

**JUEGOS TRADICIONALES PARA POTENCIAR LAS
HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS DEL BALONMANO
TRADITIONAL GAMES TO ENHANCE BASIC HANDBALL
MOTOR SKILLS**

Eusebia Isaac Noa

Facultad de Cultura Física, Universidad de Guantánamo. Cuba

E-mail: eusebiain@cug.co.cu

Yanelis Cobas Ortiz

E-mail: yanelizco@cug.co.cu

Tatiana Lobaina Capdezuñer

Facultad de Cultura Física, Universidad de Guantánamo. Cuba

E-mail: tatianalc@cug.co.cu

RESUMEN

La investigación aborda una temática muy importante, identificada en la implementación del proyecto "Deportes para Todos" en el programa de preparación del deportista del deporte de Esgrima en la categoría 10-12 años en la provincia de Guantánamo, Cuba con el objetivo proponer ejercicios que perfeccionen la técnica de Fondo.

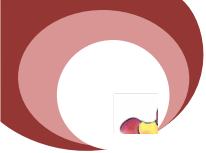
Se utilizó sustento teórico los criterios ofrecidos por autores como: Álvarez y Prieto (1993), Clery (1994), Arkayev (1998), Gaugler (1999), Thirioux (2003), Szabó (2007), López (2009), Silva (2009), Kronlund (2014), Lukovich (2015), Beke y Polgar (2016), Rosabal A. y Tejeda R. (2016), González-López y Lores-Real (2018).

Durante el proceso investigativo se utilizó métodos y técnicas de los diferentes niveles que permitieron determinar las principales insuficiencias, lo que permitió elaborar ejercicios que perfeccionen la técnica de Fondo y corroborar la factibilidad de la propuesta.

Palabras clave: Técnica de fondo; Esgrimistas; Especialidad sable

ABSTRACT

The research addresses a very important issue, identified in the implementation of the project "Sports for All" in the preparation program for the sport sport of fencing in the category 10-12

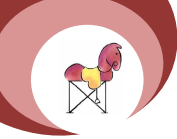


years in the province of Guantanamo, Cuba with the objective to propose exercises that perfect the technique of Fund. Theoretical support was used for the criteria offered by authors such as: Álvarez and Prieto (1993), Clery (1994), Arkayev (1998), Gaugler (1999), Thirioux (2003), Szabó (2007), López (2009), Silva (2009), Kronlund (2014), Lukovich (2015), Beke and Polgar (2016), Rosabal A. and Tejada R. (2016), González-López and Lores-Real (2018). For the development of the investigation, investigation methods and techniques of the different levels were used which allowed the main

Palabras clave: Background technique; Fencers; Sabre specialty

Recibido: 20 de julio de 2020

Aceptado: 11 de marzo de 2021



INTRODUCCIÓN

El uso de los juegos tradicionales en el mundo y específicamente en Cuba constituye una preocupación en la llamada era electrónica donde las nuevas generaciones se motivan con los juegos tecnológicamente complejos que no contribuyen a la actividad motriz.

Los juegos que implican actividad motriz, implican alguna forma de expresión corporal que contribuye al desarrollo de las habilidades motrices básicas como correr, saltar lanzar, atrapar, también se le llaman juegos motrices, se realizan desde muy temprana edad y constituyen una necesidad del desarrollo físico y psicológico.

En investigaciones recientes se ha demostrado que cuando los padres les enseñan a los niños desde edades tempranas juegos tradicionales desarrollan de forma adecuada habilidades motrices básicas que luego lo aplican en el desarrollo de habilidades deportivas comunes para todos los deportes.

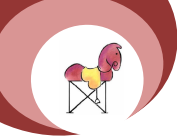
(Lavega B, 1996) refiere que los juegos tradicionales permiten acercarse al folklore, a la ciencia de las tradiciones, costumbres, usos, creencias y leyendas de una región. Resulta difícil disociar el juego tradicional del comportamiento humano, el estudio del juego folklórico, de la etnografía o la etología.

Watson (2008) refiere que los juegos tradicionales son los que de muchísimo tiempo atrás siguen perdurando, pasando de generación en generación, siendo transmitido de abuelos a padres y estos a sus hijos y así sucesivamente, sufriendo quizás algunos cambios, pero manteniendo su esencia.

Es fácil dilucidar que los juegos tradicionales se encuentran en todas partes del mundo, estos juegos se repiten en diferentes países y diferentes regiones del planeta con la marca característica de cada lugar y cultura, se transmiten de generación en generación constituyendo un elemento de la cultura de los pueblos.

Estos juegos por lo general son muy aceptados por los participantes de cualquier región, ya que desde el punto de vista afectivo el participante se sensibiliza ya que fueron practicados por sus padres, abuelos y seres queridos.

Watson (2008) refiere que los juegos tradicionales guardan la producción espiritual de un pueblo en cierto periodo histórico. Esa cultura no es oficial, se desarrolla especialmente de modo oral, no



queda cristalizado. Está siempre en transformación, incorporando creaciones anónimas de generaciones que se van sucediendo.

Moncayo España (2015) refiere que los juegos tradicionales son aquellos juegos que, desde muchísimo tiempo atrás siguen perdurando, pasando de generación en generación, siendo transmitidos de abuelos a padres y de padres a hijos y así sucesivamente, sufriendo quizás algunos cambios, pero manteniendo su esencia.

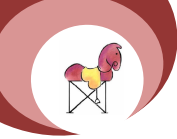
En esencia los juegos tradicionales responden a la cultura de los pueblos ya que son transmitidos de generación en generación y de una u otra forma desarrollan actividad motriz.

La autora de esta obra tiene a bien considerar la introducción de los juegos tradicionales para el desarrollo de las habilidades motrices básicas como creaciones anónimas enlazadas con los elementos del balonmano ya que los juegos tradicionales se caracterizan por:

- Responder a necesidades básicas de niños y niñas.
- Las reglas son de fácil comprensión, memorización y cumplimiento, pero además son negociables ya que pueden variarse.
- No requieren de muchos materiales y los necesarios no son muy costosos.
- son sencillos y fáciles de compartir con otros jugadores
- Pueden practicarse en cualquier momento y lugar.

Desde el punto de vista pedagógico los juegos tradicionales son importantes porque:

- Estudia y muestra las diferentes variantes de un mismo juego, según la cultura y la región en la que se practique el mismo.
- Pueden ejercitarse mediante varias repeticiones
- es un medio de instrucción y educación del niño y/o niña
- No necesita de la movilización de grandes recursos, por lo que pueden ser incluidos en las escuelas o liceos.
- Contribuyen a elevar el nivel de interés y motivación, desarrolla la comprensión y admiración.
- Brindan la posibilidad de acercarnos a otras generaciones y culturas locales, regionales y de otros países y conocer aspectos importantes que permite comprender la vida,



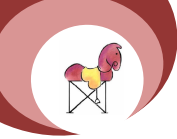
costumbres, hábitos y otras características de otros grupos étnicos.

Para describir los juegos que se proponen se asumen los siguientes pasos metodológicos:

- Nombre del juego
- Objetivo del juego: Debe ser claro, están encaminado a desarrollar habilidades motrices básicas, capacidades físicas, habilidades deportivas y actividades recreativas.
- Historia del juego tradicional que se utiliza.
- Materiales a utilizar: Solo debe utilizar los materiales necesarios.
- Participantes: tener en cuenta la cantidad, edad con que se va a trabajar
- Organización del juego: orienta a los niños cómo se va a desarrollar el juego.
- Desarrollo: Es la explicación del juego, conjuntamente con la descripción que debe ser comprensible atractiva y dramatizada.
- Reglas del juego: Es la explicación de todos los aspectos que los niños y niñas tienen que tener en cuenta para que el juego se desarrolle con éxito.
- Se utilizan variantes y se introducen nuevas reglas, utilizando la misma organización, se introducen cambios y aumenta su complejidad, pero siempre cumpliendo el objetivo trazado.

Durante el uso de juegos tradicionales se pueden insertar en el aprendizaje elementos técnicos del Balonmano tales como:

- Formas desplazamientos.
- Coordinación de movimientos corporales en marcha y carrera.
- Conocimiento de las diversas formas de saltos
- Coordinación de movimientos corporales en saltos
- Desarrollo de habilidades motrices.
- Desplazamientos combinados con saltos y manipulaciones de la pelota
- Utilización de habilidades básicas en situaciones de juego.



- No abandona a su oponente así sea causa justificada.
- Aprende cómo se juega el Balonmano.
- Disfruta jugando.
- Se plantea la continuidad del juego en su tiempo libre

Según Watson (2008) refiere que los juegos expresan la inclinación hacia los deportes, incluyen elementos de las disciplinas deportivas y se aplican reglas simplificadas del deporte en cuestión.

Los juegos se utilizan para presentar elementos técnicos de un deporte motivo de clase, donde el profesor enseña elementos técnicos aislados que más tarde los va uniendo entre sí en la medida que el niño o niña lo vaya aprendiendo hasta introducir varios elementos a la vez, para el logro de este objetivo el profesor debe cumplir los siguientes pasos metodológicos:

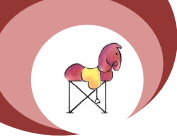
Enseñanza del elemento técnico: Lleva implícito la explicación, la demostración y la corrección de errores por parte del profesor, se explica de manera clara y precisa las reglas del juego, precisa la formas de ejecución de los elementos técnicos que se enseñan, se demuestra la forma de ejecutarlos de manera que el niño o niña perciba, como se realiza el juego, las reglas y los movimientos que va a realizar.

Consolidación de los movimientos: donde se realizan diferentes juegos para perfeccionar los elementos técnicos que se insertan en el juego.

Aplicación a través del juego de los elementos técnicos: se emplean juegos que inserten técnicas con todos los requisitos, posición de piernas, brazos, troncos, manos, para ello es necesario que el profesor utilice varios juegos hasta que los niños y niñas logren dominar, ejemplo drible en el lugar y con desplazamiento, los juegos que se utilicen han de permitir la continuidad de las clases.

Lo antes expuesto refleja la necesidad de en las edades 9-10 años plantearse el desarrollo de las habilidades motrices básicas a través del juego.

En la actualidad existen limitaciones en el desarrollo de las habilidades motrices básicas en los atletas que ingresan en los centros de alto rendimiento por lo que se impone la necesidad de una modificación en los métodos de enseñanza que se utilizan.



En sentido general se tiene a bien considerar que los juegos que utilizan los profesores para desarrollar las habilidades motrices básicas en niños y niñas de estas edades no garantizan el cumplimiento de los objetivos del programa de preparación del deportista en el deporte de Balonmano.

Lo antes expuesto se fundamenta a través de la aplicación de métodos científicos que nos permitieron detectar las siguientes insuficiencias:

- El programa de preparación del deportista del deporte de Balonmano exige transferir motricidad general a motricidad específica, en cambio no especifica cómo lograrlo.
- Los practicantes durante la preparación en las categorías 9-10 años no llegan a desarrollar las habilidades básicas de pase, recepción, dribling y salto imprescindible para el dominio de habilidades más complejas en la categoría 11-12 años.
- Los juegos que se emplean nos permiten encadenar las acciones de manera que los practicantes desarrollen las habilidades en forma de sistema.

Para darle solución a estas insuficiencias se ejemplifica juegos concebidos desde los juegos tradicionales:

Juego tradicional:

Juego #1. La Pelota Caliente.

Objetivo: aprovechar la identidad de los practicantes para potenciar el desarrollo de habilidades motrices utilitarias de agarrar, lanzar, y recibir.

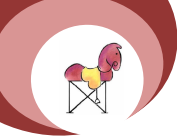
Historia del juego. La Pelota Caliente es un juego tradicional que los indígenas jugaban con la vejiga de los animales que capturaban para alimentarse, ésta la inflaban y los más jóvenes de la tribu se reunían para pasar un rato de esparcimiento.

Generalmente uno de la tribu iniciaba el juego pasándole a otro, de manera que todos le caían detrás a la vejiga inflada, el que poseía la vejiga se la pasaba al individuo de mayor afinidad dentro de la tribu. En la actualidad este juego se desarrolla con una pelota.

Materiales que se utilizan: una pelota estándar de Balonmano.

Participantes: todos los practicantes que asistan.

Formas de organización. Se realiza con todos los practicantes que están participando, el profesor le indica que se dispersen por todo el espacio disponible a una distancia aproximada de 3 metros.



Metodología del juego: el profesor para iniciar el juego se pone de espaldas y tira la pelota lo más alto que pueda hacia cualquier dirección, el practicante que la atrape la pasa rápidamente a otro niño. El practicante cuando realiza debe mantener los brazos extendidos dirigidos al pecho, al recibirlo debe sacar los brazos hacia delante al mismo tiempo que flexiona para tomar impulso y volver.

Reglas del juego:

Cuando el profesor toque el silbato el practicante que tenga la pelota en la mano sale hasta el próximo juego.

El practicante no debe quedarse estático en un lugar, debe estar continuamente en movimiento.

Juego #2. Baila el Yo-yo.

Objetivo: desarrollar destrezas con elementos del juego tradicional el Yo-yo para contribuir al desarrollo de las habilidades básicas del dribling en el deporte de Balonmano.

El Yo-yo consta de dos partes circulares unidas en el medio por una pequeña cuña cilíndrica que las mantiene separadas a una corta distancia. En la cuña se enrolla un cordel que permite hacerlo subir y bajar. Tradicionalmente se fabricaba en madera, hoy día se elabora comercialmente con plástico.

Historia del Yo-yo.

Es uno de los juegos más antiguos tiene su origen hace más de 400 años fue inventado por los indígenas utilizando madera como materia prima, la cual fue avanzando hasta nuestros días.

Materiales que se utilizan: un Yo-yo para practicante.

Participantes: participan todos los niños y niñas presentes.

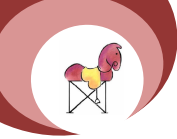
Formas de organización: los practicantes se colocan de forma dispersa por todo el terreno donde se practica el Balonmano.

Metodología del juego.

Se realiza con todos los practicante que están participando.

El profesor organiza los participantes de forma dispersa a una distancia de un metro de separación con un Yo-yo en la mano.

El profesor indica que al sonar el silbato los practicantes parados en el lugar sin desplazarse dejan caer el Yo-yo de manera que sea atraído por la fuerza de gravedad y luego comenzar el movimiento uniforme, primero hacia abajo y después hacia arriba flexionando y extendiendo el brazo y junto con ella los movimientos de la muñeca y los dedos, durante un tiempo de un minuto. Pasado este



tiempo el profesor suena el silbato nuevamente indicando que deben parar.

Reglas del juego

El practicante que pare el Yo-yo antes del tiempo reglamentado sale del juego y se incorpora en el próximo.

El profesor manda a repetir el juego pero esta vez con desplazamientos indistintamente por un tiempo de dos minutos, el practicante que se le pare el Yo-yo antes del tiempo reglamentado sale del juego y se incorpora en el próximo.

Juego #3 Carreras de sacos.

Objetivo: desarrollar destrezas en la habilidad motriz básica de saltar en el programa de Balonmano

Historia del juego.

Este es juego que data de más de 400 años y en todos los países de América Latina es muy conocido.

Materiales que se utilizan: dos sacos.

Participantes: participan todos los presentes

Formas de organización: se forman dos equipos, el primer practicante de cada equipo cubren sus piernas con los sacos que deben sostener con sus manos.

Metodología del juego: el practicante para avanzar sólo es válido saltar con los dos pies, sin soltar el saco. El primero en llegar a la meta es el ganador.

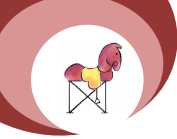
Reglas del juego: practicante no debe dejar caer el saco, debe saltar con los dos pies, de manera que al caer sea en forma de semicucullilla para amortiguar el salto, el primero en llegar a la meta es el ganador.

MATERIAL Y MÉTODOS

Para la comprensión del estado actual del problema investigado se escogió una muestra de 23 practicantes sistemáticos de ellos 14 varones, 9 hembras y 3 profesores, se tomó como muestra el total de la población, a los que se aplicaron diferentes métodos de investigación:

Métodos teóricos.

Histórico y lógico: favoreció el análisis histórico en el proceso de preparación de niñas y niños en el deporte de Balonmano en el desarrollo de las habilidades motrices básicas, estudio documental



posibilitó la obtención de información de carácter científico contenido en los documentos emitidos por la comisión nacional y los diferentes programas de preparación del deportista del deporte de Balonmano, análisis y síntesis: permitió hacer un análisis crítico de diferentes bibliografías consultadas, la determinación de los resultados cualitativos del diagnóstico, así como el establecimiento de relaciones entre los componentes que integran los juegos que se proponen, inductivo-deductivo: posibilitó la caracterización del objeto de investigación, revelar las regularidades, así como llegar a generalizaciones a partir del estudio de la factibilidad de la implementación del aporte, sistémico estructural funcional: permitió establecer vínculos sistémicos entre los elementos que componen la propuesta; partiendo de juegos tradicionales, con elementos técnicos y juegos complejos donde se combinan las habilidades motrices básicas del pase, recepción, dribling y salto.

Métodos del nivel empírico

Observación: permitió observar la manifestación del campo de investigación en la práctica pedagógica, entrevista: se aplicó a profesores de Balonmano que imparten este programa, encuestas: se realizaron a profesores del deporte de Balonmano que imparten este programa.

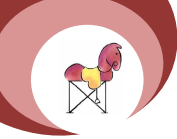
Procedimiento Matemático

Análisis porcentual: se utilizó para procesar los datos obtenidos de los instrumentos aplicados en todo el proceso de investigación.

RESULTADOS

Al aplicar la entrevista a niñas y niños se alcanzan los siguientes resultados:

Los niños y niñas entrevistados el 85% cursa el 5to grado y el 15% cursa el 6to grado, el 60,8% son varones y el 39,1% son hembras, al preguntarle a la muestra de varones porque eligieron el deporte de Balonmano refieren que le gusta porque los hombres que lo practican son altos y fuertes, mientras que las niñas respondieron que le gusta porque es un espacio que le permite relacionarse con otros niños, al preguntarle que juegos utilizan con frecuencia 14 que representa el 60,8 refieren que juegan a La pelota caliente, Tira la pelota y regresa, entre otros, en sentido general los profesores utilizan juegos que desarrollan habilidades motrices, sin embargo muy pocas veces hace referencia a juegos tradicionales de forma organizada y planificada de acuerdo al cumplimiento de los objetivos pedagógicos por etapas.



El 100% de la muestra refiere que los juegos que más le gustan son los que utilizan pelotas.

Al aplicar una encuesta a profesores que imparten el programa se logra constatar que utilizan muy poco los juegos tradicionales como herramienta para desarrollar habilidades motrices básicas

Al realizar la observación de clases del programa de Balonmano a profesores se logra constatar que estos insertan juegos durante la clase que facilitan el vencimiento de los objetivos pedagógicos, sin embargo no insertan juegos tradicionales para el desarrollo de habilidades motrices básicas de correr, saltar lanzar, atrapar.

Al revisar el programa de Balonmano se logró constatar que ofrece juegos que facilitan el cumplimiento de los objetivos pedagógico, sin embargo no son del gusto y preferencia de los niños y niñas ya que no forman parte de la cultura de la provincia, además no explicitan con claridad las orientaciones metodológicas de cómo aplicarlos, los juegos que recomienda desarrolla habilidades motrices básicas para el deporte de Balonmano, pero se aplican de forma aislada asistémica que no facilita el logro de los objetivos.

En sentido general al aplicar los diferentes métodos científicos de logra constatar que los niños durante el proceso de preparación no logran desarrollar las habilidades básicas de pase, recepción, dribling y salto ya que los profesores no planifican los juegos en forma de sistema de manera que los niños desarrollen las habilidades en forma de sistema.

DISCUSIÓN

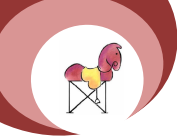
Con la finalidad de constatar la factibilidad y el grado de aceptación de la propuesta se aplicó una entrevista en profundidad a profesores de Balonmano en la provincia Guantánamo.

La selección de la muestra para aplicar el instrumento fue de manera intencional teniendo en cuenta los siguientes criterios:

1. Graduado en la especialidad de Balonmano.
2. Años de experiencias en la actividad.

En la confección del instrumento se tuvo en cuenta los siguientes criterios:

- Consideraciones sobre el sistema de juegos propuestos.
- Actualización de las concepciones metodológicas de manera práctica en el programa de Balonmano.



- Posibilidad real de insertar los juegos en el programa de Balonmano para potenciar el desarrollo de las habilidades motrices básicas.

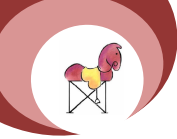
Se escogió un total de 18 profesores de Balonmano que laboran en diferentes combinados deportivos. De ellos el 100% son graduados en Cultura Física, 8 que representan el 44,4% tienen entre 10 y 12 de experiencia y 10 que representa el 55,5% tienen entre 15 y 25 años de experiencias.

Cuando a la muestra se le pregunta cuáles son sus consideraciones sobre el sistema de juegos propuestos para potenciar la participación de niños y niñas en el programa de Balonmano como una forma de Recreación Física. El 100% refiere estar muy de acuerdo con los juegos que se proponen por que parten de elementos que los niños y niñas conocen, ya que los juegos tradicionales que se utilizan forman parte de la cultura que se ha ido transmitiendo de generación en generaciones, el 94,4% está muy de acuerdo con los objetivos que se proponen en cada juego ya que las intenciones a las que se destinan están bien claras, en cambio 1 que representa el 5,5% está de acuerdo porque considera que existen elementos que pueden ser mejorados, el 100% de la muestra están muy de acuerdo con los juegos porque se corresponde con la edad de niñas y niños., el 94% está muy de acuerdo considerando comprensible y atractiva la explicación, mientras que el 5,5% considera estar de acuerdo porque considera que existen elementos que pueden ser mejorados, el 100% están muy de acuerdo con las reglas que se proponen en cada juego, el 100% de la muestra está muy de acuerdo con las variantes que se utilizan de juegos con el grado de complejidad y las introducción de nuevas reglas.

Cuando a la muestra seleccionada se le pregunta sobre la posibilidad real de insertar los juegos en el programa de preparación del deportista en la categoría 9-10 años el 100% refiere estar muy de acuerdo.

Cuando a la muestra seleccionada se le pregunta si la propuesta de juegos sirve de herramienta a otros profesores para transferir motricidad general a motricidad específica al deporte de Balonmano el 94,4% está muy de acuerdo, en cambio el 5,5% refiere estar de acuerdo, pero puede ser mejorada en su estructura.

El 100% refiere que el sistema de juegos que se propone ayuda a actualizar las concepciones metodológicas del programa de preparación del deportista en la categorías 9-10 años.



CONCLUSIONES

- Como resultado del diagnóstico se evidenciaron las insuficiencias que se presentan al potenciar las habilidades motrices básicas en niñas y niños en el deporte de Balonmano en el combinado deportivo Plaza en el municipio Guantánamo
- El sistema de juegos propuestos favorece el proceso de preparación de niñas y niños en el deporte de Balonmano a partir de la utilización de juegos tradicionales para potenciar las habilidades motrices básicas en niñas y niños en el deporte de Balonmano
- La propuesta se sometió a entrevista en profundidad y al constatar los resultados se observa que son satisfactorios representado entre un 94 % y 100 % de aceptación.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Álvarez Barbero (2009) *Los Juegos y Deportes Alternativos*. Disponible en. <http://www.efdeportes.com>. Consultado en 7 Enero 2018

Alfaro Torres, Rolando (2003) *Juegos Cubanos* Casa Editorial: Abril.

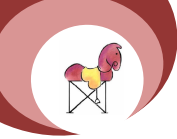
Arias Beatón, G. (2020). "Diversidad, cultura y desarrollo personal desde una perspectiva histórico-cultural", En *Convocados por la diversidad*, p. 8-14. Editorial Pueblo y Educación. Ciudad de La Habana,

Cañizares, Martha (2008) *La psicología de la actividad física*. La Habana: Editorial Deporte

Dobler Erika y Hugo Doble (2000-2003). *Juegos Menores: un manual para escuelas y asociaciones deportivas* Ed: Pueblo y Educación. La Habana. Dirección Nacional Recreación del INDER "Documentos rectores de la recreación física en Cuba". La Habana, Cuba.

Vasquez Toirac, (2013) *El rescate de los juegos tradicionales* Revista Digital. Buenos Aires. Disponible en <http://www.efdeportes.com> consultado 14 de noviembre 2019

Watson Brown Herminia (2008) *Teoría y Práctica de los juegos*. La Habana: Ed Deportes.



***ATHLOS. Revista Internacional de Ciencias Sociales
de la Actividad Física, el Juego y el Deporte***

International Journal of Social Sciences of Physical Activity, Game and Sport

Vol XIX- Año IX

Enero 2020

Instituto Nacional de Deportes, programa de preparación del deportista de Balonmano (2016). Editorial deportes. La Habana

Lavega, B. (1996). El lenguaje del juego.

Moncayo España (2015) Los juegos tradicionales y su impacto en el desarrollo físico en los niños y niñas. Universidad Técnica de Ambato. Ecuador. Disponible en [https://repositorio.uta.edu.ec/browse?type=author&value=Moncayo+España%](https://repositorio.uta.edu.ec/browse?type=author&value=Moncayo+España%20)

MUSEO DEL JUEGO