien. En sentido general, los elementos de mayores problemas fueron drible en movimiento, tiro en movimiento después del pase, golpear y recepcionar con el interior del pie y recibo y voleo.
3. La elaboración de los juegos predeportivos para las habilidades técnicas del Baloncesto, Voleibol y Fútbol se conformó teniendo en cuenta: objetivos, medios, organización, desarrollo, reglas, variantes.

Recomendaciones

Realizar una aplicación práctica de la propuesta.

Presentar la propuesta en alguna actividad metodológica del ciclo.

Bibliografía

- Alfaro, R (2002). Juegos Cubanos. Ciudad de La Habana, Casa Editorial Abril.
- Acosta, J (2002). Juegos Tradicionales, una propuesta para la Educación Física en primer y segundo grado. (Trabajo de Diploma) Universidad de Oriente
- Arboleda, R. (1999). El Juego. Ceremonia de iniciación en la Cultura Educación Física y Deporte, Colombia. Gymnos.
- Bañuelos, F. (1997). Bases para una didáctica de la Educación Física y el Deporte. España. Gymnos.
- Barbán, Y. (2010). Acciones motivacionales para el rescate de los juegos tradicionales en las clases de Educación Física. (Trabajo de Diploma) Universidad de Oriente
- Camerino, O. & Castañer, M. (1999). 1001 Ejercicios y Juegos de Recreación. Paidotribo, Barcelona.
- Capote, G. (2014). Juegos para la parte inicial de la clase de Educación Física en segundo grado. (Tesis de Grado) Universidad de Cienfuegos. "Carlos Rafael Rodríguez".
- Castillejo, R. & Casado, M. (2002) Estrategia de participación para el deporte participativo. Informe final de investigación (Tesis de Grado) Holguín, ISCF "Manuel Fajardo".
- Chirino, Y. (2014). Juegos para motivar a los alumnos del tercer grado en las clases de Educación Física(Tesis de Grado) Universidad de Cienfuegos. "Carlos Rafael Rodríguez".
- Cuba (2016). Dirección Nacional de Educación Física Programas y Orientaciones Metodológicas de Educación Física Enseñanza Primaria (Primer ciclo). La Habana. Deportes.
- Deler Sarmiento, P. (1990). "Documento para la orientación del desarrollo de Habilidades Pedagógicas Profesionales del profesor de Educación Física."
- Deler Sarmiento, P (1990). "Teoría y metodología de Educación Física: Material de apoyo a la docencia de pregrado."
- Dobler, E & Dobler, H. (1980) Juegos Menores. La Habana, Pueblo y Educación.
- Elkonin, D. (1984). Psicología del Juego. Ciudad de la Habana, Pueblo y Educación.
- García, M. (2009). Acciones motivacionales para el rescate de los juegos tradicionales en el deporte participativo. (Trabajo de Diploma) Universidad de Oriente.
- Gascón, P. (1998). La alternativa del juego I: Juegos y dinámicos Educación para la Paz. Madrid, Asociación Pro Derechos Humanos.

- Junoy, J. (1997). Propuesta de un programa de formación de jugadores: metodología de trabajo a emplear. XXI Curso Nacional de Entrenador Superior de Baloncesto. (Tesis de Grado) Bilbao.
- Kirkov, D. (1979) Manual de Baloncesto. La Habana. Orbe.
- Kurt, M. (1977) Didáctica del movimiento. La Habana. Orbe.
- Lindberg, F. (1980). Baloncesto. Juego y Enseñanza. Ciudad Habana. Pueblo y Educación.
- López Rodríguez, A. (1996). La clase de Educación Física. Actualidad y perspectiva. México, Ediciones Deportivas Latinoamericanas.
- López Rodríguez, A. (2006). El proceso de enseñanza aprendizaje en Educación Física: Hacia un enfoque integral físico educativo. Deportes.
- López, M. (2000). El aprendizaje en los deportes colectivos a través de los juegos con normas. Habilidad Motriz, Nº 24.
- Migdalia Estévez. C. (2006). La investigación científica en la actividad física: Su Metodología. Ciudad Habana. Deportes.
- Pardo Hernández, R. (2007). Baloncesto para niños y jóvenes. Deportes.
- Programa de preparación para el deportista. (2006). Ciudad de La Habana. INDER

Anexo 1

GUIA DE OBSERVACIÓN

Objetivo de la observación: Constatar los juegos predeportivos propuestos por los profesores, así como los métodos que utilizan para el desarrollo habilidades técnicas del baloncesto en el Programa de Educación Física de 8vo grado.

Cantidad de observadores: 1

Tiempo total y frecuencia de las observaciones: 2 meses, con 2 frecuencias semanales

Tipo de observación: De campo, estructurada y no participante

Aspectos a observar:

Existencia del vínculo práctico-teórico en la implementación de los juegos predeportivos para el desarrollo habilidades técnicas del baloncesto. Diversidad de los juegos predeportivos utilizados en las clases de Educación Física.

Potestad del alumno de tomar decisiones a partir de sus posibilidades y preferencias

ANEXO 2

Encuesta aplicada a los profesores de Educación Física

Estimado profesor(a):

Su valioso conocimiento facilitara el desarrollo de una investigación que mejorará desempeños futuros en los deportes baloncesto, voleibol y fútbol impartido a los estudiantes de octavo grado. Ofrecemos gracias anticipadas.

Seleccione las tres respuestas más importantes para usted, marcando del 1 al 3 en la que 1 sería la más importante.

1- De las habilidades técnicas del baloncesto, voleibol y fútbol que a continuación aparecen marque con una cruz la que a usted más le gusta desarrollar en sus clases:

- a) Drible con cambio de mano y dirección
- b) Pase de pecho en movimiento
- c) Desplazamientos ofensivos
- d) Tiro al aro en movimiento después de pase
- e) Tiro básico
- f) Golpeo con el interior del pie
- g) Recepción con la planta del pie
- h) Conducción con el interior del pie
- i) Fintas y regates
- j) Saque
- k) Recibo
- l) Pase

2- ¿Como usted evalúa el desarrollo de las habilidades del baloncesto, voleibol y fútbol?

- 1. ----- Mediante test
- 2. ----- Evaluación diaria
- 3. ----- Mediante juego
- 4. ----- Participación de los alumnos (auto evaluación, Co evaluación)
- 5. ----- Otras ¿Cuáles?-----

3- ¿Qué entiende Ud. por juegos predeportivos?

4- ¿Qué variante de juego usted utiliza en sus clases de Educación Física?

- a) ----- Deportivo
- b) ----- Con tareas
- c) ----- Modificados
- d) ----- Predeportivos

----- Otras ¿Cuáles?-----

Anexo 3

Tabla de evaluación de las habilidades técnicas del Baloncesto.

Errores	Puntuación	Evaluación
<input type="checkbox"/> Ejecuta habilidad en correspondencia con el objetivo y comete un error técnico	40-36 puntos	MB
<input type="checkbox"/> Ejecuta habilidad en correspondencia con el objetivo y comete dos errores técnicos	35,9-32 puntos	B
<input type="checkbox"/> Ejecuta habilidad en correspondencia con el objetivo y comete tres errores técnicos	31,9-28 puntos	R
<input type="checkbox"/> Ejecuta habilidad en correspondencia con el objetivo y comete cuatro errores técnicos	27,9-24 puntos	M
<input type="checkbox"/> Ejecuta habilidad en correspondencia con el objetivo y comete cinco errores técnicos	23,9-0 puntos	S/E

Anexo 5

Test pedagógico

Objetivo: Diagnosticar los niveles de desarrollo de las habilidades de golpear y recepcionar con el interior del pie.

Habilidades	Indicadores de evaluación	Evaluación		
		B	R	M
Golpeo con el interior del pie				
	- Posición del pie, que va a realizar el toque.			
	- De la pegada, su exactitud y movimiento de la pierna.			
	-En el momento del toque las articulaciones de la rodilla y el tobillo se encuentran relajadas.			

Recepción con el interior del pie	-Elevación de las piernas				
	- Colocación del peso del cuerpo				
	-La superficie de choque				

Anexo 6

Resultados de la Guía de evaluación

Habilidades	Indicadores de evaluación	Evaluación		
		B	R	M
Golpeo con el interior del pie	-Mala posición del pie, que va a realizar el toque.	16	26	18
	-Inexactitud de la pegada, se descuida el movimiento de la pierna hacia atrás.			
	-En el momento del toque las articulaciones de la rodilla y el tobillo no se encuentran completamente tensas			
Recepción con el interior del pie	-La pierna se eleva demasiado y el balón se desliza por debajo del pie.	16	26	18
	-El peso del cuerpo no es colocado completamente sobre la pierna de apoyo.			
	-La superficie de choque es demasiado rígida a causa de la tensión exagerada del tobillo			

Anexo 7

Test pedagógico de Voleibol.

INDICADOR (recibo y voleo)	EVALUACIÓN
En el momento de contacto con el balón el cuerpo no se encuentra detrás ni debajo del balón	E- No comete errores al realizar las habilidades MB- Puede cometer un error al realizar las habilidades B- Comete dos errores al realizar las habilidades I- Comete tres o más errores al realizar las habilidades
Flexionan los brazos y no abren los dedos durante el contacto con el balón	E- No comete error al realizar las habilidades MB- Puede cometer un error al realizar las habilidades B- Comete dos errores al realizar las habilidades I- Comete tres o más errores al realizar las habilidades
Recepcionar el balón fuera del área de contacto de los antebrazos	E- No comete error al realizar las habilidades MB- Puede cometer un error al realizar las habilidades B- Comete dos errores al realizar las habilidades I- Comete tres o más errores al realizar las habilidades
Descoordinación en los movimientos de flexión y extensión	E- No comete error al realizar las habilidades M- Puede cometer un error al realizar las habilidades B- Comete dos errores al realizar las habilidades I- Comete tres o más errores al realizar las habilidades