ATHLOS Nº 25

Alexandre de Riquer (1897). Salón pedal Cartel
Imagen de la portada: Cartel de salón de Pedal, lo utilizó su autor para anunciar un nuevo local para la práctica del ciclismo en Madrid. El artista utilizó una figura femenina montada en bicicleta. Imagen sustraída de la exposición "CARTELES DE LA VIDA MODERNA. Los orígenes del arte publicitario", que se puede ver aún en la sala de exposiciones de Caixa Fórum de Sevilla.

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

COMPROMISO ÉTICO

La redacción de la revista ATHLOS está comprometida con la comunidad científica en garantizar la ética y calidad de los artículos publicados. Nuestra revista tiene como referencia el Código de conducta y buenas prácticas que, para editores de revistas científicas define el Comité de Ética de Publicaciones (COPE). Al mismo tiempo, garantiza una adecuada respuesta a las necesidades de los lectores y autores, asegurando la calidad de lo publicado, protegiendo y respetando el contenido de los artículos así como la integridad de los mismos. El Comité Editorial se compromete a publicar las correcciones, aclaraciones, retracciones y disculpas cuando sea preciso. ATHLOS declara su compromiso por el respecto e integridad de los trabajos ya publicados. Por esta razón, el plagio está estrictamente prohibido y los textos que se identifiquen como plagio o su contenido sean fraudulentos, serán eliminados de la revista si ya se hubieran publicado o no se publicarán. La revista actuará, en estos casos, con la mayor celeridad posible. Al aceptar los términos y acuerdos expresados por nuestra revista, los autores han de garantizar que el artículo y los materiales asociados a él son originales o no infringen los derechos de autor. También los autores tienen que justificar que, en caso de una autoría compartida, hubo un consenso pleno de todos los autores afectados y que no ha sido presentado ni publicado con anterioridad en otro medio de difusión.

ETHICAL COMMITMENT

The editorial staff of the ATHLOS magazine is committed to the scientific community in ensuring the ethics and quality of the articles published. Our journal has as reference the Code of Conduct and good practices that, for publishers of scientific journals, defines the Committee of Ethics of Publications (COPE). At the same time, it guarantees an adequate response to the needs of the readers and authors, ensuring the quality of what is published, protecting and respecting the content of the articles as well as the integrity of the same. The Editorial Committee undertakes to publish corrections, clarifications, retractions and apologies when necessary. ATHLOS declares its commitment for the respect and integrity of the works already published. For this reason, plagiarism is strictly prohibited and texts that are identified as plagiarism or its content are fraudulent, will be removed from the journal if they have already been published or will not be published. The magazine will act, in these cases, as quickly as possible. By accepting the terms and agreements expressed by our journal, authors must ensure that the article and the materials associated with it are original or do not infringe copyright. The authors also have to justify that, in case of a shared authorship, there was a full consensus of all the authors affected and that has not been previously presented or published in another medium.

ISSN: 2253-6604

EQUIPO EDITORIAL / EDITORIAL TEAM

Museo del juego

CIF B-40234106

www.museodeljuego.org

ISSN: 2253-6604

Editor / Editor-in-Chief

Dr. Manuel Hernández Vázquez
Profesor Emérito. Universidad Politécnica de Madrid (España)

Directores / Deputy Editors-in-Chief

Dra. María Espada Mateos
Universidad Politécnica de Madrid

Dr. José Carlos Calero Cano
Centro Educativo Guzmán el Bueno (España)

Consejo Asesor / Consulting Editors

Dr. Jesús Martínez del Castillo
Universidad Politécnica de Madrid (España)

Dra. Maria Beatriz Rocha Ferreira
Faculdade de Educação Física – Unicamp de Campinas (Brasil)

Dr. Francisco Javier Hernández Vázquez
Profesor -INEFC Barcelona (España)

Dra. Fátima María Bastos de Inoue
Universidad Americana de Asunción (Paraguay)

Dra.Olga Rodrigues de Moares Von Simson
Faculdade de Educação Física – Unicamp de Campinas (Brasil)

Dña. Vera Toledo Camargo
Directora del NUDECRI (Núcleo de Desenvolvimiento de la Creatividad). Investigadora del Labjor (Laboratorio del Estudios Avanzado en Periodismo)

Dr. Ángel Mayoral González
Ángel Mayoral González. Doctor en Psicología. Exprofesor del INEF de Madrid (UPM)

Dña. Tatiana Azambuja Ujacow
Universidade Federal de Mato Grosso do Sul – UFMS

MUSEO DEL JUEGO

Consejo editorial / Editorial board

Dr. José Emilio Jiménez-Beatty Navarro
Universidad de Alcalá (España)

Dr. Jesús Martínez del Castillo
Universidad Politécnica de Madrid (España)

Dra. María Martín Rodríguez
Universidad Politécnica de Madrid (España)

Dr. Antonio Rivero Herráiz
Universidad Politécnica de Madrid (España)

Dr. Ramón Torralbo Lanza
Universidad de Cantabria (España)

Dra. Fátima María Bastos de Inoue
Universidad Americana de Asunción (Paraguay)

Dra. Diana Ruiz Vicente
Universidad Camilo José Cela (España)

Dr. José Carlos Calero Cano
Centro Educativo Guzmán el Bueno (España)

Dr. José Antonio Santacruz Lozano
Universidad de Alcalá (España)

Dr. Ángel Luis Clemente Remón
Universidad de Alcalá (España)

Dra. Jana María Gallardo Pérez
Universidad Politécnica de Madrid (España)

Dr. Pablo Abián Vicen
Centro Educativo Guzmán el Bueno (España)

Dr. Javier Abián Vicen
Universidad de Castilla La Mancha (España)

Dr. Miguel Vicente Pedraz
Universidad de León

Dr. Alejandro Barceló Hernando
ESERP: Escuela Superior de Empresas de Relaciones Públicas

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

ÍNDICE

EDITORIAL ..... pág. 5
Manuel Hernández Vázquez

Feminización de la población mayor usuaria de los servicios deportivos del ayuntamiento de Sevilla ..... pág. 9
Marina Urquiza González
Dr. Luis Toronjo Hornillo
María del Carmen Olmedo Vázquez

Incidencias de los eventos deportivos en playas ecuatorianas: caso Montañita ..... pág. 28
Diana Valeria Delgado Campuzano
Jazmín Jessenia Peñafiel León
Gabriele Natalia Torres Jara
María José Ortíz Zurita

Indicadores para el control y Evaluación de las acciones tàcticas Defensivas en el baloncesto ..... pág. 34
Lic. Emilio Payton Rodríguez

Plan de entrenamiento de la Modalidad atlética de la jabalina ..... pág. 45
José Carlos Ros Saura

Juegos didácticos para fomentar la laboriosidad en escolares de 4to grado ..... pág. 73
Jorge Luis Bruzón Fernández
Yelennis Mengana Olivares
C. Enrique Duharte Gómez

Acciones educativas para dar tratamiento a la Educación Ambiental Acústica desde el programa de Educación Física de 7mo grado de la Escuela Secundaria Básica Urbana "Pedro Agustín Pérez" del municipio Guantánamo. . Pág 87
José Oslé García
Fredis Torres Cribe

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

EDITORIAL Nº25

"La igualdad en el voto, que hoy consideramos parte de los principios democráticos no fue una decisión fácil ", se logró a duras penas tras un arduo e intenso debate parlamentario. Este derecho se conquistó en nuestro país de la mano de **Clara Campoamor**, abogada que defendió siempre los derechos de las mujeres y qué protagonizó en octubre de 1931 una victoria histórica para el género femenino: el sufragio universal, debatiendo junto a Victoria Kent en las Cortes sobre el voto de la mujer, que tanto rechazo provocaba en sectores republicanos por miedo a que la población femenina votara a la Iglesia. Campoamor, señaló, "No cometáis un error histórico que no tendréis nunca bastante tiempo para llorar; al dejar al margen de la República a la mujer, que representa una fuerza nueva, una fuerza joven; que ha sido simpatía y apoyo para los hombres que estaban en las cárceles; que ha sufrido en muchos casos como vosotros mismos, y que está anhelante.

Clara Campoamor, había iniciado una lucha por conseguir hacer una sociedad mas igualitaria, cuando todo lo tenía en contra ya que la situación de la mujer, históricamente ha estado en manos de una sociedad patriarcal, donde el hombre, durante miles de años, ha sido dueño y señor de la mujer. Para confirmar esta situación que se dio desde los albores de la Humanidad, tengo que referirme en primer lugar, a la obra escrita en 1899 por T. Veblen titulada TEORÍA DE LA CLASE OCIOSA, autor que para mi fue un descubrimiento, ya que en ese tiempo estaba preparando mi proyecto docente en la Universidad para conseguir la plaza docente en la asignatura de OCIO Y ACTIVIDAD FÍSICA. Según Veblen, la institución de una clase ociosa ha surgido gradualmente durante la transición del salvajismo primitivo a la barbarie; o dicho con mas precisión de unos hábitos de vida pacíficos a unas costumbres belicosas. Las condiciones necesarias para que surja una clase ociosa son que la comunidad debe tener hábitos de vida depredadora (guerra, caza mayor, o ambas a la vez), y tiene que haber posibilidades de conseguir medios de subsistencia suficientemente grandes para permitir que una parte importante de la comunidad pueda estar exenta de dedicarse al trabajo rutinario y así dedicarse solamente a tareas dignas. Son tareas dignas aquellas que pueden ser clasificadas como hazañas; indignas las ocupaciones de vida cotidiana en que no entre ningún elemento apreciable de proeza.

Las clases altas están consuetudinariamente exentas o excluidas de las ocupaciones industriales y se reservan para determinadas tareas a las que se les confiere un cierto grado de honor o de hazaña. Históricamente la clase ociosa ha comprendido primero a la casta guerrera y en segundo lugar a la casta sacerdotal junto con una gran parte de su séquito. Las ocupaciones de las clases guerreras y sacerdotal pueden ser comprendidas, bajo los epígrafes de gobierno, guerra, prácticas religiosas y deporte. Aquellas ocupaciones clasificadas como proezas son dignas, honorables y nobles y las que no contienen ese elemento de hazaña y especialmente aquellas que implican servidumbre o sumisión son indignas, degradantes e innobles. En las comunidades donde predomina el grupo depredador, la

ISSN: 2253-6604

lucha y la caza vienen a constituir el oficio de los hombres físicamente aptos. Las mujeres hacen el resto del trabajo que hay que realizar y los demás miembros del grupo que no son aptos para llevar el trabajo propio de los hombres son clasificados a este propósito con las mujeres. En el proceso de la evolución cultural, la aparición de una clase ociosa coincide con el comienzo de la propiedad. De lo que se trata es por una parte del origen y naturaleza de una clase ociosa convencional, y por otra, de los comienzos de la propiedad individual como derecho convencional. La diferenciación primera, de donde surgió la diferenciación entre una clase ociosa y otra trabajadora, es la que se produce en los estadios inferiores de la barbarie entre el trabajo del hombre y de la mujer. De modo análogo, la forma primera de la propiedad es una propiedad constituida por las mujeres y disfrutada por los hombres físicamente aptos de la comunidad. El trabajo manual, la industria, todo lo que tenga relación con la tarea cotidiana de conseguir medios de vida es ocupación exclusiva de las clases inferiores. Esta clase inferior, incluye a los esclavos y generalmente también a todas las mujeres. Cuando el esquema está plenamente desarrollado, hasta los deportes son considerados como de dudosa legitimidad para los miembros de rango superior.

La propiedad de las mujeres comienza en los estadios inferiores de la cultura bárbara aparentemente con la aprehensión de cautivas. La práctica de arrebatar al enemigo las mujeres en calidad de trofeos dio lugar a una forma de matrimonio-propiedad, que produjo una comunidad doméstica con el varón por cabeza. Fue seguida de una extensión del matrimonio-propiedad a otras mujeres, además de las capturadas al enemigo. La propiedad comenzó por ser el botín conservado como trofeo de una expedición afortunada. La proeza del hombre era en un principio la proeza del grupo y el poseedor del botín se sentía primordialmente como guardián del honor del grupo. Cuando los bienes acumulados se han convertido en prendas acreditadas de eficiencia, la posesión de la riqueza asume el carácter de base independiente y definitiva. La posesión de bienes, adquiridos agresivamente por medio de la hazaña personal o pasivamente por titulo hereditario, se convierte en base convencional de reputación. Aquellas ocupaciones clasificadas como proezas son dignas, honorables y nobles; las que no contienen ese elemento de hazaña y especialmente aquellas que implican servidumbre o sumisión son indignas, degradantes e innobles.

Los medios de conseguir reputación han sido reemplazados por la adquisición y acumulación de bienes. Así como antes, se necesitaba para estar bien situado en la comunidad, llegar al nivel de fortaleza física, astucia y habilidad ahora es necesario llegar a un cierto nivel de riqueza. Desde los días de los filósofos griegos hasta nuestros días, los hombres reflexivos han considerado siempre como un requisito necesario para poder llevar una vida humana digna, bella o incluso irreprochable, un cierto grado de ociosidad y de extensión de todo contacto con los procesos industriales que sirven a las finalidades cotidianas inmediatas de la vida humana. Las mujeres hacen el resto del trabajo que hay que realizar y los demás miembros del grupo que no son aptos para llevar el trabajo propio de los hombres son clasificados a este propósito con las mujeres. La propiedad de las mujeres comienza en los estadios inferiores de la cultura bárbara aparentemente con la aprehensión de cautivas. La práctica de arrebatar al enemigo las mujeres

ISSN: 2253-6604

en calidad de trofeos dio lugar a una forma de matrimonio-propiedad, que produjo una comunidad doméstica con el varón por cabeza. Fue seguida de una extensión del matrimonio-propiedad a otras mujeres, además de las capturadas al enemigo. El resultado de una vida depredadora ha sido, por una parte, una forma de matrimonio basado en la coacción y por otra, la costumbre de la propiedad. Con el tiempo, el concepto de propiedad se extiende a los productos de su industria, y surge así la propiedad de cosas a la vez que la de personas. La propiedad comenzó por ser el botín conservado como trofeo de una expedición afortunada. La proeza del hombre era en un principio la proeza del grupo y el poseedor del botín se sentía primordialmente como guardián del honor del grupo. La institución de una clase ociosa ha surgió gradualmente durante la transición del salvajismo primitivo a la barbarie; o dicho con mas precisión de unos hábitos de vida pacíficos a unas costumbres belicosas.

José Ortega y Gasset, es el otro autor al que tengo que referirme ya que en un artículo publicado en Alemania y posteriormente en Madrid en la revista Citius,Altius, Fortius (1967) con el título "Origen Deportivo del Estado", nos viene a confirmar lo que Veblen recogió en su obra, en relación al nacimiento y desarrollo del Estado Moderno. Ortega destaca que la primera forma de organización que aparece en las hordas, es sencillamente la edad. El cuerpo social ha aumentado en número de individuos y de horda se ha convertido en tribus que están organizadas en tres clases sociales: La clase de los jóvenes, La clase de los hombres maduros y la de los viejos y no hay otra división y por supuesto no existe aún la familia. ¿Presentadas las bases sobre las que se sustenta el ensayo, Ortega se pregunta que es lo que acontece en ese tránsito de la horda informe a la tribu organizada? Al aumentar la masa de población, al aparecer síntomas de una mayor vitalidad, los encuentros entre las hordas empiezan a ser más frecuentes y acontece que los muchachos de hordas próximas, impulsados por ese instinto de sociabilidad coetánea, deciden juntarse vivir en común y sienten juntos, un extraño y misterioso asco hacia las mujeres parientes consanguíneas con quienes viven en la horda y un apetito y atracción hacia las otras mujeres, las desconocidas, pertenecientes a otras hordas. En ese momento se produce uno de los hechos de mayor trascendencia de la historia de la humanidad y que ha tenido consecuencias incalculables: deciden robar las mozas de hordas lejanas y para ello, se deben preparar para robarlas y así nace la guerra como medio al servicio del amor. Se necesita una organización, una disciplina y una autoridad y nace la idea de jefe, el entrenamiento, los ritos y el culto a los poderes mágicos. La vida en común crea la necesidad de construir un albergue estable y surge el casino de los jóvenes donde preparan sus expediciones y cumplen sus ritos; está prohibido a los hombres maduros, mujeres y niños entrar en el casino juvenil y desde el principio se convierten en centro donde impera el secretismo y el tabú. A través de este fenómeno no obligatorio, se origina la exogamia, es decir, ley matrimonial que obliga a buscar esposa fuera de los consanguíneos, provocando una revolución en la evolución de la especie humana, no sólo por este hecho sino porque a través del club de jóvenes se inicia en la historia la génesis irracional del Estado. Ortega termina diciendo que, "De este esfuerzo obligado, para la estricta satisfacción de una necesidad, el ejemplo más claro es el deporte. Esto nos lleva a destruir la jerarquía secular y a considerar la actividad deportiva como primordial y creadora, la más elevada, la más seria y la más importante de la vida, y la actividad laboral, como derivada de la primera, como simple destilación y

ISSN: 2253-6604

precipitado de aquella", Ortega, llama deporte en su ensayo a lo que Veblen define como ocio que es el concepto moderno de las actividades ociosas y en ningún momento destaca los aspectos tan importantes en el proceso cómo el que se constituya el patriarcado que ha perdurado en el tiempo hasta nuestros días y que aún hoy en muchos países, es el principal problema para conseguir la igualdad entre hombres y mujeres.

En 1935, Clara Campoamor escribía en EL VOTO EL FEMENINO Y YO: MI PECADO MORTAL: "Resolver lo que queráis, pero afrontando la responsabilidad de dar entrada a esa mitad de género humano en política, para que la política sea cosa de dos, porque sólo hay una cosa que hace un sexo sólo: alumbrar, las demás las hacemos todos en común y no podéis venir vosotros a legislar, a votar impuestos, a dictar deberes, a legislar sobre la raza humana, sobre la mujer y sobre el hijo, aislados fuera de nosotras". 90 años después, podemos señalar que la igualdad de género se ha ido consiguiendo en entornos del mundo occidental a través de leyes cómo la del divorcio, la del aborto, la de educación y acciones que constituyen el derecho de la mujer a ocupar cargos públicos y les permite incorporarse a todo tipo de trabajos con las mismas garantías que los hombres. Y todo ello se ha conseguido gracias a que hace casi un siglo, Clara Campoamor, luchó por conseguir esa igualdad entre hombres y mujeres, consiguiendo el sufragio universal en nuestro país, constituyendo el principio del fin de que una parte de la humanidad, decidiera todo sobre la otra. Se dice pronto, pero han tenido que pasar miles de años para conseguir erradicar el origen Patriarcal del Estado Moderno aunque hay que decir, que no todos los países lo han conseguido a pesar de que Naciones Unidas 1948, aprobó "La Declaración Universal de los Derechos Humanos", que quedan definidos como el conjunto de derechos que brotan de la persona por el mero hecho de serlo, pudiendo clasificarse en cuatro categorías: Derechos individuales, que están en relación a las personas como seres individuales y corporales, Derechos colectivos, que están en relación con las personas como seres sociales, abocadas a vivir en sociedad, Derechos civiles que reclaman una mera abstención del Estado de contenido invariable y preexistente, dónde este debe limitarse a protegerlos, y Derechos sociales, que necesitan la intervención del Estado.

Hoy las voces de otras Claras Campoamor, luchan en el tercer Mundo por conseguir la Plena integración de la Mujer en la vida pública y política, esperemos que sus logros puedan llegar a ser.

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

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 XXV Año X Octubre 2021

Feminización de la población mayor usuaria de los servicios deportivos del Ayuntamiento de Sevilla

Feminisation of the elderly population using Seville City Council's sports services

Marina Urquiza González[1], Dr. Luis Toronjo Hornillo[2], María del Carmen Olmedo Vázquez[3].

[1]Graduada CAFD, Máster Actividad Física y Calidad de Vida. Instituto Municipal de Deportes, Ayuntamiento de Sevilla.

[2]Licenciado CAFD, Doctor en Ciencias de la Educación. Grupo de Investigación HUM-507 de la Universidad de Sevilla.

[3]Jefa de la Sección de Instalaciones, Instituto Municipal de Deportes del Ayuntamiento de Sevilla.

Correo con la autora: maurgon@gmail.com

Resumen

Las mejoras en las condiciones de vida y los avances médicos han permitido un aumento de la longevidad, que unida al descenso de la tasa de natalidad, está generando un cambio en la pirámide poblacional. Esta situación plantea nuevos retos para atender a una población, que en el 2050 llegará a los 395 millones de mayores de 80 años, según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2016). Como administración pública más próxima a los ciudadanos, los ayuntamientos ejercen una función esencial en la prestación de servicios orientados a proporcionar mejoras en la calidad de vida, ofreciendo actividades físicas (AF), dirigidas específicamente a la población mayor. Este trabajo documental, se plantea como un estudio monográfico y descriptivo (Arias, 2011), mediante el análisis del programa Cronos, que gestiona la base de datos del Instituto Municipal de Deportes (IMD) del Ayuntamiento de Sevilla, con el objetivo de determinar el número de hombres y mujeres ≥ 65 años que asisten a los centros deportivos (CD) de gestión directa (GD) del IMD, y que actividades ofertadas son las más demandadas por la población diana.

Los resultados han permitido determinar que el 4,91% de los ≥ 65 años de Sevilla se encuentran abonados a los CD de GD del IMD, con una marcada feminización de la población diana usuaria de dichos centros, compuesta por 4.817 mujeres frente a 1.794 hombres. Las conclusiones también apuntan al predominio en la oferta de clases de mantenimiento y al uso de la piscina por los mayores de 65 años.

Palabras clave: Instituto Municipal de Deportes, Actividad física, Feminización, Adultos Mayores, Sevilla.

Abstract

Improvements in living conditions and medical advances have led to an increase in longevity which, together with a falling birth rate, is generating a change in the global population pyramid. This situation poses new challenges for caring for a population that, according to the World Health Organisation (WHO, 2016), will reach 395 million people over the age of 80

ISSN: 2253-6604

by 2050. This documentary study is a monographic and descriptive study (Arias, 2011), through the analysis of official data from the Cronos programme, which manages the database of the Municipal Sports Institute (MSI) of the Seville City Council, with the aim of determining the number of men and women ≥ 65 years of age who attend the IMD's directly managed (DM) sports centres (SC), and which activities offered in the SC are most in demand by the target population. The results obtained have made it possible to determine that 4.91% of people aged 65 and over in Seville are subscribers to the DM SC of the MSI, with a marked feminisation of the target population of users of these centres, comprising 4,817 women compared to 1,794 men. The conclusions also point to the predominance of maintenance classes and the use of the swimming pool by the over-65s.

Keywords: Municipal Sports Institute, Physical Activity, Feminisation, Older Adults, Seville.

Recibido: de 25 de julio de 2021 Aceptado: 15 de septiembre de 2021

INTRODUCCIÓN

Se plantea en el presente trabajo el análisis de la oferta de AF y deportiva, que, desde el IMD del Ayuntamiento de Sevilla, se hace de forma específica para la población de ≥ 65 años, así como la ejecución operativa basada en la descentralización coordinada, que se concreta a través de la oferta de AF, instalaciones y CD de gestión directa con las que cuenta cada área de distrito.

Este estudio puede ser positivo en primer lugar para la población ≥ de 65 años de Sevilla, si del estudio realizado se obtienen conclusiones que permitan la mejora de la oferta de AF y servicios deportivos. En segundo lugar, puede aportar al IMD, como organismo público responsable del deporte municipal en la ciudad de Sevilla, una información que contribuya a que se realice una propuesta específica y adaptada, de los servicios ofrecidos en Sevilla a la población diana.

MARCO TEÓRICO.

El IMD del Ayuntamiento de Sevilla es el "*Organismo Autónomo de carácter administrativo, con personalidad jurídica propia y autonomía financiera y funcional*" que es responsable del deporte municipal (BOP, 2017, estatutos del IMD, Art. 1).

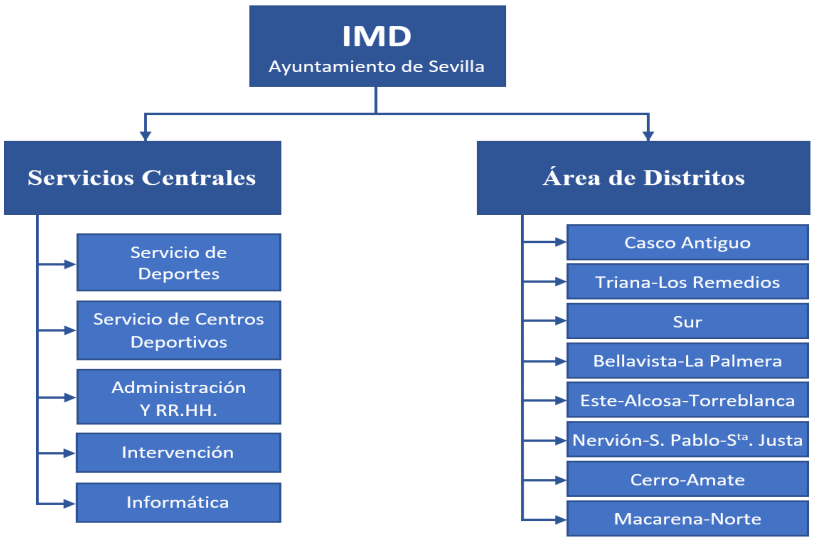
La creación y funcionamiento del IMD del Ayuntamiento de Sevilla se encuentra amparada en la legislación nacional y autonómica (Constitución Española, 1978; Estatuto de Autonomía de Andalucía, Ley 5/2016 del Deporte de Andalucía), en las que se recogen las atribuciones delegadas entre instituciones públicas, y la importancia de su papel como responsable en la promoción del deporte para todos y el fomento de los hábitos deportivos; ya que los ayuntamientos son las administraciones públicas más próximas a la ciudadanía.

Sus competencias se encuentran recogidas en el Art.3.1. de sus estatutos: "Es competencia del Instituto Municipal de Deportes, el estudio, la orientación, la coordinación, la dirección, la gestión, la ejecución y el

desarrollo de la política municipal para el deporte…" (BOP, 2017, estatutos del IMD). La Descentralización coordinada, es el modelo de gestión que el IMD utiliza como herramienta fundamental para su organización, funcionamiento y desarrollo de sus competencias. Este modelo se encuentra en línea con los valores corporativos contenidos en el Plan Estratégico 2030 del Ayuntamiento de Sevilla.

De entre las áreas en las que el IMD interviene destaca la promoción del *Deporte para Todos,* entendido como la práctica de AF y deportiva orientada a la salud, impidiendo cualquier tipo de exclusión, y facilitando la práctica de la AF y el deporte en un contexto adaptado y adecuado a las características de la diversidad poblacional, para conseguir una cultura de uso activo del tiempo de ocio, mediante una oferta con marcado carácter social, educativa, integradora y saludable (Plan Estratégico, 2030). El IMD presta sus servicios dentro de un área de 142,44 km^2, para una población de 699.005 personas, de las cuales 331.979 son hombres y 367.026 son mujeres. Esta realidad sociodemográfica ha sido fundamental, para establecer un funcionamiento en el que se cuente con instalaciones y servicios de gestión indirecta y otros de gestión directa (Anuario Estadístico de la Ciudad de Sevilla, 2018). En el IMD se distinguen dos niveles de funcionamiento, el primero es el área de gestión de los servicios centrales, y el segundo nivel de organización, se corresponde con la distribución periférica que permite una gestión más próxima a los requerimientos y necesidades de la población de cada distrito (figura 1).

Figura 1



Organización del IMD

Tabla 1
Instalaciones de GI del IMD

Bellavista-La Palmera	C.D. Bermejales I	C.D. Bermejales II
Casco Antiguo	C.A. Náuticas Telecabina C.D. Fundición	E.D. Arjona
Cerro - Amate	C.D. Automodelismo Amt. C.D. Parque Amate I.D.B. Municipal Bollullos	I.D.B. Municipal "La música" I.D.B. Municipal La Ranilla
Este - Alcosa Torreblanca	C.T. Tenis "Blas Infante" C.D. Andalucía Este C.D. Entreflores C.D. Los Caños-Torreb. C.D. Ontur	C.D. San Antonio Drago C.D. Sevilla Este C.D. Supera Entrepuentes E.D. Demetrio Pichel E.D. Sendai
Macarena - Norte	C.D. Aeropuerto Viejo C.D. Begoña C.D. Huerta del Perejil E.D. Corvina C.D. José López Soto C.D. Las Almenas C.D. Los Mares Fútbol C.D. Los Mares. E.D. Higuerón Sur	C.D. San Jerónimo Rugby C.D. Valdezorras C.D. Virgen de los Reyes C.D. Joaquín Clavijo G. E.D. Las Golondrinas E.D. Remo Guadalquivir 86 E.D. San Diego C.D. San Jerónimo Puente
Nervión San Pablo-Santa Justa	C.D. Antonio Puerta C.D. Calavera C.D. Go-Fit Sevilla C.D. Piscinas Sevilla C.D. San Pablo Fútbol	C.D. Santa Justa Fútbol C.D. Viding La Rosaleda E.D. Santa Clara E.D. Tartessos
Sur	C.D. Bami C.D. Galisport El Porvenir C.D. La Unión-La Oliva	C.D. Sevilla 3000 C.D. Tenis Betis
Triana-Los Remedios	C.D. Antonio Álvarez Gordón, "Tejares" C.D. Parque de los Príncipes	C.D. Hispano Aviación 'Galisport Triana' C.D. Supera Guadalquivir

Nota: Datos obtenidos de la página web del IMD (elaboración propia). (C.D.– Centro Deportivo, E.D.- Espacio Deportivo, IDB. - Instalación Deportiva Básica, C.A.– Centro de Actividades, C.T.– Centro de Tecnificación).

ISSN: 2253-6604

Tabla 2

Instalaciones de GD del IMD

Área de distrito IMD	CD de GD	
Bellavista-La Palmera	C.D. Bellavista	C.D. Ifni
Casco Antiguo	C.D. Mendigorría	C.D. San Luis
Cerro-Amate	C.D. Amate C.D. Hytasa	C.D. La Doctora C.D. Rochelambert
Este-Alcosa-Torreblanca	C.D. Alcosa	C.D. Torreblanca
Macarena - Norte	C.D. Pino Montano	C.D. San Jerónimo Piscina "Fco. Tabuenca"
Nervión San Pablo-Santa Justa	C.D. San Pablo	
Sur	C.D. Polígono Sur	C.D. Tiro de Línea
Triana-Los Remedios	C.A. Náuticas Triana C.D. El Paraguas	C.D. Mar del Plata C.D. Vega de Triana

Nota: Elaboración propia a partir de información de la página web del IMD. (C.D.– Centro Deportivo, C.A.– Centro de Actividades).

Envejecimiento poblacional

Las consecuencias que se derivan del envejecimiento de la población, tienen efectos económicos, sociales y políticos a nivel mundial (OMS, 2002), y se

TD es el cociente porcentual, entre la población menor de 16 años y mayor o igual a 65 años, y la población mayor o igual a 16 años y menor de 65 años. Contabilizando las poblaciones al día 1 de enero para el año de medición (año t).

$$TD^t = \frac{\text{Pobl} \geq 65 \text{ años} + \text{Pobla} < 16 \text{ años } (01/01/t)}{\text{Pobl} \geq 16 \text{ años y} < 65 \text{ años } (01/01/t)} \cdot 100$$

plantea como un reto global al que hay que responder.

Existen diversas teorías sobre el proceso del envejecimiento, que se encuentran agrupadas en dos grandes bloques, las biomédicas o biológicas, por un lado, y las psicosociales por otro. Coinciden en todas ellas la idea de que en el proceso de envejecimiento es posible que intervengan variables multifactoriales, pertenecientes a diversas categorías y con distintas escalas de importancia. Diversos autores plantean el envejecimiento como un proceso inseparable del ciclo vital, caracterizado por ser multifactorial y dinámico (Lehr, 1980; Laforest, 1991; Gómez y Curcio, 2002).

La OMS define el envejecimiento como el: Proceso fisiológico que comienza en la concepción y ocasiona cambios en las características de las especies durante todo el ciclo de la vida; esos cambios producen una limitación de la adaptabilidad del organismo en relación con el medio. Los ritmos a que estos cambios se producen en los diversos órganos de un mismo individuo o en distintos individuos no son iguales (OMS, 2009; citado en Alvarado y Salazar, 2014).

La configuración de la pirámide poblacional habrá cambiado para el año 2050, llegando la población de mayores de 80 años a superar los 395 millones de personas (OMS, 2016). En el año 2033, tendrán en España una

ISSN: 2253-6604

edad ≥ a 65 años, el 25,2% del total de su población, y la tasa de dependencia (TD) que actualmente se encuentra situada en el 54,2%, se elevará hasta llegar al 62,4% (Instituto Nacional de Estadística, 2018).

El llamado envejecimiento poblacional o demográfico, se refleja en los cambios que provoca en la pirámide poblacional, la reducción de la población menor, unido al incremento en la esperanza de vida. Sin embargo, como proceso individual, el envejecimiento es diferente para cada individuo, y está influenciado por diferentes circunstancias como los factores genéticos, los hábitos de vida personales o los factores ambientales (Martínez et al, 2007). Las estimaciones sobre la influencia en la salud de las personas, indican que en un 43% depende de su estilo de vida, un 19% depende del medio ambiente, un 27% de la genética personal y en un 11% del servicio de salud (Rodés, Piqué y Trilla, 2007).

Esto implica que no se puede establecer un momento exacto que se pueda aplicar a todas las personas para considerarlas adultas mayores. En este estudio se ha partido de los 65 años, ya que es la edad a partir de la cual se define el envejecimiento demográfico (Abellán et al, 2017). Además, en el IMD se ha contemplado como requisito para acceder al "Abono edad de Oro", tener cumplidos los 65 años.

Los conceptos de envejecimiento activo y de calidad de vida, que se encuentran tanto en las publicaciones científicas, como en los contenidos legislativos, se han convertido en expresiones familiares y de uso común, tanto en el ámbito de la salud, como en el de los profesionales de la AF, asociándose, junto con otros aspectos, a la práctica de AF y deportiva por parte de la población adulta mayor, orientada al mantenimiento de la salud integral de las personas a medida que se va produciendo el proceso de envejecimiento individual.

Actividad Física en la población adulta mayor

La práctica de actividad física por la población de adultos mayores, que se orienta a la salud es señalada por diversos autores como una contribución positiva, que ayuda a la mejora de la calidad de vida (Rejeski, Brawley y Shumaker, 1996; Sánchez, Ureña, y Garcés de los Fayos, 2002, López et al., 2017). La aportación de unos hábitos activos de los adultos mayores a la mejora de la calidad de vida, puede tener una influencia directa de la implicación activa en la AF (Márquez, Hu, Jerome y Diener, 2005; McAuley et al, 2006). Para Jürgens (2006) la mejora conseguida podría seguir una pauta lineal, existiendo una relación directa entre los sujetos mayores con un elevado nivel de práctica de AF y una superior calidad de vida (Romero, 2002; Ruiz et al, 2007; Matsudo, Matsudo y Barros, 2000; Lardies, 2007; Castillo, Ortega y Ruiz, 2005), mientras que otros estudios revelan una relación entre el sedentarismo entre personas mayores, con la perdida de sus capacidades cognitivas, psicológicas y físicas (Guillén, 1996; Guillén y Sánchez, 2010). Por lo que numerosas investigaciones apuntan a que la práctica de AF orientada a una mejora de la salud y calidad de vida, que contribuyan a un envejecimiento activo puede retrasar, y en algunos casos revertir la aparición de la fragilidad y dependencia.

En España se han publicado las Recomendaciones Nacionales de AF para la salud, que incluyen la necesidad de reducir el consumo de tiempo de pantalla y el sedentarismo, que se han elaborado de forma conjunta por los

ISSN: 2253-6604

Ministerios de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad y el de Educación, Cultura y Deporte (2015).

En España practican deporte un día o más a la semana el 26% de las personas de 65 a 74 años, porcentaje que se ve reducido al 9,6% a partir de los 74 años, incluyéndose en estos datos las personas que caminan diez minutos sin interrupción. Los mayores de 55 años que están abonados a centros deportivos públicos son el 33%, y los usuarios de CD privados suponen el 8,9% (Anuario de Estadística Deportiva, 2019).

En Andalucía, la principal actividad física realizada por el 35% de los adultos mayores que manifiestan practicar AF, es andar, mientras que la solamente el 4,2% práctica algún deporte (Observatorio del Deporte Andaluz, 2015). Por género las cifras de práctica regular de AF de los andaluces de más de 65 años es del 21,8% en los hombres y del 19,5% en las mujeres. En cuanto a los adultos mayores que acuden a instalaciones deportivas públicas, es del 46% de los que practican deporte de forma regular (Observatorio del Deporte Andaluz, 2015).

MÉTODO

El presente estudio monográfico, se ha llevado a cabo como un trabajo documental y descriptivo (Arias, 2011), para determinar la AF y deportiva que se pone a disposición de la población adulta mayor de Sevilla desde el IMD, así como el número de personas ≥ 65 años, desagregados por sexo, que asisten a los CD de GD en cada área de Distrito del IMD de Sevilla.

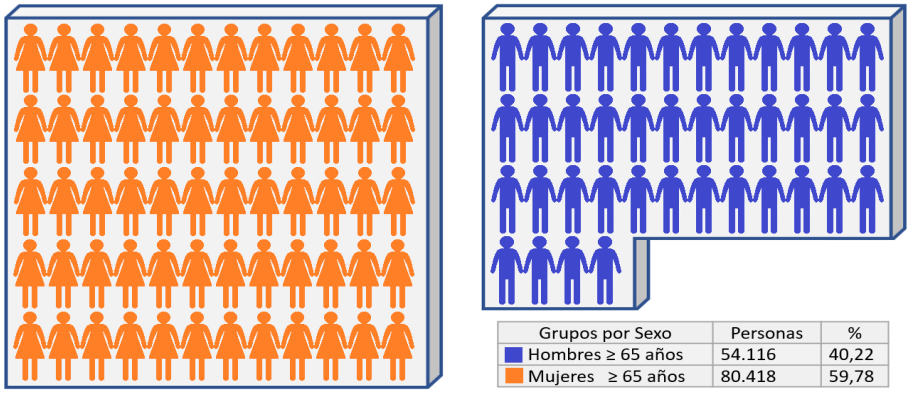
Con objeto de obtener información precisa y fiable, que permita dar respuestas a los objetivos del presente trabajo, se ha llevado a cabo el filtrado de los datos incrustados en los archivos informáticos del programa Cronos, desde el que se gestionan las bases de datos del IMD del Ayuntamiento de Sevilla, referentes a la gestión, la oferta de AF y deportiva y número de personas usuarias que se encuentran abonadas a los CD de GD.

RESULTADOS

Según la última actualización disponible del Servicio de Estadística, Padrón Municipal de Habitantes (2018), Sevilla tiene una población total de 699.005 personas, siendo la edad media de los habitantes de Sevilla de 43 años. El 19,25% de los ciudadanos de Sevilla tienen una edad ≥ a 65 años, es decir 134.534. De estos 80.418 son mujeres y 54.116 hombres (figuras 2 y 3), Población ≥ 65 años de Sevilla por sexo.

ISSN: 2253-6604

Elaboración propia a partir de datos extraídos del Servicio de Estadística del



Grupos por Sexo	Personas	%
Hombres ≥ 65 años	54.116	40,22
Mujeres ≥ 65 años	80.418	59,78

Excmo. Ayuntamiento de Sevilla.

Figura_3

MUSEO DEL JUEGO

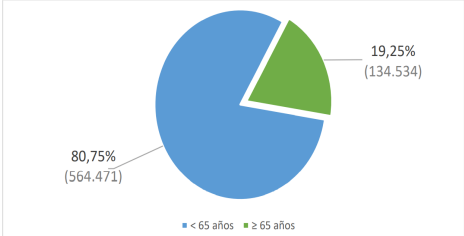
<u>Población ≥ 65 años en las áreas de distrito del IMD de Sevilla.</u>

Partiendo de los Indicadores Demográficos de la Ciudad de Sevilla, publicados por el Servicio de Estadística del Ayuntamiento de Sevilla (2018), se ha realizado el análisis de los habitantes con una edad ≥ a 65 años, de los distritos del IMD, con objeto de conocer la realidad sociodemográfica de cada área de distrito del IMD, y relacionar dichos datos con la oferta de actividades y servicios que se está realizando desde los centros de GD:

Distrito Bellavista-La Palmera del IMD, tiene 42.101 habitantes lo que supone el 6,29% de la población de la ciudad. Son adultos mayores 6.417 (el 15,24% de los habitantes del distrito), de los que 2.597 son hombres y 3.820 son mujeres.

Distrito Casco Antiguo del IMD, tiene 58.378 habitantes, lo que supone el 8,35% de la población de la ciudad. Son adultos mayores 11.716 (19,90% de los habitantes del distrito), de los que 4.615 son hombres y 7.101 son mujeres.

Figura 2



Población de Sevilla. Elaboración propia a partir de datos extraídos del Servicio de Estadística del Excmo. Ayuntamiento de Sevilla.

Distrito Cerro-Amate del IMD tiene 89.433 habitantes, lo que supone el 12,79% de la población de la ciudad. Son adultos mayores 15.882 (el 17,76% de los habitantes del distrito), de los que 6.527 son hombres y 9.355 son mujeres.

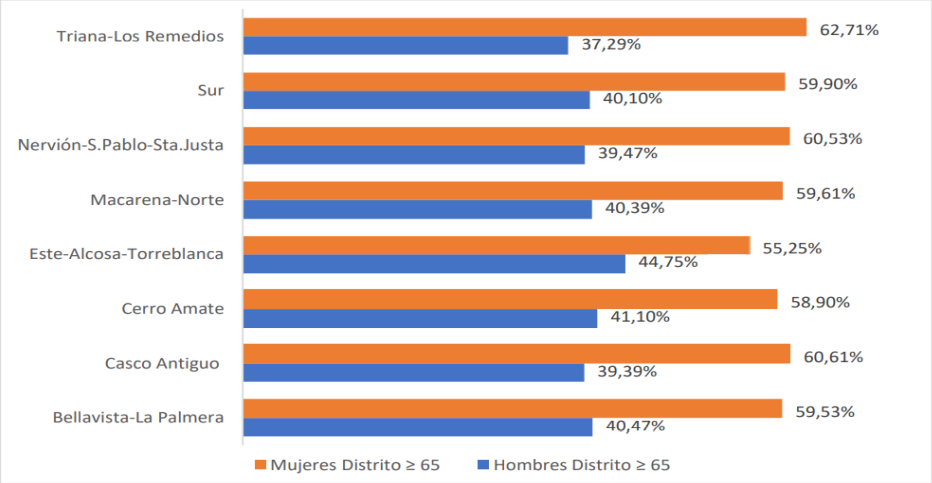
ISSN: 2253-6604

Distrito Este-Alcosa-Torreblanca del IMD, tiene actualmente 105.311 habitantes, lo que supone el 15,07% de la población de la ciudad. Son adultos mayores 13.160 (el 12,07% de los habitantes del distrito), de los que 5.889 son hombres y 7.271 son mujeres.

Distrito Macarena-Norte del IMD, tiene 147.835 habitantes, lo que supone el 21,15% de la población de la ciudad. Son adultos mayores 28.009 (el 18,95% de los habitantes del distrito), de los que 11.314 son hombres y 16.695 son mujeres.

Distrito Nervión San Pablo-Santa Justa del IMD, tiene 111.995 habitantes, lo que supone 16,02% de la población de la ciudad. Son adultos mayores

Figura 4



Población ≥ 65 años, por género y por áreas de distritos del IMD. Elaboración propia a partir de datos extraídos del Servicio de Estadística del Excmo. Ayuntamiento de Sevilla.

26.899 (el 24,02% de los habitantes del distrito), de los que 10.617 son hombres y 16.282 son mujeres.

Distrito Sur del IMD tiene actualmente un total de 70.490 habitantes, lo que supone el 10,08% de la población de la ciudad. Son adultos mayores 14.231 (el 20,19% de los habitantes del distrito), de los que 5.707 son hombres y 8.524 son mujeres.

Distritos Triana-Los Remedios del IMD, tiene actualmente 73.462 habitantes, lo que supone 10,58% de la población de la ciudad. Son adultos mayores 18.131 (el 24,58% de los habitantes del distrito), de los que 6.761 son hombres y 11.370 son mujeres.

Los datos muestran una feminización de la población mayor de Sevilla en todos los distritos, con una presencia superior de mujeres que en el menor de los casos es de 10,50 puntos (Este-Alcosa-Torreblanca), alcanzando los 25,42 puntos de diferencia en el distrito del IMD Triana-Los Remedios (figura 4).

Actividades ofertadas por el IMD y usuarios adultos mayores.

En este apartado se van a cuantificar los CD de GD con que cuentan cada uno de los distritos del IMD, los servicios y actividades físicas que se proponen para la población ≥ 65 años, y se va a establecer el número real

ISSN: 2253-6604

de adultos mayores que actualmente están utilizando dichos servicios y actividades.

Distrito Bellavista-La Palmera del IMD:

CD Bellavista. Ofrece clases de Pilates, con dos grupos en horarios de mañana y uno de tarde. Cuenta con piscina climatizada, sala de fitness y musculación. El número de usuarios ≥ 65 años es de 357 personas, de las cuales 145 son hombres y 212 mujeres (tabla 4).

CD Ifni. Ofrece Gimnasia de Mantenimiento y 3ª edad, un grupo de mañana y otro de tarde, además tiene un grupo de Pilates por las mañanas. A las actividades asisten 54 personas ≥ 65 años, de las que 11 son hombres y 43 mujeres (tabla 4).

Distrito Casco Antiguo del IMD:

CD de Mendigorría. Ofrece clases de Mantenimiento Senior y 3ª edad, con dos grupos por las mañanas, a las que asisten 62 adultos mayores, de los que 8 son hombres y 54 mujeres (tabla 4).

CD San Luis. Ofrece dos grupos matinales de Mantenimiento Senior y 3ª edad, a los que asisten 243 personas ≥ 65 años, de ellos 78 son hombres y 165 mujeres (tabla 4).

Distrito Cerro-Amate del IMD

CD Amate. Ofrece tres grupos diarias de Gimnasia de Mantenimiento, en horario de mañana, a los cuales asisten 267 personas ≥ 65 años, de los cuales 46 son hombres y 221 son mujeres (tabla 4).

CD Hytasa. Cuenta con piscina climatizada que tiene reservada seis calles para natación de adultos y mayores. Además, ofrece cuatro grupos de Gimnasia de Mantenimiento (matinales), dos de Pilates (uno de mañana y otro de tarde). El número de usuarios ≥ 65 años es de 716 personas, 263 hombres y 453 mujeres (tabla 4).

CD Rochelambert. Cuenta con piscina climatizada que tiene reservado el vaso pequeño y dos calles en horarios de mañana y tarde para la 3ª edad. Ofrece cinco grupos de Gimnasia de Mantenimiento en horario de mañana, y dos de Pilates (mañana y tarde). Asisten 781 personas ≥ 65 años, de las que 194 son hombres y 587 mujeres (tabla 3).

Distrito Este-Alcosa-Torreblanca del IMD:

CD Alcosa. Cuenta con sala de musculación y fitness, y piscina climatizada con horarios reservados de uso y actividades específicas para la población diana. Ofrece dos grupos de mañana de Gimnasia de Mantenimiento Adultos y 3ª edad, dos grupos de Pilates, uno de mañana y otro de tarde. Asisten 634 usuarios ≥ 65 años, de los que 211 son hombres y 423 son mujeres (tabla 3).

CD Torreblanca. Tiene piscina climatizada que ofrece actividades y horarios reservados de uso para los adultos mayores. Cuenta con dos grupos de Gimnasia de Mantenimiento Adultos y 3ª edad, en horario de mañanas. A estas actividades asisten 236 personas ≥ 65 años, de los cuales 43 son hombres y 193 son mujeres (tabla 3).

Distrito Macarena-Norte del IMD:

ISSN: 2253-6604

CD Pino Montano. Ofrece dos grupos de Mantenimiento Senior y 3ª edad, uno de mañana y otro de tarde, a los que asisten 76 usuarios de ≥ 65 años, siendo dos hombres y 74 mujeres (tabla 3).

CD San Jerónimo. Cuenta con sala de musculación y fitness, y piscina climatizada. Ofrece dos grupos de mañana y uno de tarde de Gimnasia Adultos. El número de usuarios ≥ 65 años es de 626 personas, de los que 202 son hombres y 424 son mujeres (tabla 3).

Distrito Nervión- San Pablo-Santa Justa del IMD:

CD San Pablo. Cuenta con sala de musculación y fitness, y piscina climatizada que reserva las calles de la 1 a la 5 para los mayores, y en el vaso pequeño se dan sesiones de Hidroterapia, Ejercicio Acuático para la Salud, y Natación Terapéutica. Ofrece cinco grupos matinales de Gimnasia de Mantenimiento y uno por la tarde. También en horario de mañana ofrece tres grupos de Movilidad y uno de Higiene Postural. A estas actividades asisten 1.165 usuarios de ≥ 65 años, de que son hombres 388 y mujeres 777 (tabla 3).

Distrito Sur del IMD:

CD Polígono Sur. Ofrece cinco grupos de Gimnasia de Mantenimiento, en horario de mañana, a estas clases asisten 71 usuarios ≥ 65 años, de los que 18 son hombres y 53 son mujeres (tabla 3).

CD Tiro de Línea. Cuenta con piscina climatizada, que ofrece Aqua-Mantenimiento para la población diana, cinco grupos por las mañanas y uno de tarde. También se imparte Gimnasia de Mantenimiento, cuatro grupos en horario de mañana y uno de tarde, además de dos grupos de Pilates (mañana y tarde). La asistencia es de 568 usuarios ≥ 65 años, de los que 113 son hombres y 455 mujeres (tabla 3).

Distrito Triana-Los Remedios:

CD Paraguas. Ofrece cuatro grupos matinales de Gimnasia de Mantenimiento Adultos y 3ª Edad, a estas actividades asisten 530 usuarios ≥ 65 años, de los que 52 son hombres y 478 son mujeres (tabla 3).

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

CD Mar del Plata. Ofrece seis grupos de Gimnasia de Mantenimiento Adultos y 3ª edad (5 de mañana y uno de tarde), además tienen dos grupos de Tai-Chi por las mañanas, y dos grupos de Pilates (mañana y tarde). A estas actividades asisten usuarios ≥ 65 años, de los que 20 son hombres y 205 son mujeres (tabla 3).

El total de usuarios con una edad ≥ 65 años, que se encuentran abonados a los CD de GD del IMD, es de 6.611 personas, de los cuales son hombres el 27,14% (1.795) y son mujeres el 72,86% (4.817). Estos datos muestran una mayor participación de las mujeres como usuarias de los servicios deportivos municipales en todos los distritos de Sevilla, que en el caso más significativo supone una presencia superior de las mujeres con respecto a los hombres del 80,92 % (Triana-Los Remedios) (figura 5).

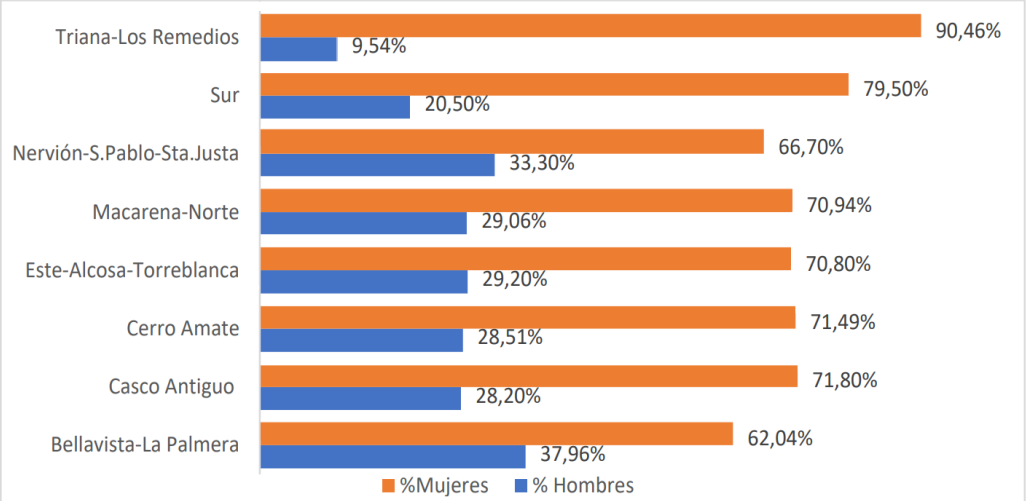
Tabla 3
Población ≥ 65 años usuaria de los servicios deportivos del IMD.

Distritos	CD	Usuarios	Hombres	Mujeres	Total
Bellavista-La Palmera	CD Bellavista	357	145	212	411
	CD Ifni	54	11	43	
Casco Antiguo	CD Mendigorria	62	8	54	305
	CD San Luis	243	78	165	
Cerro-Amate	CD Amate	267	46	221	1764
	CD Hytasa	716	263	453	
	CD Rochelamber	781	194	587	
Este-Alcosa-Torreblanca	CD Alcosa	634	211	423	870
	CD Torreblanca	236	43	193	
Macarena-Norte	CD Pino Montano	76	2	74	702
	CD San Jerónimo	626	202	424	
Nervión-San Pablo-Sta.Justa	CD San Pablo	1165	388	777	1165
Sur	CD Sur	71	18	53	639
	CD Tiro de línea	568	113	455	
Triana-Los Remedios	CD Paraguas	530	52	478	755
	CD Mar del Plata	225	20	205	
TOTALES			1794	4817	6611

Nota: Elaboración propia a través de los datos extraídos de la base de datos "Cronos" del IMD de Sevilla.

ISSN: 2253-6604

Figura 5



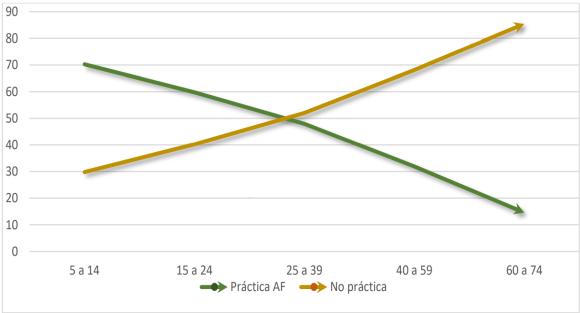
Porcentaje de usuarios ≥ 65 años, por género y por Distritos en Instalaciones de GD del IMD. Nota: Elaboración propia a través de los datos facilitados por la base de datos "Cronos" del IMD de Sevilla.

DISCUSIÓN

La población Sevillana ≥ a 65 años es del 19,25% del total de la ciudad, este dato refleja la tendencia que se observa en el resto del territorio nacional donde las personas ≥ a 65 años, suponen el 19,40% (Instituto Nacional de Estadística, 2019). En cuanto a la composición por sexo de esta población en Sevilla, el 40,22% son hombres y el 59,78% son mujeres, también se observan similitudes de estos resultados, con los datos existentes a nivel nacional en la distribución por sexo de los adultos mayores, con un 43,42% de hombres, frente al 56,58% de mujeres. Como puede observarse, tanto a nivel municipal como estatal, los datos ponen de manifiesto la feminización de la vejez. Los estudios realizados por diversos investigadores, han puesto de manifiesto la relación directa entre la falta de AF y el deterioro de la salud de las personas, (Tremblay et al, 2017; Yates et al, 2017; Celis, Lyall et al, 2017), en aspectos esenciales para combatir la aparición de la fragilidad y dependencia de la población adulta mayor, y por tanto mantener e incluso prolongar la calidad de vida (Shlisky et al, 2017; Yannakoulia et al, 2017; Bray et al, 2016; McPhee et al, 2016); en este sentido los trabajos de Díaz et al (2018), Celis, Petermann et al (2017), Yates et al (2017) entre otros, concluyen que la práctica habitual de AF, contribuye a reducir el riesgo de sufrir determinadas enfermedades crónicas. En Europa, la población ≥ de 65 años que realiza ejercicio, de acuerdo con las recomendaciones de práctica de AF es del 40% (OMS, 2015), mientras que en España supone el 26% (Anuario de Estadística Deportiva, 2019), en Andalucía el 19,5% (Observatorio del Deporte Andaluz, 2015), y en Sevilla según el estudio del (Observatorio del Deporte de Sevilla, 2008) se refleja que la práctica deportiva disminuye con la edad de forma significativa, pasando del 70,23% de la población entre 7 y 14 años, al 14,59% de práctica de AF en la franja de edad de 60 a 74 años (figura 6).

ISSN: 2253-6604

Figura 6



Práctica de AF según edad (Elaboración propia basada en Hábitos y Actitudes de los Sevillanos ante el Deporte, 2008).

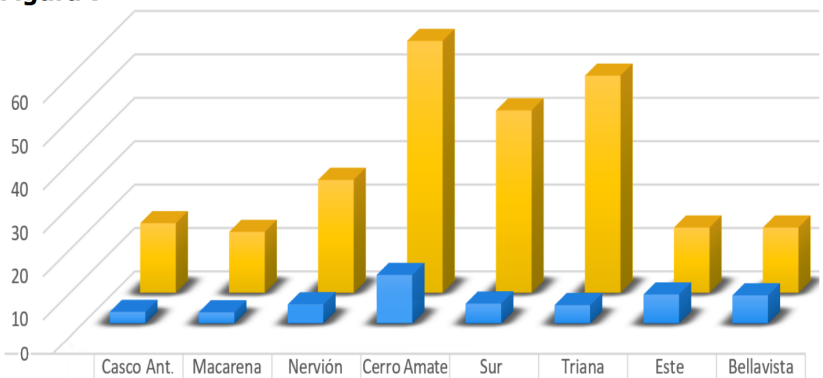
El acceso a una AF específica para la población diana, se puede entender como un servicio público orientado a la mejora de la salud de los ciudadanos, siendo necesario solventar las barreras percibidas por los adultos mayores para realizar AF, de las que destacan precio alto (25%), horarios inadecuados (29%), distancia al centro (22,1%), carencia de instalaciones (21,5%), disconformidad con las actividades (16,4%) (Martínez et al, 2007). Estos datos hacen que cobre relevancia el papel desempeñado por el Ayuntamiento de Sevilla, a través de los distritos del IMD, que ponen a disposición de la población ≥ de 65 años, un total de 236 grupos de clases dirigidas, que se imparten en los dieciséis CD de GD (figura 8). Además de dichas actividades dirigidas, las instalaciones de GD del IMD disponen de salas de musculación y fitness, pistas de pádel, pistas de petanca, circuitos biosaludables, y en ocho de los CD de GD tienen piscinas climatizadas.

Las preferencias de AF en la franja de edad de mayores de 55 años, a nivel nacional, son las clases dirigidas de gimnasia con un 55,4%, seguidas de la natación con un 36,6% (Anuario de Estadística Deportiva, 2019); mientras que en Andalucía el 46 % de los mayores de 65 años, que manifiestan realizar AF, hacen clases dirigidas y de mantenimiento (Observatorio del Deporte Andaluz, 2015). Esta predilección de la población de estudio, se ve plasmada en los resultados obtenidos de la oferta realizada desde los CD de GD del IMD para la población diana, y con la utilización de estos servicios y actividades, ya que casi todas las clases en grupo se pueden incluir en sesiones dirigidas de mantenimiento y de natación, dirigidas a la población mayor de 65 años. En cuanto a la distribución por sexos, el 26% de las mujeres optan por las clases dirigidas de mantenimiento y el 12,2% por otras actividades grupales dirigidas (Martín et al, 2009).

Los usuarios con una edad ≥ de 65 años que están abonados a los CD de GD del IMD, suponen el 4,91%. La asistencia de esta población a las instalaciones deportivas municipales, presentan diferencias que van de las 14 sesiones ofertadas y el 2,5% de usuarios mayores del distrito en Macarena Norte, a las 58 sesiones y el 11,11% de usuarios adultos mayores del Distrito Cerro-amate (figura 7).

ISSN: 2253-6604

Figura 7



	Casco Ant.	Macarena	Nervión	Cerro Amate	Sur	Triana	Este	Bellavista
Porcent.	2,6	2,5	4,31	11,11	4,49	4,16	6,61	6,4
Nº Clases	16	14	26	58	42	50	15	15

Porcentaje de usuarios ≥ 65 años y nº de clases ofertadas en los distritos del IMD. Nota: Elaboración propia a través de los datos facilitados por la base de datos "Cronos" del IMD de Sevilla.

De los 6.611 sevillanos mayores abonados a CD de GD, la presencia femenina supone el 72,9%, con un total de 4.817 mujeres, frente al 27,1% que suponen los 1.794 hombres. Esta importante feminización de la población adulta mayor abonada al IMD (figura 5), se puede observar en todos los distritos (figura 6).

Estos resultados se muestran contrarios a las conclusiones obtenidas en el estudio sobre las necesidades en la oferta deportiva para las mujeres adultas españolas (Martín et al, 2014), y con otras investigaciones que señalan una preponderancia en la práctica de AF por parte de los hombres mayores y una menor presencia de mujeres (Moscoso et al., 2009; Martín et al, 2009; Eurobarómetro, 2010; García y Llopis, 2011).

CONCLUSIONES

El municipio de Sevilla muestra una tasa de envejecimiento poblacional, similar al que se puede observar a nivel nacional. Este hecho unido a la relación entre la práctica de AF y la mejora en la calidad de vida de la población mayor, que señalan numerosas publicaciones, contribuye a que la oferta de AF dirigida a los adultos mayores que se realiza desde el IMD cobre relevancia como prestación de un servicio social.

El diseño de una oferta de servicios deportivos, que coincidan con las preferencias de la población de referencia, como son las sesiones dirigidas en grupo y la natación para adultos mayores, unido a la cercanía de los potenciales usuarios a los CD de GD que se obtiene con su ubicación en todos los distritos de Sevilla, pueden ser elementos que contribuyan a potenciar la práctica de AF de los adultos mayores.

Otra conclusión que obtenemos de este estudio es la marcada feminización que supone la mayoritaria presencia de mujeres con una edad ≥ a 65 años, usuarias de los servicios y actividades del IMD, con un 72,86% de abonadas a los centros de GD.

ISSN: 2253-6604

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

Abellán García, A., Ayala García, A., Pujol Rodríguez, R. (2017) A vueltas con el umbral de inicio de la vejez. *Blog Envejecimiento [en-red]*. ISSN 2387-1512.

Alvarado, A.M., y Salazar, A.M. (2014). Análisis del concepto de envejecimiento. *Gerokomos*, 25(2), 57-62.

Arias, F. (2011). Metodología de la investigación en las ciencias aplicadas al deporte: un enfoque cuantitativo. *Efdeportes.com* 16 (57).

Ayuntamiento de Sevilla. (2019). *Plan estratégico 2030: objetivos y estrategias Sevilla 2030*. Ayuntamiento de Sevilla.

Bray, N.W., Smart, R.R., Jakobi, J.M., y Jones, G.R. (2016). Exercise prescription to reverse frailty. *App Physiol Nutr Metab, 41*(10), 1112-1116.

Castillo, M. J., Ortega, F. B., y Ruiz, J. (2005). La mejora de la condición física como terapia antienvejecimiento. *Medicina Clínica*, 124, 146-155.

Celis Morales, C.A., Lyall, D.M., Welsh, P., Anderson, J., Steell, L., Guo, Y., y Gill, J. (2017). Association between active commuting and incident cardiovascular disease, cancer, and mortality: prospective cohort study. *BMJ, 357* (4), j1456.

Celis-Morales, C.A., Petermann, F., Hui, L., Lyall, D.M., Iliodromiti, S., McLaren, J., y Gray, S.R. (2017). Associations between diabetes and both cardiovascular disease and all-cause mortality are modified by grip strength: evidence from UK biobank, a prospective population-based cohort study. *Diabetes Care, 40*(12),1710-1718.

Constitución Española. Boletín Oficial del Estado, 29 de diciembre de 1978, núm. 311, pp. 29313 a 29424 Cita en texto: (CE 1978).

Díaz-Martínez, X., Petermann, F., Leiva, A. M., Garrido-Méndez, A., Salas-Bravo, C., Martínez, M. A., y Poblete-Valderrama, F. (2018). Association of physical inactivity with obesity, diabetes, hypertension and metabolic syndrome in the chilean population. *Rev Med Chil, 145*(5), 585-595.

División de Estadística y Estudios, Secretaría General Técnica Ministerio de Cultura y Deporte. (2019). *Anuario de estadísticas deportivas 2019.* Secretaría General Técnica.

Estatutos IMD. (2017), Boletín Oficial de la Provincia de Sevilla, de 20 de febrero, núm.15 pp.11 a 15.

European Commission (2010). Special Eurobarometer 334: Sport and Physical Activity. Bruselas: Comisión Europea.

García Ferrando, M. y Llopis, R. (2011). Ideal democrático y bienestar personal, Encuesta sobre los hábitos deportivos en España 2010. Madrid: Centro de Investigaciones Sociológicas -Consejo Superior de Deportes.

Gómez, J., y Curcio, C. (2002). Valoración integral del anciano sano. *Manizales: Artes Gráficas Tizan*; 500.

Guillén, F. (1996). Calidad de vida y actividad física en la vejez: una perspectiva psicosocial. En M. Navarro, E. Brito, J. M. García y J. A. Ruiz (Eds.), *Programas de Actividad Física y deportiva para las personas mayores*, 179-198. Las Palmas de Gran Canaria: Exmo. Cabildo Insular de Gran canaria.

MUSEO DEL JUEGO

Guillén, F., y Sánchez, M. C. (2010). La intervención del psicólogo/a del ejercicio y el deporte en la mejora de la salud y la calidad de vida en poblaciones especiales. *Apuntes de psicología, 28*, 329-340.

Instituto Nacional de Estadística. (2018). *Población y tasa de dependencia.*

https://www.ine.es/jaxiT3/Datos.htm?t=1419#!tabs-tabla

https://ine.es/jaxi/Datos.htm?path=/t20/p278/p02/2018-2033/idb/l0/&file=03005a.px

https://ine.es/jaxi/Datos.htm?path=/t20/p278/p03/2018-2033/idb/l0/&file=03003a.px

Instituto Nacional de Estadística. (2019). *Población ≥ 65 años.*

https://www.ine.es/jaxiT3/Tabla.htm?t=1417&L=0

Jürgens, I. (2006). Práctica deportiva y percepción de calidad de vida. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de Actividad Física y Del Deporte*. 22, 1.

Laforest, J. (1991). Introducción a la Gerontología. *Barcelona:Herder*.

Lardies, R. (2007). El significado del ocio y del tiempo libre en la calidad de vida de los mayores. *Rev Esp Geriatr Gerontol*, 42 (Espec Congr), 1-12.

Lehr, U. (1980). Psicología de la senectud. *Barcelona: Herder*.

Ley 5/2016, de 19 de julio, del Deporte de Andalucía. Boletín Oficial del Estado, de 5 de agosto de 2016, núm. 188 pp.56055 a 56129.

López, F., Garrués, M., Ollo, A., Sánchez, E., Cabasés, J. M., & Sánchez, J. M. (2017). Actividad física y salud autopercibida en personas mayores de 50 años. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, vol. 17, n. 67 (2017).

Márquez, D. X., Hu, L., Jerome, G. J. y Diener, E. (2005). Physical Activity Enhances Long-Term Quality of Life in Older Adults: efficacy, esteem and affective influences. *Annals of Behavioral Medicine, 31*, 99-103.

Martín, M. (Dir.); Martínez del Castillo, J.; Fasting, K.; Barriopedro, M.; Jiménez-Beatty, J.E.; Rivero, A.; López de Subijana, C.; Moscoso, D.; Vargas, L.; Pedrajas, N.; Ferro, S.; Dorado, G.; Vives, E. (2014). Proyecto I+D+i Necesidades, barreras e innovaciones en la oferta deportiva a las mujeres adultas en España: Informe para profesionales y organizaciones deportivas. Madrid: Grupo de investigación psico-social y técnicas aplicadas a la actividad física y el deporte, Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (INEF) - Universidad Politécnica de Madrid.

Martín, M.; Moscoso, D.; Martínez del Castillo, J.; Ferro, S. (2009). La práctica deportiva en España: Desigualdades entre mujeres y hombres en la población joven, adulta y mayor. Actas I Congreso Internacional de Cultura y Género: La Cultura en el Cuerpo. Elche: Universidad Miguel Hernández.

Martínez del Castillo, J., Jiménez-Beatty, J.E., Campos, A., Del Hierro, D., Martín, Mª., González, Mª.D. (2007). Barreras organizativas y sociales para la práctica de actividad física en la vejez: Organizational and social barriers for the practice of physical activity in the oldness. *European Journal of Human Movement*. 19, 13–35.

Matsudo, S. M., Matsudo, V., & Barros, T. (2000). Efeitos benéficos de la atividade física na aptidão física y saúde mental durante o processo de envelhecimento. *Revista Brasileira de Atividade Física y Saúde*, 5, 60-70.

ISSN: 2253-6604

McAuley, E., Konopack, J. F., Motl, R. W., Morris, K. S., Doerksen, S. E., y Rosengren, K. R. (2006). Physical Activity and Quality of Life in Older Adults: Influence of Health Status and Self-Efficacy. *Annals of behavioral Medicine, 31*, 99-103.

McPhee, J.S., French, D.P., Jackson, D., Nazroo, J., Pendleton, N., y Degens, H. (2016). Physical activity in older age: perspectives for healthy ageing and frailty. B*iogerontology, 17*(3), 567-580.

Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Actividad Física para la Salud y Reducción del Sedentarismo. *Recomendaciones para la población. Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS*. Madrid, 2015.

Moscoso, D. y Moyano E. (coords.), Biedma, L.; Fernández-Ballesteros, R.; Martín, M.; Ramos, C.; Rodríguez-Morcillo, L. y Serrano, R. (2009). Deporte, salud y calidad de vida. Colección Estudios Sociales nº 26. Barcelona: Fundación "La Caixa".

Observatorio del Deporte Andaluz. Empresa Pública para la Gestión del Turismo y del Deporte de Andalucía. Consejería de Turismo y Deporte. (2015). *La Práctica deportiva entre la población andaluza de más de 65 años*. Junta de Andalucía.

Observatorio del Deporte de Sevilla. (2008). *Hábitos y actitudes de los sevillanos ante el deporte*. Sevilla: Instituto Municipal de Deportes.

Organización Mundial de la Salud. (2015). *Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud*. Organización Mundial de la Salud. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186466/9789240694873_spa.pdf?sequence=1

Organización Mundial de la Salud. (2016). *Envejecimiento y ciclo de vida*. https://www.who.int/ageing/about/facts/es/

Organización Mundial de la Salud. (2002). Envejecimiento activo: un marco político. *Revista Española de Geriatría y Gerontología*, 37(2), 74-105

RejeskiI, W.J., Brawley, L. R., & Shumaker, S. A. (1996). Physical activity and health-related quality of life. *Exercise & Sport Sciences Reviews, 24*(1), 71.

Rodes, J., Pique, J.M. y Trilla, A. (2007). *Libro de la Salud del Hospital Clínico de Barcelona y Fundación BBVA*. Editorial Fundación BBVA: 2007, (pp.65-67).

Romero, S. (2002). *Ejercicio físico y salud en edad avanzada*. En A. Merino, J. Vázquez & P. Montiel (Coord..), Libro de actas del 1er Congreso Internacional de Actividad Física y Deportiva para Personas Mayores, noviembre 28-30, (pp. 201-216). Málaga: Servicios de Juventud y Deporte de la Diputación de Málaga.

Ruiz, M. A., Valiño, J.L, Valiño, J., Vázquez, T., Vázquez, A., Tenjeiro, J., y Veiga A. (2007). Mejora subjetiva en mayores con ACV a través del ejercicio. *Rev Esp Geriatr Gerontol, 42* (Espec Congr), 64-198.

Sánchez, P. A., Ureña, F., y Garcés de los Fayos, E. J. (2002). Repercusiones de un programa de actividad física gerontológica sobre la aptitud física, autoestima, depresión y afectividad. *Cuadernos de Psicología del Deporte, 2*, 57-73.

Servicio de Estadísticas del Excmo. Ayuntamiento de Sevilla. (2018). *Anuario estadístico de la Ciudad de Sevilla*. Imprenta Municipal Excmo. Ayuntamiento de Sevilla.

ISSN: 2253-6604

Shlisky, J., Bloom, D.E., Beaudreault, A.R., Tucker, K.L., Keller, H.H., Freund-Levi, Y., y Meydani, S.N. (2017). Nutritional considerations for healthy aging and reduction in age-related chronic disease. *Adv Nutr, 8*(1), 17-26.

Tremblay, M.S., Aubert, S., Barnes, J.D., Saunders, T.J., Carson, V., Latimer-Cheung, A.E., y Chinapaw, M.J.M. (2017). Sedentary Behavior Research Network (SBRN) - Terminology Consensus Project process and outcome. *Int J Behav Nutr Phys Act, 14*(1),75.

Yannakoulia, M., Ntanasi, E., Anastasiou, C.A., y Scarmeas, N. (2017). Frailty and nutrition: From epidemiological and clinical evidence to potential mechanisms. *Metabolism, 68*, 64-76.

Yates, T., Zaccardi, F., Dhalwani, N.N., Davies, M.J., Bakrania, K., Celis Morales, C.A., y K (2017). Association of walking pace and handgrip strength with all-cause, cardiovascular, and cancer mortality: a UK Biobank observational study. *Eur Heart J, 38*(43), 3232-3240.

MUSEO DEL JUEGO

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 XXV Año X Octubre 2021

INCIDENCIAS DE LOS EVENTOS DEPORTIVOS EN PLAYAS ECUATORIANAS: CASO MONTAÑITA

INCIDENTS OF SPORTS EVENTS ON ECUADORIAN BEACHES: CASE OF MONTAÑITA

Diana Valeria Delgado Campuzano, Ingeniera en Ecoturismo, Magister en Administración Ambiental, Universidad Estatal de Milagro - Ecuador, Docente en la Carrera de Licenciatura en Turismo, ddelgadoc@unemi.edu.ec, https://orcid.org/0000-0001-7165-1255

Jazmín Jessenia Peñafiel León, Ingeniera en Administración de Empresas Turísticas y Hoteleras, Master en Gestión Turística Universidad Estatal de Milagro – Ecuador, Docente en la Carrera de Licenciatura en Turismo, jpnafiell@unemi.edu.ec, https://orcid.org/0000-0002-8586-1568

Gabriele Natalia Torres Jara, Ingeniera En Gestión Turística y Hotelera, Master Universitario en Gestión del Patrimonio Cultural y Museología, Universidad Estatal de Milagro – Ecuador, Docente en la Carrera de Licenciatura en Turismo, gtorresj@unemi.edu.ec, https://orcid.org/0000-0001-9941-0621

María José Ortíz Zurita, Ingeniera en Administración de Empresas Turísticas y Hotelera, Master Universitario en Dirección y Planificación De Turismo, Universidad Estatal de Milagro – Ecuador, Docente en la Carrera de Licenciatura en Turismo, mortizz1@unemi.edu.ec, https://orcid.org/0000-0001-7513-2321.

RESUMEN

Los eventos deportivos son un nuevo segmento de mercado que esta etapa de crecimiento, genera muchos beneficios a las partes involucradas en el área pero a pesar de los beneficios económicos, social y cultural que estos generan hay que tomar en cuenta los efectos negativos que provoca en el entorno en donde se desarrolla, lo que provoca al ecosistema, a la flora, a la fauna, la contaminación que produce y otras series de problemas que afectan al destino receptor, el poco control y en algunos casos la inexistencia de leyes que ayuden a regular la realización de este tipo de eventos es una de las principales por la cual se presentan estos problemas. En Montañita playa ecuatoriana la realización de eventos deportivos de surf de gran escala, la falta de leyes que favorezcan al medio ambiente, su cuidado y protección y la gran afluencia de turistas ha ocasionado que el ecosistema de este lugar se deteriore hasta el punto de que deje de ser atractivo para las personas que lo visitan. Los eventos deportivos pueden actuar como importantes dinamizadores de la economía lo que permite un crecimiento y desarrollo local a nivel social, cultural y económico, pero al ser desarrollados de manera inadecuada puede actuar como destructor de los recursos que ofrece el lugar receptor.

Palabras Claves: eventos deportivos, turismo, efectos negativos, Montañita.

Recibido: de 25 de julio de 2021 Aceptado: 15 de septiembre de 2021

ABSTRACT

Sports events are a new market segment that this stage of growth, generates many benefits to the parties involved in the area but despite the economic, social and cultural benefits that these generate, the negative effects that it causes in the environment in which it develops, which causes the ecosystem, flora, fauna, the pollution it produces and other series of problems that affect the recipient destination, poor control and in some cases the absence of laws that help Regulating the realization of these types of events is one of the main reasons why these problems arise. In Montañita Ecuadorian beach the realization of large-scale surfing sporting events, the lack of laws that favor the environment, its care and protection and the large influx of tourists has caused the ecosystem of this place to deteriorate to the point that Stop being attractive to people who visit you. Sports events can act as important drivers of the economy, allowing local growth and development at a social, cultural and economic level, but when developed improperly, it can act as a destroyer of the resources offered by the receiving place.

Keywords: sporting events, tourism, negative effects, Montañita.

Recibido: 15 de julio de 2021 aceptado: 20 de agosto de 2021.

INTRODUCCIÓN

El turismo a nivel mundial es una actividad que ha estado en constante desarrollo e innovación, a causa de los cambios en las tendencias y gustos de la sociedad, como consecuencia de ello han surgido nuevas tipologías de turismo entre las cuales se encuentra el de eventos deportivos el mismo que con el transcurso de los años ha obtenido mucha demanda, lo que ha promovido que organizaciones, empresas y entidad públicas o privadas a nivel nacional e internacional realicen eventos deportivos de diferentes categorías con el objetivo de obtener beneficios, sin embargo son más los impactos negativos que esta clase de eventos tiene en el entorno natural del lugar receptor. En el presente artículo se darán a conocer diferentes puntos de vista e información importante sobre las incidencias de los eventos deportivos en las playas ecuatorianas.

Desde 1950-1975 período en el que se da el boom del turismo la actividad turística tuvo mucha acogida, por lo que muchas personas empezaron a viajar a diferentes partes del mundo de preferencia las playas con fines de ocio, sin embargo el motivo de que todos viajen hacia un mismo destino ocasiono que se origine el turismo de masa, el cual hace referencia a que un destino recibe una cantidad excesiva de turistas llegando incluso a superar la capacidad de carga que este soporta, lo que genera impactos positivos y negativos en el lugar.

Al ser evidente el impacto negativo en los diferentes entornos naturales ocasionados por el turismo de masa, y al observar el crecimiento de la actividad, los gustos y deseos cambiantes de las personas se han desarrollado nuevas tipologías turísticas denominadas también como turismo alternativo, surgen con la finalidad de ofrecer una oferta variada a los diferentes tipos de turistas que llevan a cabo esta actividad. Según (Montalvo, 2012), el turismo alternativo surge "como respuesta a las motivaciones de una demanda interesada en descubrir nuevas opciones de

viajes que satisfagan sus necesidades personales, con el fin de experimentar nuevas vivencias visitando lugares desconocidos, efectuando actividades al aire libre y en espacio naturales".

Entre las nuevas formas de turismo alternativo aparece el *turismo deportivo* el cual de acuerdo con (Alles, 2013), "Está referido a todas aquellas actividades relacionadas con el deporte que se realizan fuera del lugar habitual de residencia, ya sea en instalaciones artificiales o en el medio natural para realizar una actividad física u observar espectáculos deportivos, pudiendo existir o no fines competitivos". Resaltando lo que (Fernandéz, 2013) se puede mencionar que el deporte, en cualquiera de sus manifestaciones, establece uno de los sectores con mayor importancia económica, cabe señalar también su clara conexión con el turismo. La existencia de una íntima relación entre deporte-turismo como hecho importante y del lanzamiento de eventos en la sociedad actual ha llevado que el deporte y la celebración de diferentes acontecimientos deportivos se puede pensar como un punto importante dentro de los distintos lugares territoriales en el campo del marketing que también es llamado (place marketing) debido a la gran capacidad para atraer de esa manera al turismo y llegarlo a consolidar.

METODOLOGÍA

El tipo de investigación empleada para la elaboración del presente artículo fue descriptivo de carácter cualitativo, esta técnica permitió realizar un análisis sobre las incidencias de eventos deportivos en playas ecuatorianas, mediante un instrumento de investigación cuantitativa, como la encuesta, la cual luego de realizar el cálculo necesario se determinó la muestra de estudio que 323 personas la cual fue obtenida mediante la de George Canavos:

$$n = \frac{N\ pq}{\frac{(N-1)\ E2}{Z2} + pq}$$

En donde:

n = tamaño de la muestra

N = tamaño de la población

p = posibilidad de que ocurra un evento, p = 0,5

q = posibilidad de no ocurrencia de un evento, q = 0,5

E = error, usualmente se considera el 5%; E = 0,05

Z = nivel de confianza, que para el 95%, Z = 1,96

ISSN: 2253-6604

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Para obtener un conocimiento profundo sobre las incidencias de los eventos deportivos en las playas ecuatorianas se realizó encuesta para conocer el perfil de las personas que acuden a eventos deportivos y así saber su opinión al respecto sobre el tema, de una muestra de 323 personas de las cuales el 100% fueron nacionales.

Entre las preguntas realizadas se encuentran las siguientes:

1.- ¿considera usted que las realizaciones de eventos deportivos en las playas aportan en la generación de divisas, el crecimiento social y cultural en el lugar receptor?

En referencia a esta pregunta el 72% de los encuestados respondió que está muy de acuerdo porque la llegada de turistas de diferentes partes del mundo ayuda a la localidad en general porque de forma directa e indirectamente las personas están consumiendo los productos y servicios de localidad, un 6% se encuentra en una situación indecisa debido a que según su criterio la realización de estos eventos deportivos no aporta ni afecta a la economía del lugar.

Analizado la respuesta obtenida de estas personas y de acuerdo con lo que menciona (Carbajo, 2006), desde el punto de vista económico "La realización de estos eventos es muy positiva porque mueve grandes cantidades de personas que consumen los productos y servicios del lugar y a la vez dinamiza la economía del lugar en donde se lleva a cabo el evento de manera directa e indirecta". Por lo que la realización de eventos deportivos es una forma en la que empresas y entidades tanto públicas como privadas generan divisas que permiten el desarrollo y crecimiento económico, social y cultural de la localidad receptora

2.- ¿Considera usted que la realización de eventos deportivos genera impactos negativos (la contaminación, deterioro del entorno, entre otros), ¿en las playas del país?

En respuesta a la siguiente interrogante un 30% supieron expresar que estaban muy de acuerdo con que la realización de este tipo de eventos afecta al deterioro del entorno, otro 25% argumento también estar de acuerdo, un 22% estaba indeciso en su respuesta, 30% en desacuerdo con esta pregunta ya que según sus argumentos estos eventos no deterioran el entorno y un 18% que están muy en desacuerdo con la pregunta planteada porque opinan que con las respectivas medidas de prevención no se daña el entorno.

Desde el punto de vista ambiental se puede argumentar que un 55% de la muestra concuerda que la realización de eventos deportivos genera deterioros en el entorno debido a que existe una sobrecarga de personas que de una u otra manera contaminan y destruyen el ecosistema terrestre y acuático. En base a este dato fundamentado por las personas se concuerda con lo que mencionan (García & González Serrano, 2018) sobre el turismo deportivo y la realización de eventos de esta índole "Estas actividades, transformadas en forma de ocio, turismo, competición e incluso como recurso empresarial de zonas rurales, benefician a unos y perjudican a otros".

3.- ¿cree usted que el Ecuador es un país apto para la realización de eventos de surf de grande escala?

ISSN: 2253-6604

En referencia a la interrogante planteada, un 54% de encuestados está muy de acuerdo, según sus criterios el país está apto para realizar eventos deportivos de surf porque cuenta con hermosas playas que tienen todos los recursos necesarios para recibir cantidades grandes de turistas, mientras que un 5% se encuentran en desacuerdo, en base a sus argumentos el país no posee y no ha implementado los recursos económicos, legales y de infraestructura necesarios para que se realicen estos eventos de gran magnitud, así mismo con la realización de eventos deportivos de gran magnitud perjudicaría la flora y fauna del lugar. Lo que argumentan las personas encuestadas con lo que menciona (Barandela, 2017) "la generación de los ingresos económicos que genera la actividad son insignificantes en comparación con el deterioro que genera en el lugar de sede, lo cual ha sido reflejado en la degradación del entorno y la contaminación generada lo que ha afectado significativamente a la población local y la fauna que aquí habitan".

Analizada la perspectiva *económico y ambiental* se establece que la realización de eventos deportivos puede generar efectos positivos o negativos los cuales dependen del control, leyes y normas que tenga establecidas el lugar en donde se realiza de manera que esta clase de eventos no afecte al ambiente, debe existir un equilibrio y una sostenibilidad para que las partes involucradas puedan ser beneficiadas sin afectar a la otra.

CONCLUSIONES

En conclusión en base a la investigación realizada se puede argumentar que la realización de eventos deportivos en la actualidad es un nicho que ha obtenido mucha acogida por parte de aquellos que les gusta realizar algún tipo de deporte, la creciente demanda de este sector genera en el entorno y la localidad receptora beneficios e impactos negativos, entre los beneficios que ofrece al lugar se encuentra la generación de divisas, reconocimientos y desarrollo social y cultural, mientras que entre los impactos que ocasionan se encuentra el deterioro ambiental, la contaminación y la alteración de la flora y fauna.

Las incidencias de los eventos deportivos en el lugar receptor, depende mucho de las partes involucradas de la conciencia ambiental que estas tengan, del control, leyes, normas que tenga establecidas el lugar en donde se desarrollan los eventos de manera que exista un equilibrio y una sostenibilidad para que las partes involucradas puedan ser beneficiadas sin afectar a la otra.

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

Alles, M. T. (2013). El impacto turístico de los eventos deportivos: un estudio de caso. *Cuadernos de turismo*, 60.

Aspas, J. (2001). Los deportes de aventura ¿Deporte o turismo?

Baena, A. (2008). La sostenibilidad del medio ambiente a traves de las actividades físico-deportivas en el medio natural y su importancia en la educación ambiental. *Educación ambiental*, 173-193.

Barajas Angel, S. J. (2012). Problemática de los estudios de impacto económico de eventos deportivos Estudios de Economía Aplicada. *Estudios de economía aplicada* , 441-461.

Barandela, S. (2017). Impacto economico del deporte: tema de interes creciente en la literatura cientifica. *Biblos-e*.

Carbajo, R. R. (2006). Turismo y eventos deportivos: Los juegos olímpicos de invierno. *Universidad SEK*, 399-428.

David Parra Camacho, &. E. (2014). El impacto de un evento deportivo mediano: percepción de los residentes de la comunidad de acogida. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación*, 88-93.

Fernandéz, P. S. (2013). LOS EVENTOS DEPORTIVOS COMO HERRAMIENTA DE PROMOCIÓN TURÍSTICA: PROPUESTAS PARA EL RALLY DE OURENSE Y SU ENTORNO. *Revista de análisis turístico*.

García. (1995). Un nuevo campo de actuación: turismo deportivo. . *European Journal of Human Movement*, 71-76.

Garcia, G., & Gonzalez Serrano. (2018). EL FÚTBOL COMO POTENCIADOR DE TURISMO DEPORTIVO. *Kairos*, 8-16.

Hernández, O. I. (2013). TURISMO DEPORTIVO: PROMOCIÓN PARA LA DIVERSIFICACIÓN DE LA OFERTA TURÍSTICA EN MANZANILLO, COLIMA. *Turismo y Desarrollo*.

Juana, P. (2010). Turismo activo y medio ambiente: una implicación necesar. *Cuaderno de Turismo*, 153-176.

Luque Valle, B.-E. G.-G. (2011). Buenas prácticas para un desarrollo sostenible en los eventos deportivos en el medio natural. *Interciencia*, 531-537.

Luque, A. M. (2003). La evauación del medio para la práctica de actividades turístico-deportivas en la naturaleza. *Cuadernos de Turismo*, 131-149.

Margarita Latiesa, J. L. (2006). Turistas deportivos: una perspectiva de análisis. *Revista internacional de sociología*, 133-149.

Melgosa, F. J. (2009). Turismo, medio ambiente y desarrollo sostenible.

Montalvo, A. F. (2012). *Medio ambietne política turística en México.* México.

Pérez, R. M. (2011). GLOBALIZACIÓN EN EL TURISMO: IMPORTANCIA Y RETOS DEL TURISMO DEPORTIVO, CONTEXTO NACIONAL E INTERNACIONAL. *Revista de investigación en turismo y desarrollo local.*

Ramírez Hurtado, O. S. (2007). Evaluación del impacto económico y social de la celebración de grandes eventos deportivos a nivel local: el caso del campeonato de Tenis femenino de la ITF e Sevila e 2006. *Revista de métodos cuatitativos para la economía y la empresa*, 20-39.

Real, G. (2005). Deporte y medio ambiente.

Romulo Jacobo Gonzáles García, M. D. (2018). El futbol como potenciador de turismo deportivo. *Kairós*, 8-16.

Valle, & Gallegos. (2011). Buenas prácticas para un desarrollo sostenible en los eventos deportivos en el medio natural. *Interciencia*, 531-537.

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

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 XXV Año X Octubre 2021

INDICADORES PARA EL CONTROL Y EVALUACIÒN DE LAS ACCIONES TÀCTICAS DEFENSIVAS EN EL BALONCESTO

INDICATORS FOR THE CONTROL AND EVALUATION OF DEFENSIVE TACTICAL ACTIONS IN BASKETBALL

Lic. Emilio Payton Rodríguez. Prof. Instructor

Centro de trabajo: Universidad de Guantánamo, Facultad de Cultura Física.

Dirección postal: Guantánamo Cuba, CP 95 100 Teléf. 21-32 78 61. www.cug.co.cu.

e-mail: emiliopr@cug.co.cu emilio.payton@gmail.com

RESUMEN:

El trabajo aborda una temática de vital importancia, para el proceso de control y evaluación de las acciones tácticas defensivas, el mismo le da respuesta a la demanda tecnológica, declarada por la comisión provincial de baloncesto. En la fase de diagnóstico se aplicaron diferentes métodos empíricos definiendo el problema científico de la misma: ¿Cómo contribuir al perfeccionamiento del control y evaluación de las acciones tácticas defensivas en el Baloncesto? El trabajo tiene como objetivo: Elaborar un sistema de indicadores que contribuya al perfeccionamiento del control de las acciones tácticas defensivas en el Baloncesto. Empleamos diferentes métodos de investigación, del nivel teórico el histórico lógico, análisis y síntesis, inductivo-deductivo y el sistémico estructural funcional, de los empíricos la observación, el experimento, análisis de documentos, como técnicas: la entrevista y la encuesta. Del nivel matemático, la técnica del cálculo porcentual.

Los indicadores utilizados, así como la aplicación de instrumentos para la búsqueda y evaluación durante competencias preparatorias y fundamentales, muestran la factibilidad de los resultados obtenidos.

Palabras clave: control, evaluación, táctica, defensiva

ABSTRACT

The work addresses a subject of vital importance, for the process of control and evaluation of defensive tactical actions in Basketball, it responds to the technological demand, declared by the provincial basketball commission. In the diagnostic phase, different empirical methods were applied defining the scientific problem of the same: How to contribute to the improvement of the control and evaluation of defensive tactical actions in Basketball? The objective of the work is: To develop a system of indicators that contributes to the improvement of the control of defensive tactical actions in Basketball. We use different research methods, from the theoretical level the logical historical, analysis and synthesis, inductive-deductive and the functional structural system, from the empirical ones, observation, experiment, document analysis, as techniques: the interview and the survey. From the mathematical level, the technique of percentage calculation.

The indicators used, as well as the application of instruments for the search and evaluation during preparatory and fundamental competitions, show the feasibility of the results obtained.

ISSN: 2253-6604

Keywords: control, evaluation, tactics, defense

Recibido: de 25 de junio de 2021 Aceptado: 10 de septiembre de 2021

INTRODUCCIÓN

La evaluación y el control en el entrenamiento y las competencias son los que nos permiten conocer con certezas el nivel de entrenamiento: complejo de componentes orgánicamente interrelacionados técnica, táctica, preparación volitiva y física, conocimientos, experiencias cuya función efectiva se expresa en los atletas en la forma deportiva o estado máximo de rendimiento. Las acciones tácticas defensivas en el baloncesto es un componente dentro de la preparación del deportista, en este contexto se hace necesario reconocer que en el entrenamiento como proceso pedagógico organizado necesita de la evaluación y el control para el conocimiento objetivo de los procesos de adaptación, desde la iniciación o selección deportiva hasta el alto rendimiento. La transmisión de conocimientos teóricos-prácticos de la táctica defensiva en el Baloncesto, así como su evaluación en situaciones reales de juego, no ha recibido toda la atención o tratamiento que se requiere en la categoría que se investiga, incidiendo esto en la formación y desarrollo de las habilidades propias del deporte en el momento de defender al contrario. Es cierto que en la planificación del Programa Integral de Preparación del Deportista del baloncesto, aparecen los objetivos, contenidos o acciones a cumplimentar en la preparación táctica defensiva, pero en el momento de evaluar dichas acciones solo llegan hasta el 2 vs 2 y 3 vs 3, por lo que los profesores no cuentan con herramientas para evaluar las acciones tácticas defensivas de equipo en situaciones reales del juego.

Las afirmaciones expuestas hasta aquí se reflejan en un estudio diagnóstico realizado por el autor de este trabajo a partir de la aplicación de los métodos empíricos como el análisis documental y observación, así como las técnicas de entrevistas y encuestas realizadas al grupo de estudio sobre la evaluación de la táctica defensiva. En la evolución histórica de la evaluación táctica defensiva ha prevalecido como tendencia el empirismo y el enfoque tradicional, por lo que se evidencia que para los entrenadores esto constituye un verdadero problema al no disponer, hasta el momento, de herramientas que les permitan pasar del estado actual al deseado.

Partiendo de estas insuficiencias que se observaron durante el proceso de investigación fue que nos planteamos el siguiente problema científico. ¿Cómo contribuir al perfeccionamiento del control y evaluación de las acciones tácticas defensivas en el Baloncesto?

En correspondencia con el problema de científico se propuso el siguiente Objetivo: Elaborar un sistema de indicadores que contribuya al perfeccionamiento del control y la evaluación de las acciones tácticas defensivas en el Baloncesto.

MATERIAL Y MÉTODOS

(participantes, instrumento, procedimiento)

La investigación se realizó en el equipo primera categoría femenino de baloncesto en la provincia Guantánamo, seleccionando a 10 jugadoras de una población de 15, que representa el 66 por ciento. Entre los principales métodos empleados declaramos el histórico lógico, análisis y síntesis, inductivo-deductivo y el sistémico estructural funcional, la observación, el

ISSN: 2253-6604

experimento, análisis de documentos, como técnicas: la entrevista y la encuesta, de los matemáticos, la técnica del cálculo porcentual.

Consideraciones teóricas que sustentan el proceso de control y evaluación de las acciones tácticas defensivas en el baloncesto.

Refiriéndose al entrenamiento de la táctica, Durán y Lasierra (1987); Devís y Peiró (1992, p. 39); Zaragoza (1992); Junoy (1997) y Díaz (2014), coinciden fundamentalmente en que este se basa en solucionar tareas globales donde los jugadores tengan que resolver situaciones y problemas planteados por los defensores o atacantes que impiden cumplir el objetivo previsto. Una vez que los jugadores "comprenden" la esencia del juego en el contexto global, el entrenador irá introduciendo los distintos elementos técnicos para que los puedan aplicar en esas situaciones de juego. Esta tendencia del trabajo global es más actual y parece más preponderante que la enseñanza analítica.

Es por esto que el entrenamiento de la táctica requiere de un control y evaluación del mismo. Según Gutiérrez (2006, p. 59), el control táctico es el proceso sistematizado y continuo que brinda información sobre la idoneidad del uso de estos recursos y el comportamiento táctico del oponente. La evaluación táctica puede ser de tipo cuantitativa o de tipo cualitativa. Si el control táctico se plantea en el alto rendimiento deportivo los fines serán: concreción del grado de asimilación del sistema de juego, detectar errores en la asimilación de los contenidos tácticos, conocer la eficacia, eficiencia y efectividad del juego, la actuación individual y colectiva, así como el uso de métodos que relacionen el sistema de juego diseñando con la actuación real.

Es importante destacar que, en el momento de planificar el control táctico, se deben tener en cuenta los siguientes aspectos: considerar la posición del deportista o del equipo, elegir indicadores tácticos que reflejen aspectos relevantes específicos y fácilmente observables, considerando la relación entre ambos contendientes y por último elegir los indicadores más apropiados a las características del evento que se va a evaluar. Moya, Reina, Gutiérrez, Vera-García, López, Arancil y Paredes (2007). El autor coincide con ese punto de vista, sin embargo, son pocas las herramientas en el Baloncesto que cumplen estas condiciones; lo que refuerza la idea de que investigar en este tema es tan difícil, pero a su vez necesario.

En función de las exigencias tácticas y de los aspectos anteriormente mencionados, para un mejor control y evaluación de su preparación se debe conocer la clasificación de los deportes (Sánchez y Sánchez, s.f.), considerando que el Baloncesto es un deporte de equipo, un juego deportivo que se caracteriza por ser muy dinámico y de gran creatividad los sujetos que lo practican están expuestos a diferentes situaciones que se presentan en el terreno y debe ser solucionadas.

En este deporte, el resultado depende del trabajocolectivo del equipo para lograr los objetivos. Otro elemento importante en el control y evaluación de la táctica en el Baloncesto, son las acciones tácticas. Harre la define como: "(…) una actividad dirigida hacia el éxito que se debe ejecutar de acuerdo con los conocimientos tácticos, las habilidades técnicas, la facultad cotidiana, la rapidez de reacción, las propiedades de la voluntad (…)". (Harre, 1988, p. 285).

ISSN: 2253-6604

Es por esto, que la acción táctica colectiva es la base fundamental que tienen que manejar los equipos de Baloncesto para lograr los objetivos propuestos. Sin embargo, para formar esta técnica colectiva es preciso que los jugadores que integran el mismo reúnan los elementos que posibiliten la construcción de este grupo que debe funcionar corporativamente como una unidad, esos elementos son, según Martínez y Crespo (2014): técnica individual que recoge la preparación física, reglas de juego y la táctica que tiene en cuenta la preparación mental o psicológica.

La preparación técnico-táctica en el Baloncesto constituye un componente indispensable, la misma tal como su nombre indica, tiene una constitución bilateral. Se trata de la modelación de situaciones tácticas para ejercitar las habilidades técnicas hasta conseguir la asimilación y perfeccionamiento de las acciones que forman el sustento práctico de este deporte. Díaz (2010, p. 26).

RESULTADOS

Fundamentación metodológica del Sistema de Indicadores.

En el trabajo se propone un sistema de Indicadores para perfeccionar el control y evaluación de las acciones tácticas defensivas en situaciones reales de juego en el equipo de la primera categoría femenino de baloncesto en la provincia de Guantánamo, por lo que, su comprensión parte del análisis de la definición de sistema. Asumimos la definición emitida por Addine Fernández Fátima (2004), donde se define como sistema, la totalidad de configuraciones de elementos que se integran recíprocamente a lo largo del tiempo y del espacio, para un proceso común, una meta, un resultado. El sistema como un todo tiene posibilidades superiores a cada una de sus partes por separados.

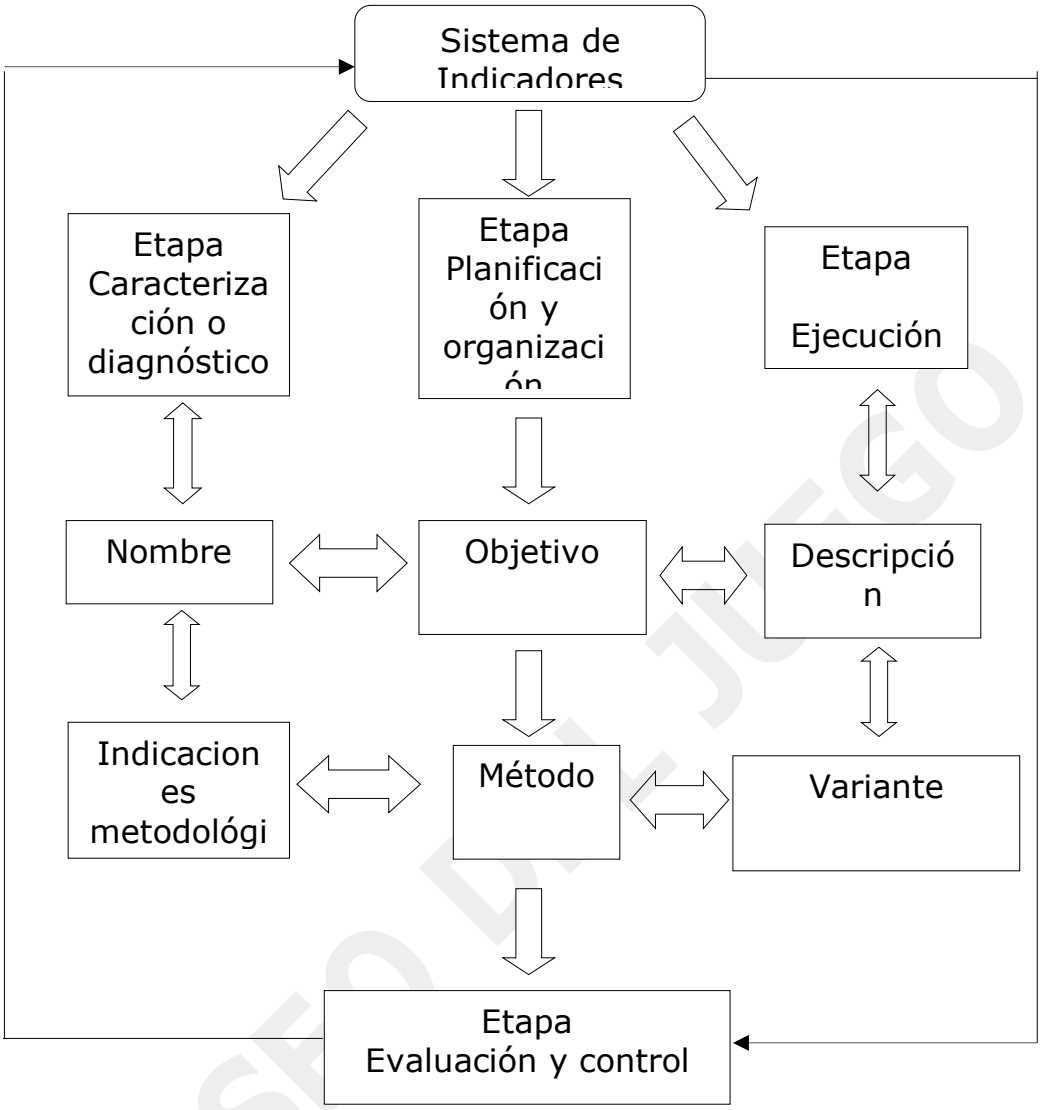
Teniendo en cuenta los diferentes criterios y definiciones que dan los especialistas sobre sistema de indicadores, coincidimos en considerar que un sistema de indicadores son estadísticas, series estadísticas o cualquier forma de indicación que nos facilita estudiar dónde estamos y hacia donde nos dirigimos con respecto a determinados objetivos y metas, así como evaluar programas específicos y determinar su impacto. Son parámetros utilizados para medir el nivel de cumplimiento de una actividad o un evento.

Los indicadores propuestos transitan por 4 etapas, además poseen una estructura metodológica, representada en el siguiente esquema.

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

Esquema No. 1



MUSEO DEL JUEGO

A continuación, relacionamos un ejemplo de los indicadores propuestos:

Indicador Defensivo

Nombre: Mal trabajo defensivo o incorrecta colocación de los pies.

Objetivo: Impedir en todos los momentos el ataque del jugador ofensivo con balón por el medio del terreno.

Descripción del Indicador: Correcta ubicación defensiva: Se refiere a que el jugador mantenga la cabeza recta sobre la cintura, observando la posición media del contrario, la espalda recta, los glúteos (centro de gravedad), bajos, las manos arriba de los hombros, cerca de la cabeza, codos flexionados a la altura de las axilas, las rodillas flexionadas, los pies escalonados a un ancho poco más que el de los hombros, el más cercano a la línea imaginaria del centro del terreno adelantado(a partir de nuestra filosofía defensiva por el sector derecho de la cancha el pie derecho adelantado y viceversa) siempre para impedir el ataque del contrario por el medio del terreno ,la punta de los pies hacia el lugar donde se producirá el desplazamiento, el peso del cuerpo sobre la punta de los pies y repartido equitativamente entre ambas piernas para lograr el equilibrio postural.

Métodos para su enseñanza: Explicativo-Demostrativo y Repetición estándar.

Indicaciones Metodológicas

Enfatizar en la correcta colocación de los pies en dependencia de la ubicación del jugador ofensivo que éste defiende y del lado en que se encuentre defendiendo (lado débil o lado fuerte), y si está en el lado fuerte, la ubicación para impedir la penetración por el medio del terreno.

Enfatizar en que se tenga el centro de gravedad bajo en la posición defensiva al jugador que trata penetrar mediante drible.

Se debe enfatizar en el trabajo activo de las manos y no cruzar los pies durante los desplazamientos.

Variante:

En cuanto un jugador ofensivo sin balón cercano a la zona pintada recibe el balón el jugador defensivo que lo defiende debe presionarlo constantemente no dejarlo hacer su juego, molestarlo, desconcentrarlo.

Evaluación: Se evaluará de forma sistemática 2 veces por semanas a través de los juegos de controles.

Discusión

Análisis e interpretación del pre – experimento antes (pre test) y después (post test).

Objetivo del pre-experimento: Evaluar la efectividad del sistema de indicadores defensivos.

Objetivo General: Evidenciar la efectividad del sistema de indicadores mediante una competencia preparatoria (modelo estadístico con una guía de observación).

Momentos de aplicación del Sistema de indicadores: primer momento, septiembre de 2018 (Torneo Nacional de Ascenso), segundo momento Marzo de 2019 (Liga Superior de Baloncesto).

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

Unidades experimentales: 10 atletas del equipo de Baloncesto categoría mayores de la provincia Guantánamo.

Indicadores

1-Resultados alcanzados en los Juegos de Controles semanales donde se controlaban los indicadores defensivos.

2-Aplicaciòn de los conocimientos prácticos de los indicadores en situaciones reales de juego.

Objetivo específico: La evaluación inicial y final (Pre test y post test) de la ejecución práctica de los indicadores que permita controlar y evaluar las acciones tácticas defensivas en el baloncesto.

Para la elaboración de la escala evaluativa cualitativa de los indicadores tanto individual como colectivamente partimos de los niveles de importancia dentro del juego y el criterio de expertos. Teniendo en cuenta que el baloncesto es un juego donde el error está latente sistemáticamente, y por ende las probabilidades de ganar sería entonces el equipo que menos errores cometa durante el juego, se tuvo en cuenta para el control y la evaluación a partir de los criterios de expertos y la decisión del autor solamente controlar las acciones tácticas negativas en el trabajo defensivo que generan canasta del equipo contrario quedando de la

TABLA DE EVALUACIÒN INDIVIDUAL
0---2 = MB
3---- = B
4---- = R
5--- = M
6 ò+= MM

TABLA DE EVALUACIÒN COLECTIVA
24 ò- = MB
25--36 = B
37--48 = R
39--60 = M
61--72 = MM

Tabla # 1 Evaluación del Torneo Nacional de Ascenso (pre test)

Nombres	NBR	DC	DR	N ay Def	N P	NMT	NRBD	Mal Trab Def	Total Errores	Prom X Juego	Eva
Dianelis	7	3	4	10	4	4	13	5	50	4,1	R
Beatriz	6	4	8	7	5	6	6	5	47	3,9	B
Clara	14	4	8	8	4	5	12	17	58	4,8	R
María	10	4	2	4	6	4	7	4	29	3,4	B
Ana	14	6	7	9	6	5	13	2	4	5,1	M
Betsi	11	8	7	8	3	6	10	5	58	4,8	R
Melissa	20	4	8	8	4	8	8	8	68	5,6	M
Yunieski	10	5	10	5	2	5	10	1	48	4,0	R
Yakira	8	3	8	5	4	10	11	1	50	4,1	R
Bárbara	14	4	8	8	4	5	12	17	58	4,8	R

Análisis de los resultados del Pre Test

ISSN: 2253-6604

Resumen General del Comportamiento Defensivo del Equipo

Debemos plantear que el equipo efectuó 12 partidos en el Torneo Nacional de Ascenso de ellos se ganan 11 y se pierde 1 para un 91 % de efectividad, aquí hay que reconocer el bajo nivel de la mayoría de los equipos a que nos enfrentamos sin embargo de estos juegos desarrollados en 5 de ellos el trabajo defensivo fue evaluado de Mal que representa el 42 %, en 4 Juegos fue evaluado de Regular el trabajo defensivo del equipo que representa el 33 % , y en solo 3 juegos fue evaluado de Bien el trabajo defensivo del equipo que representa el 25 .En sentido general como equipo se cometen 470 errores en los 12 partidos celebrados lo que representa un promedio de 39 errores por juego lo que al llevarlo a nuestra escala de evaluación se evalúa finalmente el trabajo defensivo del equipo en este Torneo Nacional de Ascenso de Mal.

Tabla # 2 Evaluación de la Liga Superior de Baloncesto (Post test)

Nombres	NBR	DC	DR	N ay Def	N P	NMT	NRBD	Mal Trab Def	Total Errores	Prom X Juego	Eva
Dianelis	18	3	7	13	4	8	39	5	93	3,2	MB
Beatriz	20	4	8	10	3	14	33	5	98	3,5	MB
Clara	3	2		3	2	2	8	17	37	1,9	B
María	10	4	2	4		4	5		29	2,2	B
Ana						2		2	4	1	B
Betsi	41	14	18	19	3	17	13	5	130	5,2	B
Melissa	48	6	17	13	4	19	20	8	136	4,8	B
Yunieski	43	6	22	10	2	25	29		127	4,7	B
Yakira	28	3	18	11		10	11	1	95	3,5	MB
Bárbara	10		2	3		7	8	1	31	2	B

Análisis de los resultados del (Post Test)

Resumen General del Comportamiento Defensivo del Equipo

Debemos plantear que el equipo efectuó 28 partidos en toda la Liga de ellos se ganan 18 y se pierden 10 para un 64 % de efectividad de estos juegos desarrollados en 5 de ellos el trabajo defensivo fue evaluado de Mal que representa el 17%, en 4 Juegos fue evaluado de Regular el trabajo defensivo del equipo que representa el 15% , en otros 4 juegos fue evaluado de Muy Bien el trabajo defensivo del equipo que igualmente al anterior representa el 15 % y en el resto de los partidos o sea 15 el trabajo defensivo fue evaluado de BIEN que representa el 53 %.

En sentido general como equipo se cometen 782 errores en los 28 partidos celebrados lo que representa un promedio de 27 errores por juego lo que al llevarlo a nuestra escala de evaluación se evalúa finalmente el trabajo defensivo del equipo en esta Liga de BIEN. Los resultados arrojados fueron superiores a los mostrados en la primera prueba. (Ver tabla 2)

ISSN: 2253-6604

Valoración y análisis general de los resultados obtenidos con la aplicación del sistema de indicadores.

Con los resultados alcanzados evidencian aún más la eficacia de la propuesta utilizada, lo que se puede afirmar que la aplicación de los indicadores, ha sido efectiva. La misma queda demostrada al comparar los resultados de las pruebas iníciales con respecto a las pruebas finales de la investigación, en la que se observan los avances e impacto en la categoría trabajada y la creciente mejoría del trabajo defensivo del equipo.

Valoración de la factibilidad del sistema de indicadores, a través de la encuesta a los entrenadores.

Con el objetivo de valorar los indicadores y demostrar su factibilidad se aplicó una encuesta.

Se tomó una muestra de 6 entrenadores, 1 entrenador del equipo nacional femenino, 3 entrenadores del equipo mayores femenino de la provincia, 1 especialista y 1 metodóloga provincial.

El 100 % de la muestra tienen más de 20 años de trabajo en el sector deportivo, por lo que se declararon competentes para evaluar la factibilidad de los indicadores. Tuvieron que analizar y responder teniendo en cuenta los siguientes indicadores (anexo No.5) donde la mayoría de los encuestados aprobó afirmativamente estos indicadores dando criterios, sugerencias y críticas muy valiosas que enriquecieron este trabajo.

Los indicadores seleccionados fueron los siguientes:

Estructura del sistema de indicadores.

Fundamentación del sistema de indicadores.

Calidad de las indicaciones metodológicas para orientar la aplicación del sistema de indicadores.

Nivel de ejemplificación del sistema de indicadores.

Los criterios más significativos son los siguientes:

El 83 % de los encuestados consideran que el sistema de indicadores está en el rango de 4 (totalmente de acuerdo), y el 17 % considera que los indicadores están en el rango de 3 (de acuerdo).

Se considera por los encuestados que los indicadores son adecuados y cubre las necesidades de los entrenadores en el alto rendimiento donde imparten el deporte, los mismos tienen gran valor para la toma de decisiones durante la dirección de equipo.

Casi todos los encuestados consideran, que el sistema de indicadores es importante para cumplir el desempeño de sus funciones profesionales, y que responde a los objetivos, necesidades e intereses del colectivo.

Como se puede apreciar, el sistema de indicadores para el control y evaluación de las acciones tácticas defensivas en el baloncesto es estimado de tangible por los encuestados, además son considerados como relevantes por todos los beneficios que le pueden reportar al ser aplicados en todos los equipos deportivos.

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

CONCLUSIONES

El sistema de indicadores elaborados propicia un perfeccionamiento del control y la evaluación de las acciones tácticas defensivas en el Baloncesto.

Los indicadores propuestos y con su automatización resultan una herramienta útil para la gestión de los entrenamientos y las competencias para las direcciones técnicas de los equipos, así como, para los jugadores en su autocorrección, y en los especialistas para abordar con mayor justeza los rendimientos defensivos de los atletas a partir de la evaluación individual en cada uno de los indicadores controlados.

Los nuevos indicadores propuestos para el perfeccionamiento del control y la evaluación de las acciones tácticas defensivas en el baloncesto son

Mal trabajo defensivo, No molestar al tiro, No ayudar en defensa, Dejar recibir en la Zona pintada, Dejar cortar libremente por la Zona Pintada, No presionar al jugador con balón y al que paró de driblar, No bloquear el acceso al rebote y No regresar al balance defensivo.

Con la aplicación del sistema de indicadores las atletas fueron ganando en mayor responsabilidad, concentración, aptitud, agresividad y combatividad que dio al traste con el logro de una eficiencia defensiva en sentido general alcanzando la medalla de plata y seleccionado como el equipo más defensivo en la Liga superior de Baloncesto 2019 en Cuba.

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

REFERENCIA BIBLIOGRAFICA

1- Addine Fernández, Fátima. (2004) Didáctica: teoría y práctica. La Habana, Editorial Pueblo y Educación.

2-Claudio, E. (2004) La evaluación y control personal en el Baloncesto. En CD- ROM II Congreso Latinoamericano de Teoría y Metodología de la Educación física y el deporte.

3-Colectivo de Autores ISCF (2004). La investigación científica en la actividad física: su metodología. Ciudad de La Habana, Editorial Deportes.

4-Garcìa, Navarro y Ruiz (1998). Evaluación y control en el deporte. España Editorial GYMNOS.

5-Hernàndez, C.M. (2003). El control del Entrenamiento Deportivo. Cuba, UMCC imprenta.

6-Gavalda, J.M (2002). Estadísticas Defensivas. Clinic pag 36-38-España Abril.

7-Claudio Pérez, E. (2008). Metodología para la evaluación del rendimiento competitivo de los jugadores del Baloncesto Élite Cubano (Tesis doctoral en Ciencias de la Cultura Física). Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo", Ciudad de la Habana.

8-Del Ríos López, M. (2001). Metodología para el rendimiento individual y colectivo de un equipo de Baloncesto. Villa Clara: Facultad Cultura Física. Versión digital.

9- Devís, J., y Peiró, C. (1992). Nuevas perspectivas curriculares en Educación Física:la salud y los juegos modificados. Barcelona: INDE.

10-Díaz Bello, F. (2014). La selección de métodos en el proceso de enseñanza- aprendizaje técnico-táctico en basquetbolistas iniciantes a partir de un modelo alternativo de enseñanza. Recuperadoel 15 de abril de 2014, de http://www.efdeportes.com

Durán, C., y Lasierra, G. (1987). Estudio experimental sobre didáctica aplicada a la iniciación de los deportes colectivos. Revista de investigación y documentación sobre las ciencias de la Educación Física y del Deporte.

Gutiérrez, O. (2006). Valoración del rendimiento táctico en Balonmano a través de los coeficientes de eficacia. Aplicación del software sortabal v1.0" (Tesis doctoral). Universidad Miguel Hernández, Alicante.

Harre, D. (1988). Teoría del entrenamiento deportivo. Ciudad Habana: Editorial Científico Técnica.

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

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 XXV Año X Octubre 2021

PLAN DE ENTRENAMIENTO DE LA MODALIDAD ATLÉTICA DE JABALINA.

PLAN OF TRAINING OF THE ATHLETIC MODALITY OF JAVELIN.

José Carlos Ros Saura. Maestro de Educación Primaria

josecaelcamaleon@gmail.com

Resumen:

El presente estudio ha tenido como objetivo la elaboración de una planificación de entrenamiento de la modalidad atlética de jabalina. La muestra estaba compuesta por 1 atleta del Municipio de Torre Pacheco (Murcia). Para la elaboración de dicha planificación, se realizó en primer lugar un análisis de la ejecución técnica del lanzamiento, se anotaron los aspectos a mejorar y se establecieron los objetivos, tanto a corto y largo plazo, a lograr. El periodo de entrenamiento fue del 7 de Marzo de 2016, al 10 de Abril de 2016. Los resultados obtenidos pusieron de manifiesto la eficacia del plan de entrenamiento tanto a nivel competitivo como a nivel de condición física y salud

Palabras clave: Planificación, entrenamiento, jabalina.

Abstract:

The present study has taken as an aim the production of a planning of training of the athletic modality of javelin. The sample was composed of one athlete in the municipality of Torre Pacheco (Murcia). For the preparation of such planning was first performed an analysis of the technical execution of the launch, issues were noted to improve and set objectives, both short and long term, to achieve. The training period was March 7, 2016 to April 10, 2016. The results showed the effectiveness of the training plan both competitive level and at the level of fitness and health

Key words: planning, training, javelin.

Recibido: 10 de mayo de 2021. Aceptado: 20 de junio de 2021

MUSEO DEL JUEGO

INTRODUCCIÓN

1.1. Presentación: deporte seleccionado y justificación.

El deporte que he seleccionado ha sido la modalidad atlética de lanzamiento de jabalina debido a que nuestro deportista en su etapa de adolescencia lo practicaba en el Club de Atletismo al que pertenecía; por lo que posé conocimientos en dicha modalidad. Además, tiene a su alcance las instalaciones y materiales necesarios para su práctica.

Los principales aspectos a tener en cuenta son los siguientes:

Descripción de la técnica		**Si/ no**
Posición de partida	1. La jabalina se transporta por encima del hombro a la altura de la cabeza.	
	2. Codo apuntando a la dirección del lanzamiento.	
	3. La jabalina se coloca paralela al suelo.	
Desplazamiento (apoyos finales)	4. La jabalina se lleva hacia atrás con brazo extendido.	
	5. Cruce de piernas al menos en los últimos dos apoyos.	
	6. Punta de la jabalina a la altura de los ojos.	
Lanzamiento	7. Pierna izquierda entra de talón buscando mantenerse extendida.	
	8. Codo derecho mientras está flexionado siempre a la altura del hombro.	
	9. Extensión del brazo derecho con ambas piernas apoyadas en el suelo.	
Recuperación	10. Pierna derecha se adelanta para frenar el avance del cuerpo.	
	11. Tronco se flexiona hacia delante.	
	12. Abandona la zona de lanzamiento sin traspasar la línea del arco del final del pasillo.	

1.2. Estado de la cuestión.

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

A continuación se destacan algunos de los principales trabajos basados en la planificación deportiva de atletas, así como el deporte o disciplina atlética que desarrollan.

Tabla 1. Artículos más recientes sobre planificación deportiva

Artículos	Enfoque
Pérez, Á. F. (2016). Percepción de los entrenadores de alto rendimiento de atletismo: caracterización de su perfil polifacético. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (29), 42-47.	Entrenadores de atletismo
Aliaga-Reinaldo, J., & Núñez-Aliaga, C. F. (2016). Distribución del volumen de trabajo de la fuerza muscular en atletas del área de velocidad del atletismo (Original). *Revista científica OLIMPIA*, *13*(41), 192-201.	Velocidad
Navarrón, E., Godoy-Izquierdo, D., Vélez, M., Ramírez-Molina, M. J., & Jiménez-Torres, M. G. (2017). Implementación de una intervención psicológica en fútbol base, satisfacción subjetiva de los deportistas y experiencias de pasión, competencia percibida y compromiso deportivo en relación con la intención de práctica futura. *Revista iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte*, *12*(1), 59-69.	Fútbol
Sánchez, L. F. R., Cruz, G. H., Walle, J. M. L., Colmenero, B. R., Chacón, J. T. Q., & Sánchez, J. C. J. (2016). Balance de estrés-recuperación en jugadores universitarios de voleibol durante una temporada. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (30), 193-197.	Voleyball
Callejas, M. S. M., & Martínez, G. T. (2016). LA PREPARACIÓN DEPORTIVA COMO SISTEMA. *Revista Magazine de las Ciencias. ISSN 2528-8091*, *1*(3), 17-30.	Aspectos globales sobre la metodología para todas las disciplinas
Velásquez, C. A. A., Arguello, Y. D. S., & Villamizar, J. A. F. (2017). LA	Velocidad

ISSN: 2253-6604

VELOCIDAD EN ATLETAS JUVENILES DE DEPORTES DE CONJUNTO. *ACTIVIDAD FÍSICA Y DESARROLLO HUMANO*, *7*(1).	
Bas Ballester, M. (2016). Planificación, organización y gestión de un torneo de pádel.	Pádel
Calderon Maza, A. E. (2016). Estudio de las características somatotipológicas y pruebas físicas en los atletas de medio fondo de federación deportiva de Loja (Bachelor's thesis).	Disciplina del medio fondo
Caiza Núñez, W. R. (2016). La hidratación en el rendimiento deportivo de los atletas de trail running del club corredores sin fronteras de la ciudad de Ambato (Bachelor's thesis, Universidad Técnica de Ambato. Facultad de Ciencias humanas y de la Educación. Carrera de Cultura Física).	Trail running
Diéguez-Tamayo, A. A., Maestre-Cabrales, D. D., & Estrada-Cingualbres, D. R. J. (2016). Programa de actividades físico-terapéuticas para la prevención de lesiones en las rodillas en atletas del área de fondo (Original). *Revista científica OLIMPIA*, *13*(41), 31-48.	Fondo
Uribe Pérez, R. (2016). *Análisis y diseño para entrenamiento deportivo de alto rendimiento* (Bachelor's thesis, Pereira: Universidad Tecnológica de Pereira).	Alto rendimiento

1.3. Objetivos.

La preparación comenzará, el 7 de Marzo de 2016 y terminará el 10 de Abril de 2016. El objetivo es prepararse la Ucam Falco Trail (Correbirras, 2016).

Método.

2.1. Características Periodo Preparatorio General:

Asegura una base funcional general para el entrenamiento posterior, es decir mejora la condición física. El contenido del entrenamiento incluye ejercicios aeróbicos específicos y no específicos, con sesiones de las capacidades de fuerza y ejercicios de auto cargas. Se centra tanto en la

ISSN: 2253-6604

elevación de las destrezas técnicas como en crear las bases de distintas capacidades. Esta fase puede abarcar dos o tres mesociclos (Gamble, 2008).

2.2. Características Periodo Preparatorio Específico:

Debe crear las bases de las capacidades motoras y técnicas de acuerdo con los requerimientos específicos de cada deporte. Los entrenamientos básicos son los mismos que en la fase anterior pero el contenido de los ejercicios debe ser más específico. La duración de esta fase es aproximadamente igual que la anterior (Gamble, 2008).

Resultados

Tras todo lo anteriormente expuesto, se obtiene como resultado la siguiente estructura de carga y distribución de contenidos de entrenamiento del microciclo, la cual se detalla a continuación.

Explicación de cada uno de los Microciclos del 1º Mesociclo

Macrociclo: Convencional	Mesociclo: Periodo Preparación General

MICROCICLO DE ENTRENAMIENTO: CARGA 1 Del 21al 27 de Marzo 2016		
LUNES Objetivo: Preparar al organismo para una actividad principal o facilitar la recuperación o el descanso	Mañana: Físico-Resistencia 30 minutos aeróbico. Toma de contacto.AER Trabajo de flexibilidad (15 minutos) Tarde: Físico-Fuerza: (4 ejercicios) 3 series x 8 repeticiones. FEA	Volumen: 45 minutos. 12 series Intensidad: 70-80% Fc máx.

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

MARTES Objetivo: Aprendizaje y mejora de habilidades técnicas. Ensayo repetitivo de habilidades técnicas.	Mañana: Técnico: 20 minutos de técnica de carrera y gestos de lanzamientos. TEB. Trabajo de flexibilidad (15 minutos) Tarde: Entrenamiento psicológico (Nieto y Zafra, 2001).	Volumen: 35 minutos Intensidad: 70% Fc máx.
MIÉRCOLES Objetivo: Aumentar la capacidad para mantener un elevado nivel de fuerza con alta velocidad en movimientos cíclicos. Aprendizaje y mejora de habilidades técnicas. Ensayo repetitivo de habilidades técnicas.	Mañana: Físico-Fuerza: (4 ejercicios) 3 series x 8 repeticiones. FEA Trabajo de flexibilidad (15 minutos) Tarde: Técnico: 20 minutos de técnica de lanzamiento. TEB	Volumen: 12 series al. 35 minutos. Intensidad: 70-80% Fc máx. 80% 1RM
JUEVES Objetivo: Aumentar la capacidad de soportar esfuerzos prolongados en condiciones de umbral Aeróbico. Aumentar la capacidad para	Mañana: Físico-Resistencia: 30 minutos aeróbico. AEM. Físico-Fuerza: (4 ejercicios) 3 series de 8 repeticiones.FEA Trabajo de flexibilidad (15 minutos)	Volumen: 60 minutos. 12 series. Intensidad: 80% Fc máx.

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

mantener un elevado nivel de fuerza con alta velocidad en movimientos cíclicos. Aprendizaje y mejora de habilidades técnicas. Ensayo repetitivo de habilidades técnicas.	Tarde: Técnico: 30 minutos de técnica de lanzamiento. TEB	
VIERNES Objetivo: Aumentar la capacidad para mantener un elevado nivel de fuerza con alta velocidad en movimientos cíclicos	Mañana: Físico-Fuerza: (4 ejercicios) 3 series de 8 repeticiones.FEA Trabajo de flexibilidad (15 minutos) Tarde: Descanso	Volumen: 12 series. 15 minutos. Intensidad: 85% 1RM
SABADO Objetivo: Aumentar la capacidad para mantener un elevado nivel de fuerza con alta velocidad en movimientos cíclicos	Mañana: Entrenamiento psicológico Tarde: Físico-Fuerza: (4 ejercicios) 3 series de 8 repeticiones.FAE Entrenamiento psicológico (Nieto y Zafra, 2001).	Volumen: 12 series Intensidad: 85% 1RM
DOMINGO Objetivo:-	Mañana: Descanso Tarde: Descanso	Volumen:- Intensidad:-

MUSEO DEL JUEGO

CARGA DE ENTRENAMIENTO SEMANAL: 60 series
VOLUMEN TOTAL DE ENTRENAMIENTO EN HORAS Y MINUTOS: 3 horas y 10 minutos
INTENSIDAD MEDIA (PULS/MIN): 150-160/minuto

MICROCICLO DE ENTRENAMIENTO: CARGA 2 Del 28 de Marzo al 03 de Abril 2016		
LUNES Objetivo: Aumentar la capacidad para mantener un elevado nivel de fuerza con alta velocidad en movimientos cíclicos	Mañana: Físico-Fuerza: (4 ejercicios) 3 series x 8 repeticiones. FEA Tarde: Entrenamiento psicológico (Nieto y Zafra, 2001).	Volumen: 12 series Intensidad: 75-85% Fc máx.
MARTES Objetivo: Aprendizaje y mejora de habilidades técnicas. Ensayo repetitivo de habilidades técnicas. Aumentar la capacidad para mantener un elevado nivel de fuerza con alta velocidad en movimientos cíclicos	Mañana: Técnico-Táctico: 30 minutos de técnica de carrera y gestos de lanzamientos. TEB. Trabajo de flexibilidad (15 minutos) Tarde: Físico-Fuerza: (4 ejercicios) 3 series x 8 repeticiones. FEA	Volumen: 45 minutos. 12 series. Intensidad: 80% Fc máx.

MUSEO DEL JUEGO

MIÉRCOLES Objetivo: Aumentar la capacidad para mantener un elevado nivel de fuerza con alta velocidad en movimientos cíclicos Aprendizaje y mejora de habilidades técnicas. Ensayo repetitivo de habilidades técnicas	Mañana: Físico-Fuerza: (4 ejercicios) 3 series x 8 repeticiones. FEA Trabajo de flexibilidad (15 minutos) Tarde: Técnico: 25 minutos de técnica de lanzamiento. TEB	Volumen: 12 series al. 35 minutos. Intensidad: 75-85% Fc máx. 80% 1RM
JUEVES Objetivo: Aumentar la capacidad de soportar esfuerzos prolongados en condiciones de umbral aeróbico. Aprendizaje y mejora de habilidades técnicas. Ensayo repetitivo de habilidades técnicas.	Mañana: Físico-Resistencia: 30 minutos aeróbico. AEM Entrenamiento psicológico Tarde: Técnico: 30 minutos de técnica de lanzamiento. TEB	Volumen: 60 minutos Intensidad: 80% Fc máx.
VIERNES Objetivo: Aumentar la capacidad para mantener un	Mañana: Físico-Fuerza: (4 ejercicios) 3 series de 8 repeticiones.FEA	Volumen: 12 series. 15 minutos

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

elevado nivel de fuerza con alta velocidad en movimientos cíclicos	Trabajo de flexibilidad (15 minutos) Tarde: Entrenamiento psicológico (Nieto y Zafra, 2001).	Intensidad: 85% 1RM
SABADO Objetivo: Aumentar la capacidad para mantener un elevado nivel de fuerza con alta velocidad en movimientos cíclicos	Mañana: Entrenamiento psicológico Tarde: Físico-Fuerza: (4 ejercicios) 3 series de 8 repeticiones.FEA	Volumen: 12 series Intensidad: 85% 1RM
DOMINGO Objetivo:	Mañana: Descanso Tarde: Descanso	Volumen:- Intensidad:-
CARGA DE ENTRENAMIENTO SEMANAL: 60 series		
VOLUMEN TOTAL DE ENTRENAMIENTO EN HORAS Y MINUTOS: 2 horas y 35 minutos		
INTENSIDAD MEDIA (PULS/MIN): 170-175/minuto		

MICROCICLO DE ENTRENAMIENTO: IMPACTO 3 Del 04 al 10 de Abril 2016		
LUNES Objetivo: Aumentar la capacidad de soportar esfuerzos prolongados en	Mañana : Físico-Resistencia 30 minutos aeróbico.AEM Trabajo de flexibilidad (20 minutos)	Volumen: 50 minutos. 12 series. Intensidad: 80-85% Fc máx.

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

condiciones de umbral aeróbico. Aumentar la capacidad para mantener un elevado nivel de fuerza con alta velocidad en movimientos cíclicos	Físico-Fuerza: (4 ejercicios) 3 series de 8 repeticiones.FEA Tarde: Entrenamiento psicológico (Nieto y Zafra, 2001).	
MARTES Objetivo: Estabilización de habilidades técnicas. Ensayo repetitivo de habilidades técnicas en situación de tolerancia a la fatiga. Aumentar la capacidad para mantener un elevado nivel de fuerza con alta velocidad en movimientos acíclicos	Mañana: Técnico-Táctico: 40 minutos de técnica de carrera y gestos de lanzamientos. TEE. Tarde: Trabajo flexibilidad (20 minutos) Físico-Fuerza: (4 ejercicios) 3 series x 8 repeticiones. FEA	Volumen: 60 minutos. 12 series Intensidad: 85%Fcmáx. 85% 1 RM
MIÉRCOLES Objetivo: Estabilización de habilidades técnicas. Ensayo repetitivo de habilidades técnicas en situación de tolerancia a la fatiga. Aumentar la capacidad para realizar con cargas máximas	Mañana: Físico-Fuerza: (4 ejercicios) 4 series x 8 repeticiones al 80% 1 RM. FMI Trabajo de flexibilidad (20 minutos) Tarde: Técnico: 40 minutos de técnica de lanzamiento. TEE	Volumen: 16 series. 60 minutos. Intensidad: 75-85% Fc máx. 80% 1RM

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

o casi máx. más mediante adaptaciones intramusculares		
JUEVES Objetivo: Aumentar la capacidad de soportar esfuerzos prolongados mediante la mejora en la utilización de las grasas Estabilización de habilidades técnicas. Ensayo repetitivo de habilidades técnicas en situación de tolerancia a la fatiga.	Mañana: Físico-Resistencia: 30 minutos aeróbico. AEL Entrenamiento psicológico (Nieto y Zafra, 2001). Tarde: Técnico-táctico: 40 minutos de técnica de carrera y lanzamiento.TEE	Volumen: 1 hora y 10 minutos Intensidad: 85% Fc máx.
VIERNES Objetivo: Aumentar la capacidad para realizar con cargas máximas o casi máximas mediante adaptaciones intramusculares. Estabilización de habilidades técnicas. Ensayo repetitivo de habilidades técnicas en situación de tolerancia a la fatiga	Mañana: Físico-Fuerza: (4 ejercicios) 4 series de 8 repeticiones.FMI Trabajo de flexibilidad (15 minutos) Tarde: Técnico: 40 minutos de técnica de lanzamiento. TEE	Volumen: 16 series. 55 minutos Intensidad: 85% 1RM

MUSEO DEL JUEGO

SABADO Objetivo: Aumentar la capacidad para realizar con cargas máximas o casi máximas mediante adaptaciones intramusculares Estabilización de habilidades técnicas. Ensayo repetitivo de habilidades técnicas en situación de tolerancia a la fatiga.	Mañana: Técnico-táctico: 40 minutos de técnica de carrera y lanzamiento. TEE Tarde: Físico-Fuerza: (4 ejercicios) 4 series de 8 repeticiones.FMI	Volumen: 16 series. 40 minutos. Intensidad: 85% 1RM
DOMINGO Objetivo: Estabilización de habilidades técnicas. Ensayo repetitivo de habilidades técnicas en situación de tolerancia a la fatiga.	Mañana: Técnico-táctico: 40 minutos de técnica de carrera y lanzamiento. TEE Tarde: Entrenamiento psicológico (Nieto y Zafra, 2001).	Volumen: 40 minutos Intensidad:80% Fcmáx
CARGA DE ENTRENAMIENTO SEMANAL: 72 series		
VOLUMEN TOTAL DE ENTRENAMIENTO EN HORAS Y MINUTOS: 6 horas y 50 minutos		
INTENSIDAD MEDIA (PULS/MIN): 180-185/minuto		

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

MICROCICLO DE ENTRENAMIENTO: REGENERACION 4 Del 11 al 17 de Abril 2016		
LUNES Objetivo: Preparar al organismo para una actividad principal o facilitar la recuperación o el descanso	Mañana: Físico-Resistencia 30 minutos aeróbico (andar). AER Tarde: Sauna y masaje	Volumen: 30 minutos Intensidad:60% Fcmax
MARTES Objetivo: Preparar al organismo para una actividad principal o facilitar la recuperación o el descanso	Mañana : Fisioterapia Tarde: Sauna y masaje	Volumen:- Intensidad:-
MIÉRCOLES Objetivo: Preparar al organismo para una actividad principal o facilitar la recuperación o el descanso	Mañana: Físico-Resistencia 60 minutos aeróbico. AER Tarde: Sauna y masaje	Volumen: 60 minutos. Intensidad:60%Fcmáx.
JUEVES Objetivo: Preparar al organismo para una actividad principal o facilitar la recuperación o el	Mañana: Fisioterapia Tarde: Sauna y masaje	Volumen:- Intensidad:-

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

descanso		
VIERNES Objetivo: Preparar al organismo para una actividad principal o facilitar la recuperación o el descanso	Mañana : Físico-Resistencia 60 minutos aeróbico (andar). AER Tarde: Sauna y masaje y entrenamiento psicológico.	Volumen: 60 minutos Intensidad:
SABADO Objetivo: Preparar al organismo para una actividad principal o facilitar la recuperación o el descanso	Mañana: Físico-Resistencia 40 minutos aeróbico (andar). AER Tarde: Sauna y masaje	Volumen: 40 minutos Intensidad:60 Fcmáx
DOMINGO Objetivo: Preparar al organismo para una actividad principal o facilitar la recuperación o el descanso	Mañana: Físico-Resistencia: 40 minutos aeróbico (andar). AER Tarde: Descanso	Volumen: 40 minutos Intensidad:60% Fcmáx
CARGA DE ENTRENAMIENTO SEMANAL:		
VOLUMEN TOTAL DE ENTRENAMIENTO EN HORAS Y MINUTOS: 3 horas y 50 minutos		
INTENSIDAD MEDIA (PULS/MIN): 100-110 puls/minuto		

Explicación de cada uno de los Microciclos dentro del Mesociclo de preparación específica

.

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

Macrociclo: Convencional	Mesociclo:Periodo Preparación Específico

MICROCICLO DE ENTRENAMIENTO: CARGA 1 Del 18 al 24 de Abril 2016		
LUNES Objetivo: Preparar al organismo para una actividad principal o facilitar la recuperación o el descanso. Aumentar la capacidad para mantener un elevado nivel de fuerza con alta velocidad en movimientos cíclicos	Mañana : Físico-Resistencia 30 minutos aeróbico. Toma de contacto.AER Trabajo de flexibilidad (15 minutos) Tarde: Físico-Fuerza: (4 ejercicios) 4 series x 8 repeticiones. FEA	Volumen: 45 minutos. 16 series. Intensidad: 75-85% Fc máx.
MARTES Objetivo: Aprendizaje y mejora de habilidades técnicas. Ensayo repetitivo de habilidades técnicas.	Mañana: Técnico-Táctico: 40 minutos de técnica de carrera y gestos de lanzamientos. TEB. Trabajo de flexibilidad (15 minutos) Tarde: Entrenamiento psicológico (Nieto y Zafra, 2001).	Volumen: 55 minutos Intensidad: 80% Fc máx.
MIÉRCOLES Objetivo: Aumentar la capacidad para mantener un elevado nivel de fuerza con	Mañana: Físico-Fuerza: (4 ejercicios) 4 series x 8 repeticiones. FEA Trabajo de flexibilidad (15 minutos)	Volumen: 16 series al. 35 minutos.

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

alta velocidad en movimientos cíclicos Aprendizaje y mejora de habilidades técnicas. Ensayo repetitivo de habilidades técnicas	Tarde: Técnico-Táctico: 25 minutos de técnica de lanzamiento. TEB	Intensidad: 75-85% Fc máx. 80% 1RM
JUEVES Objetivo: Aumentar la capacidad de soportar esfuerzos prolongados en condiciones de umbral aeróbico. Aprendizaje y mejora de habilidades técnicas. Ensayo repetitivo de habilidades técnicas	Mañana: Físico-Resistencia: 30 minutos aeróbico. AEM Trabajo de flexibilidad (15 minutos) Tarde: Técnico: 40 minutos de técnica de lanzamiento.TEB	Volumen: 1 hora y 25 minutos Intensidad: 80% Fc máx.
VIERNES Objetivo: Aumentar la capacidad para mantener un elevado nivel de fuerza con alta velocidad en movimientos cíclicos	Mañana: Físico-Fuerza: (4 ejercicios) 4 series de 8 repeticiones.FEA Trabajo de flexibilidad (15 minutos) Tarde: Descanso	Volumen: 16 series. 15 minutos Intensidad: 85% 1RM

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

SABADO Objetivo: Aumentar la capacidad para mantener un elevado nivel de fuerza con alta velocidad en movimientos cíclicos	Mañana: Entrenamiento psicológico (Nieto y Zafra, 2001). Tarde: Físico-Fuerza: (4 ejercicios) 4 series de 8 repeticiones.FEA	Volumen: 16 series Intensidad: 85% 1RM
DOMINGO Objetivo:	Mañana: Descanso Tarde: Descanso	Volumen:- Intensidad:-
CARGA DE ENTRENAMIENTO SEMANAL: 64 series		
VOLUMEN TOTAL DE ENTRENAMIENTO EN HORAS Y MINUTOS: 4 horas		
INTENSIDAD MEDIA (PULS/MIN): 170-175/minuto		

MICROCICLO DE ENTRENAMIENTO: CARGA 2 Del 25 de Abril al 01 de Mayo 2016		
LUNES Objetivo: Preparar al organismo para una actividad principal o facilitar la recuperación o el descanso. Aprendizaje y mejora de habilidades técnicas.	Mañana: Físico-Resistencia 30 minutos aeróbico. Toma de contacto.AER Trabajo de flexibilidad (15 minutos). Entrenamiento psicológico (Nieto y Zafra, 2001). Tarde: Técnico-Táctico: 40 minutos de técnica de carrera y gestos de lanzamientos. TEB.	Volumen: 1 hora y 25 minutos Intensidad: 80-85% Fc máx.

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

Ensayo repetitivo de habilidades técnicas		
MARTES Objetivo: Aprendizaje y mejora de habilidades técnicas. Ensayo repetitivo de habilidades técnicas.	Mañana: Técnico-Táctico: 40 minutos de técnica de carrera y gestos de lanzamientos. TEB. Trabajo de flexibilidad (15 minutos) Tarde: Entrenamiento psicológico (Nieto y Zafra, 2001).	Volumen: 55 minutos Intensidad: 80-85% Fc máx.
MIÉRCOLES Objetivo: Aumentar la capacidad para mantener un elevado nivel de fuerza con alta velocidad en movimientos cíclicos Aprendizaje y mejora de habilidades técnicas. Ensayo repetitivo de habilidades técnicas	Mañana: Físico-Fuerza: (4 ejercicios) 4 series x 8 repeticiones. FEA Trabajo de flexibilidad (15 minutos) Tarde: Técnico-Táctico: 25 minutos de técnica de lanzamiento. TEB	Volumen: 16 series al. 35 minutos. Intensidad: 75-85% Fc máx. 80% 1RM
JUEVES Objetivo: Aumentar la capacidad de soportar esfuerzos prolongados en condiciones de	Mañana: Físico-Resistencia: 30 minutos aeróbico. AEM Entrenamiento psicológico	Volumen: 1 hora y 10 minutos Intensidad: 80% Fc máx.

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

umbral aeróbico. Aprendizaje y mejora de habilidades técnicas. Ensayo repetitivo de habilidades técnicas	Tarde: Técnico-táctico: 40 minutos de técnica de lanzamiento. TEB	
VIERNES Objetivo: Aumentar la capacidad para mantener un elevado nivel de fuerza con alta velocidad en movimientos cíclicos. Aprendizaje y mejora de habilidades técnicas. Ensayo repetitivo de habilidades técnicas	Mañana: Físico-Fuerza: (4 ejercicios) 4 series de 8 repeticiones.FEA Trabajo de flexibilidad (15 minutos) Tarde: Técnico-táctico: 40 minutos de técnica de lanzamiento. TEB	Volumen: 16 series. 55 minutos Intensidad: 85% 1RM
SABADO Objetivo: Aprendizaje y mejora de habilidades técnicas. Ensayo repetitivo de habilidades técnicas Aumentar la capacidad para mantener un elevado nivel	Mañana: Técnico-táctico: 40 minutos de técnica de lanzamiento. TEB Tarde: Físico-Fuerza: (4 ejercicios) 4 series de 8 repeticiones.FEA	Volumen: 16 series. 40 minutos Intensidad: 85% 1RM

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

de fuerza con alta velocidad en movimientos cíclicos		
DOMINGO Objetivo:	Mañana: Entrenamiento psicológico (Nieto y Zafra, 2001). Tarde: Descanso	Volumen:- Intensidad:-
CARGA DE ENTRENAMIENTO SEMANAL: 48 series		
VOLUMEN TOTAL DE ENTRENAMIENTO EN HORAS Y MINUTOS: 5 horas y 40 minutos		
INTENSIDAD MEDIA (PULS/MIN): 170-175/minuto		

MICROCICLO DE ENTRENAMIENTO: IMPACTO 3 Del 02 al 08 de Mayo 2016		
LUNES Objetivo: Aumentar la capacidad de soportar esfuerzos prolongados mediante la mejora en la utilización de las grasas. Aumentar la capacidad para mantener un elevado nivel de fuerza con alta velocidad en movimientos cíclicos	Mañana : Físico-Resistencia 30 minutos aeróbico.AEL Trabajo de flexibilidad (20 minutos) Físico-Fuerza: (4 ejercicios) 4 series de 8 repeticiones.FEA Tarde: Entrenamiento psicológico (Nieto y Zafra, 2001).	Volumen: 50 minutos Intensidad: 80-85% Fc máx.

MUSEO DEL JUEGO

MARTES Objetivo: Estabilización de habilidades técnicas. Ensayo repetitivo de habilidades técnicas en situación de tolerancia a la fatiga. Aumentar la capacidad para mantener un elevado nivel de fuerza con alta velocidad en movimientos acíclicos	Mañana: Técnico: 40 minutos de técnica de carrera y gestos de lanzamientos. TEE. Tarde: Trabajo flexibilidad (20 minutos) Físico-Fuerza: (4 ejercicios) 4 series x 8 repeticiones. FEA	Volumen: 60 minutos. 16 series Intensidad:85%Fcmáx. 85% 1 RM
MIÉRCOLES Objetivo: Estabilización de habilidades técnicas. Ensayo repetitivo de habilidades técnicas en situación de tolerancia a la fatiga. Aumentar la capacidad para realizar con cargas máximas o casi máximas mediante adaptaciones intramusculares	Mañana: Físico-Fuerza: (4 ejercicios) 4 series x 8 repeticiones al 80% 1 RM. FMI Trabajo de flexibilidad (20 minutos) Tarde: Técnico-Táctico: 40 minutos de técnica de lanzamiento. TEE	Volumen: 16 series. 60 minutos. Intensidad: 80-85% Fc máx. 80% 1RM
JUEVES Objetivo: Aumentar la capacidad para realizar con cargas máximas o casi máximas mediante	Mañana: Físico-Fuerza: (4 ejercicios) 4 series x 8 repeticiones al 80% 1 RM. FMI Trabajo de flexibilidad (20 minutos)	Volumen: 60 minutos. 16 series Intensidad: 85% Fc máx.

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

adaptaciones intramusculares Estabilización de habilidades técnicas. Ensayo repetitivo de habilidades técnicas en situación de tolerancia a la fatiga.	Tarde: Técnico-táctico: 40 minutos de técnica de carrera y lanzamiento. TEE	
VIERNES Objetivo: Aumentar la capacidad para realizar con cargas máximas o casi máximas mediante adaptaciones intramusculares. Estabilización de habilidades técnicas. Ensayo repetitivo de habilidades técnicas en situación de tolerancia a la fatiga.	Mañana: Físico-Fuerza: (4 ejercicios) 4 series de 8 repeticiones. FMI Trabajo de flexibilidad (15 minutos) Tarde: Técnico-táctico: 40 minutos de técnica de carrera y lanzamiento. TEE	Volumen: 16 series. 55 minutos Intensidad: 85% 1RM
SABADO Objetivo: Aumentar la capacidad para realizar con cargas máximas o casi máximas mediante adaptaciones intramusculares Estabilización de habilidades técnicas. Ensayo repetitivo de habilidades técnicas en situación de tolerancia a la fatiga.	Mañana: Técnico: 40 minutos de técnica de carrera y lanzamiento. TEE Tarde: Físico-Fuerza: (4 ejercicios) 4 series de 8 repeticiones. FMI	Volumen: 16 series Intensidad: 85% 1RM

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

DOMINGO Objetivo: Aumentar la capacidad de soportar esfuerzos prolongados mediante la mejora en la utilización de las grasas.	Mañana: Físico-Resistencia: 30 minutos aeróbico. AEL Entrenamiento psicológico (Nieto y Zafra, 2001). Tarde: Descanso	Volumen: 30 minutos Intensidad:80% Fcmáx
CARGA DE ENTRENAMIENTO SEMANAL: 80 series		
VOLUMEN TOTAL DE ENTRENAMIENTO EN HORAS Y MINUTOS: 5 horas y 30 minutos		
INTENSIDAD MEDIA (PULS/MIN): 180 puls/minuto		

MICROCICLO DE ENTRENAMIENTO: COMPETICIÓN 4 Del 09 al 16 de Mayo 2016		
LUNES Objetivo: Aumentar la capacidad de soportar esfuerzos prolongados en condiciones de consumo máximo de oxígeno Velocidad de reacción y gestual adaptada al gesto técnico. Aumentar la capacidad para realizar con cargas máximas o casi máximas mediante adaptaciones intramusculares	Mañana : Físico-Resistencia 30 minutos aeróbico.AEI/VC Trabajo de flexibilidad (20 minutos) Tarde: Trabajo flexibilidad (25 minutos) Físico-Fuerza: (4 ejercicios) 4 series x 8 repeticiones. FMI	Volumen: 50 minutos. 16 series. Intensidad:85%Fcmáx.

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

MARTES Objetivo: Dominio de la técnica en situaciones lo más parecidas a la competición. Énfasis en el trabajo de técnica individualizada. Aumentar la capacidad para realizar con cargas máximas o casi máximas mediante adaptaciones intramusculares	Mañana: Técnico: 1 hora de técnica de carrera y gestos de lanzamientos. TEE. Tarde: Trabajo flexibilidad (25 minutos) Físico-Fuerza: (4 ejercicios) 4 series x 8 repeticiones. FMI	Volumen: 1 hora y 25 minutos. 16 series Intensidad:85%Fcmáx. 85% 1 RM
MIÉRCOLES Objetivo: Dominio de la técnica en situaciones lo más parecidas a la competición. Énfasis en el trabajo de técnica individualizada Aumentar la capacidad para realizar con cargas máximas o casi máximas mediante adaptaciones intramusculares	Mañana: Físico-Fuerza: (4 ejercicios) 4 series x 8 repeticiones. FMI Trabajo de flexibilidad (20 minutos) Tarde: Técnico-Táctico: 1 hora minutos de técnica de lanzamiento. TEC	Volumen: 16 series. 1 hora y 20 minutos. Intensidad: 80-85% Fc máx. 80% 1RM
JUEVES Objetivo: Aumentar la capacidad de soportar esfuerzos prolongados en condiciones de consumo máximo de oxígeno	Mañana: Físico-Resistencia: 30 minutos aeróbico. AEI/VC Tarde: Técnico-táctico: 40 minutos de técnica de carrera y lanzamiento. TEC	Volumen: 1 hora y 10 minutos Intensidad: 85% Fc máx.

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

Velocidad de reacción y gestual adaptada al gesto técnico. Dominio de la técnica en situaciones lo más parecidas a la competición. Énfasis en el trabajo de técnica individualizada.		
VIERNES Objetivo: Aumentar la capacidad para realizar con cargas máximas o casi máximas mediante adaptaciones intramusculares	Mañana: Físico-Fuerza: (4 ejercicios) 4 series de 8 repeticiones. FMI Trabajo de flexibilidad (15 minutos) Tarde: Entrenamiento psicológico (Nieto y Zafra, 2001).	Volumen: 16 series. 15 minutos Intensidad: 85% 1RM
SABADO Objetivo: Aumentar la capacidad para realizar con cargas máximas o casi máximas mediante adaptaciones intramusculares Dominio de la técnica en situaciones lo más parecidas a la competición. Énfasis en el trabajo de técnica individualizada	Mañana: Técnico-táctico: 40 minutos de técnica de carrera y lanzamiento. TEC Tarde: Físico-Fuerza: (4 ejercicios) 4 series de 8 repeticiones. FMI	Volumen: 16 series Intensidad: 85% 1RM
DOMINGO Objetivo: Velocidad de reacción y gestual	Mañana: Físico-Resistencia: 30 minutos aeróbico. AEI/VC	Volumen: 30 minutos Intensidad:80% Fcmáx

MUSEO DEL JUEGO

adaptada al gesto técnico Aumentar la capacidad de soportar esfuerzos prolongados en condiciones de consumo máximo de oxígeno	Tarde: Descanso	
CARGA DE ENTRENAMIENTO SEMANAL: 64 series		
VOLUMEN TOTAL DE ENTRENAMIENTO EN HORAS Y MINUTOS: 4 horas y 30 minutos		
INTENSIDAD MEDIA (PULS/MIN): 170-175 puls/minuto		

Discusión

Tras el plan realizado y llevado a la práctica se aprecia que se ha establecido en todo momento una progresión constante y cada vez más compleja la cual ha ido alternada de periodos de descanso para que el cuerpo pueda adaptarse y mejorar diariamente. Son numerosos los autores que establecen planes de entrenamiento.

Conclusión

Con este plan, se tienen pretende mejorar las capacidades físicas y sobre todo la preparación integral y motriz necesaria para esta disciplina. Uno de los aspectos a tener en cuenta son las características individuales de nuestro alumnado: rangos de movimiento, posibles lesiones o problemas óseos, nivel de condición física, etc. Teniendo constancia de todos ellos, se deben de establecer ejercicios y secuencias progresivas en las que el atleta se adapte perfectamente y le supongan un esfuerzo constante pero positivo para poder mejorar progresivamente.

Referencias bibliográficas

Aliaga-Reinaldo, J., y Núñez-Aliaga, C. F. (2016). Distribución del volumen de trabajo de la fuerza muscular en atletas del área de velocidad del atletismo (Original). Revista científica OLIMPIA, 13(41), 192-201.

Bas Ballester, M. (2016). Planificación, organización y gestión de un torneo de pádel.

Caiza Núñez, W. R. (2016). La hidratación en el rendimiento deportivo de los atletas de trail running del club corredores sin fronteras de la ciudad de Ambato (Bachelor's thesis, Universidad Técnica de Ambato. Facultad de Ciencias humanas y de la Educación. Carrera de Cultura Física).

Calderon Maza, A. E. (2016). Estudio de las características somatotipológicas y pruebas físicas en los atletas de medio fondo de federación deportiva de Loja (Bachelor's thesis).

Callejas, M. S. M., & Martínez, G. T. (2016). La preparación deportiva como sistema. Revista Magazine de las Ciencias. ISSN 2528-8091, 1(3), 17-30.

MUSEO DEL JUEGO

Correbirras(2016). Correbirras.com. Retrieved 17 June 2016, from http://www.correbirras.com/Inicio.html.

Diéguez-Tamayo, A. A., Maestre-Cabrales, D. D., y Estrada-Cingualbres, D. R. J. (2016). Programa de actividades físico-terapéuticas para la prevención de lesiones en las rodillas en atletas del área de fondo (Original). Revista científica OLIMPIA, 13(41), 31-48.

Gamble, P. (2008). Periodización del Entrenamiento para Atletas de Deportes de Conjunto. PubliCE Standard.

Navarrón, E., Godoy-Izquierdo, D., Vélez, M., Ramírez-Molina, M. J., y Jiménez-Torres, M. G. (2017). Implementación de una intervención psicológica en fútbol base, satisfacción subjetiva de los deportistas y experiencias de pasión, competencia percibida y compromiso deportivo en relación con la intención de práctica futura. Revista iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte, 12(1), 59-69.

Nieto García, G., y Olmedilla Zafra, A. (2001). Planificación del entrenamiento psicológico en atletas de élite: un caso en marcha atlética. Revista de Psicología del Deporte, 10(1), 0127-142.

Pérez, Á. F. (2016). Percepción de los entrenadores de alto rendimiento de atletismo: caracterización de su perfil polifacético. Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación, (29), 42-47.

Sánchez, L. F. R., Cruz, G. H., Walle, J. M. L., Colmenero, B. R., Chacón, J. T. Q., y Sánchez, J. C. J. (2016). Balance de estrés-recuperación en jugadores universitarios de voleibol durante una temporada. Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación, (30), 193-197.

Uribe Pérez, R. (2016). Análisis y diseño para entrenamiento deportivo de alto rendimiento (Bachelor's thesis, Pereira: Universidad Tecnológica de Pereira).

Velásquez, C. A. A., Arguello, Y. D. S., y Villamizar, J. A. F. (2017). La velocidad en atletas juveniles de deportes de conjunto. Actividad física y desarrollo humano, 7(1).

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

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 XXV Año X Octubre 2021

JUEGOS DIDÁCTICOS PARA FOMENTAR LA LABORIOSIDAD EN ESCOLARES DE 4TO GRADO

DIDACTIC GAMES TO ENCOURAGE LABORIOUSNESS IN 4TH GRADE SCHOOLS

Autores:

Ing. Jorge Luis Bruzón Fernández. Facultad de Cultura Física. Universidad de Guantánamo. jorgebf@cug.co.cu

Ing. Yelennis Mengana Olivares. Facultad de Cultura Física. Universidad de Guantánamo. yelennismo@cug.co.cu

Ms. C. Enrique Duharte Gómez. Facultad de Cultura Física. Universidad de Guantánamo. enriquedg@cug.co.cu

RESUMEN

Juegos didácticos para fomentar la laboriosidad en escolares de 4to grado, es una investigación producto a las deficiencias constatadas en las observaciones, en cuanto a los modos de actuación, teniendo en cuenta que en los momentos actuales los valores ocupan un lugar trascendental y la educación de valores se ha convertido en foco de atención de gobiernos y estadistas en diferentes latitudes. Laboramos con métodos teóricos, empíricos y estadísticos. Se utilizó una muestra representativa atendiendo a la cantidad de escolares comprendido en el centro y las características de los mismos. Al analizar los resultados de la información inicial se llega a la conclusión, que la elaboración de los juegos resultará efectiva por sus potencialidades educativas.

Palabras claves: Juegos didácticos, Laboriosidad, Escolares, Deficiencias, Valores.

ABSTRACT

Didactic games to promote industriousness in 4th grade schoolchildren, is an investigation product of the deficiencies found in the observations, in terms of the modes of action, taking into account that in the current moments the values occupy a transcendental place and the education of Values has become the focus of attention of governments and statesmen in different latitudes. We work with theoretical, empirical and statistical methods. A representative sample was used according to the number of schoolchildren included in the center and their characteristics. When analyzing the results of the initial information, the conclusion is reached that the development of the games will be effective due to their educational potential.

Keywords: Educational games, Industriousness, Schoolchildren, Deficiencies, Values.

Recibido: 18 de junio de 2021. Aceptado: 25 de julio de 2021

MUSEO DEL JUEGO

INTRODUCCIÓN

La educación como proceso social es un factor determinante en el desarrollo de vida política, económica y cultural de los pueblos.

"La importancia que se da a la educación en Cuba y su contenido vienen dados por el carácter socialista de la Revolución. El sistema educativo cubano actual, tiene sus raíces en el propio proceso de formación de la nacionalidad cubana en la que instituciones sociales y personalidades pedagógicas imprimieron profundos cambios en la enseñanza que sentaron las bases de la Pedagogía actual." PARTIDO COMUNISTA DE CUBA. (1976).

En tal sentido, cobran vigencia las palabras de Castro, F. (2003). cuando dijera: "…Que cada nueva generación esté más preparada para los grandes desafíos del futuro que esperan a nuestra patria y a toda la humanidad, es el más profundo anhelo de todos los revolucionarios cubanos".

El Comandante en Jefe Fidel Castro Ruz quiso expresar la razón de existir, de vivir y construir con la simiente acertada e indestructible a las nuevas generaciones para el mañana, en lo que juega un papel decisivo y protagónico la sociedad, la familia, el gobierno y las instituciones escolares del pueblo, en esta gran tarea que son hoy, las transformaciones por las cuales atraviesa el proceso revolucionario, para que cada niño y joven, crezca con una cultura que demuestra una identidad, de profunda raíz popular.

La educación en valores, es una problemática objeto de análisis de políticos, pedagogos, psicólogos, sociólogos, especialistas del Instituto Central de Ciencias Pedagógicas y otras instituciones, independientemente del régimen social existente y es así, porque está indisolublemente vinculado a la propia existencia del ser humano, es decir al desarrollo de la personalidad y a su condición de ser social.

Desde los inicios de la civilización, el hombre se ha preocupado por la educación y transmisión de valores de una generación a otra y por preservar su identidad como parte de grupo social, tribu, etnia o nación; desde entonces la identidad constituye una representación que está formada por principios éticos, morales, patrióticos, sociales, filosóficos, religiosos, políticos, hábitos, costumbres, convicciones que los identifican y diferencian del resto de los hombres y mujeres que habitan este planeta.

Baxter, (2003). Opina la necesidad de profundizar y fortalecer la educación en valores y su formación desde la escuela es una tarea necesaria hoy más que nunca en todo el mundo, ya que de ello depende el poder de salvar a lo más preciado que ha existido en el mundo natural, el hombre mismo.

La autora antes mencionada define entre tantas concepciones de valor expuestos por reconocidas personalidades de la pedagogía que el valor es:

…. "Una compleja formación de la personalidad, contenida no solo en la estructura cognitiva, sino en los profundos procesos de la vida social, cultural y en la concepción del mundo del hombre, que existen en la sociedad, como parte de la conciencia social y en estrecha correspondencia y dependencia del tipo de sociedad en que el niño, el adolescente y el joven se formen."

En el estudio se asume el criterio de Chacón, (2006). "la educación y formación en valores son términos íntimamente vinculados entre sí, que

ISSN: 2253-6604

señalan dos planos del complejo proceso de transformaciones, crecimiento humano y desarrollo de la personalidad."

Precisa que la educación en valores, se refiere al enfoque pedagógico, que tiene como objeto la formación integral de la personalidad del educando. Este proceso es complejo y contradictorio, por lo que se le brinda especial atención e intencionalidad política del sistema educacional cubano. Precisa que el conjunto de contenidos (normas, reglas y regulaciones) desde un punto de vista general proporcionan significado a la vida, desde un punto de vista educativo y tienen como objetivo principal, brindar a los alumnos una educación integral.

La educación en valores exige tener en cuenta la unidad de lo cognitivo, afectivo - volitivo y social que el discípulo asume como algo necesario para encauzar su propia forma de ser, es decir sus sentimientos, actitudes y actuaciones en la vida cotidiana, en las relaciones con sus familiares, con sus profesores, compañeros del centro escolar y del contexto social en que se desenvuelve.

La labor pedagógica y metodológica de todas los profesionales encargado de la instrucción, educación y formación en las nuevas generaciones es el elemento esencial en la materialización práctica de su enfoque. Su maestría pedagógica puesta de manifiesto en los resultados cada vez más superiores que alcanzan los niños y jóvenes en general en todos los órdenes, es un elemento valorativo importante de la eficiencia y calidad con que se desarrolla este proceso.

Por ello dar atención máxima a cada discípulo en la labor colectiva de trabajo dentro del grupo requiere de una sólida preparación en torno al tema, por constituir la educación en valores una de las prioridades esenciales del sistema social actual.

Pérez, J. (1964). "Instrucción no es lo mismo que educación; aquella se refiere al pensamiento, y esta, principalmente a los sentimientos. Sin embargo no hay buena educación sin instrucción. Las cualidades morales suben de precio cuando están realzadas por las cualidades inteligentes".

Teniendo en cuenta lo antes expuesto se realizaron visitas a las clases de Educación Física que se imparten a los escolares de 4to grado de la Escuela Rubén Martínez Villena del Municipio Guantánamo. Durante el desarrollo de las mismas se determinaron las siguientes *situaciones problémicas*:

- Los profesores de la especialidad no emplean con sistematicidad juegos donde mediante las situaciones prácticas se revele la significatividad de la laboriosidad como uno de los valores esenciales a desarrollar en las nuevas generaciones dentro del sistema educacional.
- Insuficiente orientación que ofrece el Programa y Orientaciones Metodológica de la Educación Primaria para el Primer Ciclo de la Educación Física, planteada por los docentes que imparten este nivel, ya que no brinda métodos y procedimientos algunos que los orienten.

Los resultados del estudio justifican la existencia del siguiente *problema de investigación*: ¿Cómo contribuir a fomentar la laboriosidad en los escolares

ISSN: 2253-6604

de 4to grado de la Escuela Rubén Martínez Villena del Municipio Guantánamo?

Estado de la cuestión:

García, (1996) plantea. ¿Por qué la formación de valores es también un problema pedagógico? Expresa que los valores constituyen una vía general de conducta que se derivan de la experiencia y le dan un sentido a la vida por su calidad de tal manera que está en relación de la sociedad en su conjunto.

Señala que: "son características de la acción humana que mueve la conducta, orientan la vida y marcan la personalidad". García, (1996).

También González, (2002) en su artículo "La escuela y la formación de valores". Consideró tener en cuenta que los valores constituyen orientaciones inductoras y afectivas de la personalidad que expresan las necesidades y tendencias del individuo, pero surgen y se trasforman a partir del desarrollo del reflejo cognoscitivo de la realidad.

La significación práctica del estudio está dado, en que la alternativa de juegos didáctico se pueden generalizar en todo el consejo popular para que los profesores durante las actividades físicas, deportivas y recreativas los apliquen, teniendo en cuenta las potencialidades educativa y formativas que brindan para la educación de la laboriosidad, como valores esenciales a formar en los escolares de las primeras edades.

La novedad científica radica en que dentro de la investigación se recogen juegos didácticos a partir de la creatividad de los autores, con el objetivo que los profesores lo empleen en las clases para la transformación de los modos de actuación, así como la formación de los aspectos afectivos, volitivos, actitudinales, motrices y sociales de la personalidad del sujeto.

Su importancia y actualidad está dada en que ante las nuevas exigencias que ha planteado el sistema educacional en cuanto al trabajo político ideológico, constituye una herramienta importante para los profesores que imparten clases, deportivas no solamente, sino también con todos los grados que conforman el primer ciclo de la educación primaría. Se da respuesta a las solicitudes realizadas por los profesores, acerca de la necesidad de contar con nuevas alternativas propuestas como herramientas para la realización efectiva del trabajo educativo durante el proceso de enseñanza aprendizaje.

Los resultados del estudio justifican la existencia del siguiente *objetivo general* de la investigación: Elaborar juegos didácticos para fomentar la laboriosidad en los escolares de 4to grado durante las clases de Educación Física en la Escuela Rubén Martínez Villena del Municipio Guantánamo.

Para realizar la investigación nos trazamos las siguientes *tareas*:

1-Determinar los fundamentos teóricos y metodológicos que sustenta la educación y formación de valores en los juegos.

2-Diagnosticar el estado actual de los modos de actuación de la laboriosidad en que se encuentran los escolares de 4to grado de la Escuela Rubén Martínez Villena del Municipio Guantánamo.

3-Estructurar juegos didácticos que contribuyan a fomentar la laboriosidad en los escolares de 4to grado de la Escuela Rubén Martínez Villena del Municipio Guantánamo.

ISSN: 2253-6604

MATERIALES Y MÉTODOS

Diseño de la investigación.

La investigación que se presenta atendiendo al tiempo de ocurrencia la podemos considerar como una investigación de perspectiva, teniendo en cuenta que con la elaboración de los juegos se pretende transformar los modos de actuación en los escolares relacionada a la laboriosidad. Según el período de secuencia, es una investigación transversal porque abarca 2 meses del curso 2019 - 2020 y por la naturaleza de los datos la vamos a nombrar una investigación cualitativa.

Tabla 1. Población y muestra.

Investigados	Población	Muestra	%	Hembras	Varones
Pioneros	40	20	50	9	11
Profesores de Educación Física	2	2	100	0	2

Métodos

Para la realización del estudio fue factible la utilización de diferentes métodos, procedimientos y técnicas de investigación científica que permitieron a los investigadores profundizar en el objeto de estudio y cumplir con el objetivo propuesto, entre los cuales se encuentran los de nivel teórico, empírico y matemático estadístico.

Métodos de Nivel Teórico:

Análisis de documentos: para verificar como se orienta la educación y formación en valores en los documentos rectores de la educación integral en las nuevas generaciones, (tesis, revistas, folletos y los documentos normativos sobre la educación en valores) para extraer información sobre los valores fundamentales a formar y los modos de actuación.

Analítico - sintético: para analizar los contenidos existentes en la bibliografía acerca de la educación en valores y los juegos didácticos y redactar los diferentes epígrafes que contempla el marco teórico conceptual de la investigación.

Modelación: Permitió la elaboración de los juegos didácticos, a partir del estado deseado en los modos de actuación y normas de conducta para fomentar la laboriosidad en los educandos.

Métodos de Nivel Empírico:

Encuestas a profesores: se realizó con el objetivo de conocer sus criterios y opiniones acerca del desarrollo de la laboriosidad durante las clases.

Observación pedagógica: Se realizó por medio de la percepción directa a 20 clases de Educación Física, dirigida a controlar aspectos organizativos durante la actividad como son (condiciones y preparación del área de actividades, condiciones de los implementos deportivos y la motivación que muestran los educandos en el transcurso de la actividad). También la de obtener información respecto al comportamiento y modo de actuación de los alumnos en los juegos y actividades aplicadas en clases.

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

La guía de observación plasma los indicadores para evaluar los aspectos organizativos y del valor laboriosidad, así como su forma de evaluación. La misma se confeccionó sobre la base de un criterio de profesores, con un nivel de estructuración determinado (Anexo 2).

Método Matemático Estadístico:

Cálculo porcentual: para determinar los por ciento del total que representa cada uno de los indicadores de los aspectos organizativos y del valor.

Media: para determinar el promedio alcanzado en los diferentes indicadores.

RESULTADOS

Resultados según la encuesta realizadas a los profesores de Educación Física del centro escolar. (Anexo 1).

En la pregunta número 1, referida al nivel profesional de los profesores, los 2 que laboran en la comunidad son licenciados que representa el 100%, aunque hay que destacar que uno en la actualidad se encuentra cursando la Maestría en Actividad Física en la Comunidad con una experiencia comprendidos entre 10 - 15 años y 1 con más de 15 años como profesor.

En la pregunta número 2, referida al concepto de valores los 2 encuestados logran definirlos representando el 100%.

En la pregunta número 3, referida a la importancia de la sistematicidad de situaciones donde se revele la significatividad de los valores, 1 de ellos reconocen que aunque no se realiza de esta forma, sí se hacen actividades significando el 50% y 1 que no se realizan de esta forma porque se priorizan otra actividades del programa para un 50%.

En la pregunta número 4, relacionada a qué valores se deben de educar en los escolares durante las clases, 1 plantea con la laboriosidad, responsabilidad, solidaridad, el colectivismo, compañerismo que representa el 50% y 1 agrega a todo lo anterior la honestidad, el sentido de pertenencia, patriotismo, significando el 50%.

En la pregunta número 5, relacionada al criterio de los profesores con respecto a la preparación de la familia para la educación de los niños y niñas en los valores que la sociedad desea, los 2 encuestados plantean que es deficiente representando el 100%.

En la pregunta número 6, referida a la preparación recibida para realizar un trabajo exitoso en relación a la educación en valores los 2 encuestados plantean que es insuficiente alcanzando el 100%.

En la pregunta número 7, referida a los valores que debe reunir un profesional de Cultura Física el 100% plantean la disciplina, responsabilidad, solidaridad, laboriosidad, sinceridad, humanismo, dignidad y la honestidad como los más importantes.

En la pregunta número 8, referida a las vías a través de las que se ha superado profesionalmente en relación al tema de los valores, 1 plantea que no lo han logrado por ninguna de las vías significando el 50% y 1 que a través de la superación que recibe como parte de los módulos de la maestría, en los seminarios que imparte la Dirección Municipal de Educación y a través de los talleres como parte de proyecto representando el 50%.

ISSN: 2253-6604

En la pregunta número 9 referida a la orientación que brinda el programa, los 2 refieren que sí sé orienta en el programa para el 100% pero no especifica ni las formas ni ejemplo con situaciones prácticas dentro de las actividades que se realizan en la comunidad.

Resultados alcanzados en los indicadores de los aspectos organizativos:

Al analizar los resultados de los aspectos organizativos (Anexo 2), el indicador número 1 (condiciones del área de actividades) alcanzó una media de 3 puntos que representa el 60%; el indicador número 2 (preparación del área) reflejó una media de 3,28 puntos significando el 65,6%; el indicador número 3 (condiciones de los implementos) alcanzó una media de 3 puntos que simboliza el 60% y el indicador número 4 (motivación de los escolares hacia la actividad) reflejó una media de 4,14 puntos que representa el 82,8%. De forma general en el aspecto organizativo se obtuvo una media de 3,2. En relación a la motivación es importante resaltar el alto índice que se logro en promedio y porciento teniendo en cuenta que estos niños siempre se encuentran entusiasmados y motivados por todas las actividades y juegos que se realizan dentro de las clases de Educación Física.

Resultados de los indicadores de la laboriosidad en las observaciones realizadas a clases:

En cuanto al comportamiento de los indicadores de la laboriosidad (Anexo 2.) se puede plantear que el indicador número 1 (le gusta la actividad orientada) alcanzó una media de 4,14 puntos para un 82,8%; el indicador número 2 (le brinda importancia a la actividad y participa en la solución de los problemas del grupo con colaboración) obtuvo una media de 3,85 puntos que representa el 77% y el indicador número 3 (asume cualquier responsabilidad dentro del grupo) logró un promedio 3,57 puntos que simboliza el 71,4%.

Generalizando el resultado de la laboriosidad, la misma alcanzó un 3,85 de promedio significando un 77%.

A partir de las informaciones recopiladas en el diagnóstico se revelan una serie de irregularidades expresadas en:

1. Insuficiente preparación de los profesores para la realización efectiva para fomentar valores a través de las actividades y juegos en las clases.
2. Los profesores reconocen que no se encuentran preparados para enfrentar esta tarea.
3. Insuficientes situaciones prácticas empleadas por los profesores en los juegos donde se revele la significatividad de los valores.
4. Según criterios de los profesores son insuficientes las vías de superación relacionada al tema en cuestión.
5. Los alumnos manifiestan en las observaciones realizadas actitudes incompetentes en cuanto al cumplimiento a los modos de actuación relacionado con la laboriosidad, esto está dado a que poseen pocas relaciones de ayuda y cooperación, juegan en compañía de otros pero a un nivel individual, violan las reglas establecidas en el juego, se faltan el respeto durante la ejecución

ISSN: 2253-6604

del juego mediante la crítica y no se valoran como realiza la actividad.

6. Lo más importante para ellos durante el juego es medir sus potencialidades en cuanto a las habilidades y capacidades a través de las competencias y de forma individual.

DISCUSIÓN

Los juegos propuestos pueden practicarse en cualquier tipo de terreno o espacio (asfalto, hierba o tierra), lo que facilita su incorporación independientemente del tipo de lugar donde se realicen las actividades.

La estructura de cada juego está detallada por los aspectos siguientes: Nombre, Objetivo, Valor educativo del juego, Organización, Desarrollo, Reglas y Diagrama.

Esperamos que el manual, de alguna manera pueda ser de utilidad en su trabajo.

Para aplicar la alternativa de juegos didácticos se tuvo en cuenta las actividades y los juegos que presenta el programa de Educación Física, la experiencia profesional y maestría pedagógica de los 2 profesores objetos de observación, así como las condiciones del área de trabajo, preparación del área, condiciones de los implemento y motivación de los escolares.

Juegos:

Nombre: "Arma tu medio".

Objetivo: desarrollo de la rapidez de reacción y la agilidad.

Valor educativo del juego: contribuir al desarrollo de la laboriosidad.

Organización: los participantes dispersos en el terreno y separados a una distancia aproximada de 2 metros de su medio.

Desarrollo: a la señal saldrán en busca del medio y separando cada uno de los extremos del mismo, enroscarán lo más rápido posible estas dos partes para hacer un bastón, el cual llevaran arriba con una mano en señal de haber concluido la actividad.

Reglas: el medio tiene que estar colocado a la distancia orientada, hay que esperar la señal de salida. Hay que enroscar las dos partes separadas y armar un bastón para después llevarlo bien arriba con una mano. Ganan los participantes que realicen la actividad más rápido y de forma correcta.

Diagrama:

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

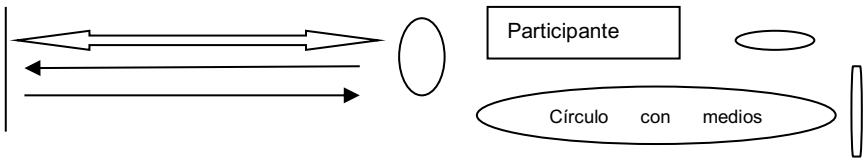


Figura 1. Diagrama del juego "Arma tu medio".

Nombre: "Armando figuras geométricas".

Objetivo: desarrollo de la rapidez de reacción y la agilidad.

Valor educativo del juego: contribuir a desarrollar la laboriosidad.

Organización: los participantes cada uno con su medio colocado en el piso y agrupados en equipos en un lugar del área.

Desarrollo: a la señal del facilitador, tomarán su medio y se desplazarán lo más rápido posible y armarán, uniendo las puntas de las cuerdas, diferentes figuras geométricas de acuerdo a la orientación dada por el facilitador, ya sea: círculo, cuadrado, triángulo o rectángulo.

Reglas: hay que esperar la señal de salida, armar la figura geométrica orientada lo más rápido posible, uniendo cada una de las cuerdas por sus puntas y extendidas.

Ganan los equipos que concluyan la actividad más rápido y de forma correcta.

Diagrama:

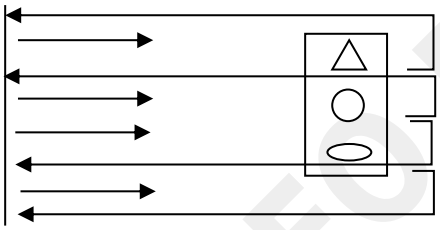


Figura 2. Diagrama del juego "Armando figuras geométricas".

Nombre: "Lleva las cuerdas atrás".

Objetivo: desarrollo de la rapidez de reacción.

Valor educativo del juego: contribuir a incrementar la laboriosidad y el espíritu competitivo.

Organización: los participantes en equipos en hileras, separados aproximadamente a 1 metro uno del otro, delante del primer integrante de cada equipo, estarán colocadas las cuerdas en un círculo y al final de la hilera otro círculo.

Desarrollo: a la señal del facilitador, el primer integrante de cada equipo irá agarrando de una en una las cuerdas y las entregara al compañero de atrás, para que éste realice lo mismo hasta que todas las cuerdas lleguen al último integrante que las irán colocando de una en una en el círculo del final y las unirán todas formando un círculo.

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

Reglas: hay que esperar la señal de comienzo, pasar las cuerdas de una en una por cada uno de los integrantes entregándolas. No se pueden lanzar. Gana el equipo que logre pasar todas las cuerdas más rápido de un círculo a otro uniéndolas al final realizando la actividad de forma correcta.

Diagrama:

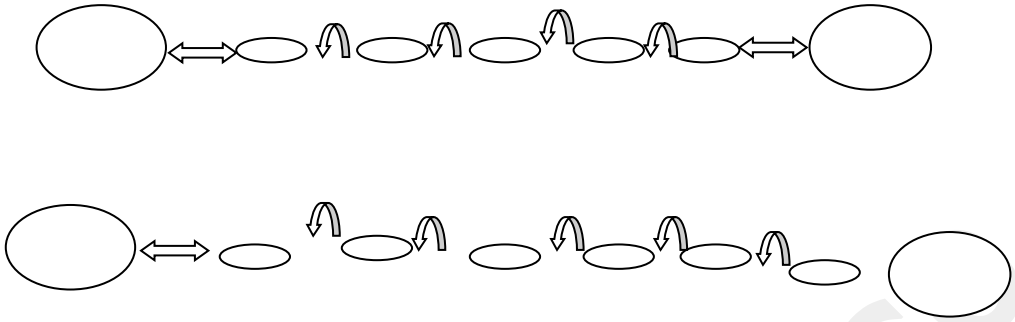


Figura 3. Diagrama del juego "Lleva las cuerdas atrás".

Nombre: "Las tres cuerdas".

Objetivo: desarrollo de la rapidez de traslación y la agilidad.

Valor educativo del juego: contribuir al desarrollo de la laboriosidad.

Organización: los participantes en equipos en hileras, detrás de una línea de salida; a una distancia de 10 metros un círculo con tres cuerdas y a 2 metros de éste otro círculo.

Desarrollo: a la señal del facilitador, el primer participante de cada equipo saldrá a la mayor velocidad posible y agarrará una de las cuerdas, la cual llevará y colocará en el otro círculo, regresando de nuevo al primer círculo donde cogerá la otra cuerda, la cual también llevará al segundo círculo para ir rápidamente a buscar la tercera cuerda, la cual también colocará en el segundo círculo, uniendo las tres cuerdas, para regresar a la línea de salida donde saldrá el otro compañero de equipo que realizará la actividad a la inversa; o sea, llevando las cuerdas del segundo círculo una a una al primero pero deberá desarmarlas llevándolas de una en una y así sucesivamente hasta que todos los integrantes del equipo realicen la actividad.

Reglas: hay que esperar la señal de salida. Hay que pasar las cuerdas de una en una para los círculos sin tirarla. Deben dejar las cuerdas unidas o separadas. Hay que esperar que llegue el compañero de equipo para poder salir. Gana el equipo que termine primero realizando la actividad de forma correcta.

Diagrama:

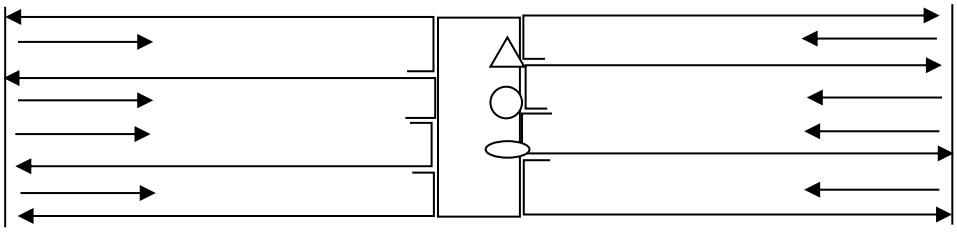


Figura 4. Diagrama del juego "Las tres cuerdas".

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

Nombre: "Trasladando argollas".

Objetivo: desarrollo de la rapidez de traslación y la coordinación.

Valor educativo del juego: contribuir al desarrollo de la laboriosidad.

Organización: los participantes en equipos en hileras, a los dos lados del área, a una distancia de separación de 15 metros. El primer participante de cada equipo tendrá colocado el medio en forma de argolla en el cuello.

Desarrollo: a la señal del facilitador, el primer participante saldrá a la mayor velocidad posible, venciendo la distancia hasta llegar al frente de su compañero de equipo, al cual le colocarán el medio armándolo en forma de argolla en el cuello siendo un total de tres, para que el mismo se desplace desarmando el medio al final y se realice la misma actividad, así sucesivamente hasta que todos los integrantes del equipo lo realicen.

Reglas: hay que esperar la señal de salida y el desplazamiento se tiene que realizar con la argolla en el cuello después de ser ubicadas por sus compañeros. El integrante del equipo que se desplaza es el que tiene que desarmar las argollas al llegar frente a sus compañeros. Gana el equipo que primero termine realizando la actividad de forma correcta.

Diagrama:

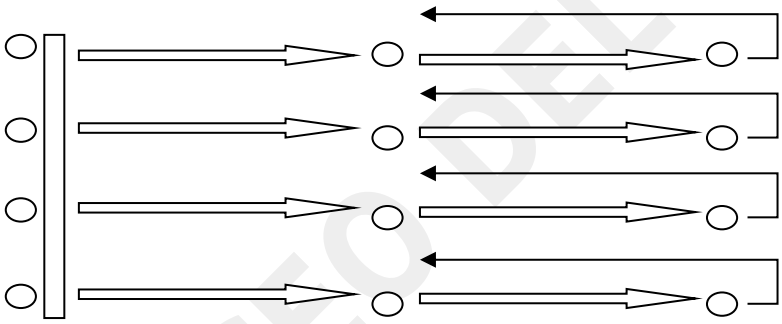


Figura 5. Diagrama del juego "Trasladando argollas".

Nombre: "Los Campeones Olímpicos".

Objetivo: desarrollo de la rapidez de traslación y la agilidad.

Valor educativo del juego: contribuir al desarrollo de la laboriosidad, el valor y el amor a la patria.

Organización: los participantes colocados en equipos en parejas, uno frente a otro detrás de una línea de salida y separados a una distancia aproximada de 20 metros.

Frente a cada uno de ellos y a una distancia entre 3 o 4 metros estarán colocadas cinco cuerdas aguantadas por sus dos puntas, a una altura determinada por el facilitador y separadas a una distancia aproximada de 3 metros una de la otra.

Desarrollo: a la señal de salida, los primeros integrantes de cada equipo saldrán a la mayor velocidad posible y pasarán por encima de cada una de las cuerdas lo más rápido posible, continuando con una carrera rápida hasta

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

llegar a donde está su compañero de equipo, el cual realizará la misma actividad en dirección contraria hasta la línea de salida de su compañero de equipo. En cada repetición rotarán los integrantes de los equipos por el área donde es aguantada la cuerda.

Reglas: hay que esperar la señal de salida, desplazarse con rapidez y pasar por encima de cada una de las cuerdas sin tocarlas. Tienen que esperar que llegue el último integrante del equipo.

Gana el equipo que logre vencer la distancia más rápido y de la manera correcta.

Variante: se realizará la misma actividad venciendo la distancia hasta llegar a un círculo colocado previamente, el cual tendrá que ser tocado para regresar, pasando por encima de las cuerdas, hasta llegar a la línea de salida donde saldrá el otro compañero de equipo.

CONCLUSIONES

1. Con los juegos didácticos elaborados se logró fomentar la laboriosidad en los escolares de 4to grado durante las clases de Educación Física en la Escuela Rubén Martínez Villena del Municipio Guantánamo.

2. Los juegos didácticos elaborados constituye un sistema de indicaciones que tiene como centro a los escolares de cuarto grado y que integra los componentes de la educación, formación y desarrollo de valores en las clases de Educación Física.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

Álvarez de Zayas, C. (1994). La Escuela es la vida. Bolivia. Sucre. Imprenta Universitaria.

Baxter, E. (1998). La educación en valores. Papel de la escuela. Villa Clara. I.S.P. Félix Varela.

Baxter, E. (2003). Cuando y como educar en valores, Editorial Pueblo y Educación. La Habana.

Baxter, E. (2007). Educar en Valores: Tarea y reto de la sociedad. Editorial Pueblo y Educación.

Castro, F. (2003). Discurso pronunciado por el día de los trabajadores, Habana.

Chacón, A. y Nancy, L. (2006). Fidel, ética y valores humanos. [CD- ROM]. 959-18-034 -X. [et. al]. La Habana. I.S.P.E.J.V. CESOFTE.

García, G. (1996). La formación de valores en las nuevas generaciones. Una campana de espiritualidad y conciencia. Editorial de Ciencias Sociales.

González, D. (2002). La escuela y la formación de valores. MINED.

PARTIDO COMUNISTA DE CUBA. (1976). Tesis y Resoluciones del Primer Congreso del Partido comunista de Cuba. La Habana. Editorial del Consejo de Estado.

ANEXOS

Anexos 1. Encuestas a profesores.

Necesitamos su cooperación. Su información resultará muy valiosa para la investigación que estamos realizando relacionada a la educación y

MUSEO DEL JUEGO

desarrollo de los valores durante las clases de Educación Física. Muchas Gracias

1- Nivel profesional, años de experiencia.

2- ¿Qué entiende por valores?

3- ¿Consideras importante la práctica de las actividades físicas donde se revela la significatividad de los valores?

4- ¿Cuáles son los valores que usted educa en los niños y niñas durante las actividades que se realizan en la localidad?

5- ¿Cómo usted califica la preparación de la familia para la educación de los niños en los valores morales?

6- ¿Ha recibido alguna preparación para realizar un trabajo exitoso en relación a la educación en valores?

7- ¿Qué valores usted considera que debe de poseer un profesional de la Cultura Física para llevar a cabo una efectiva formación del alumno?

8- ¿Cuáles son las vías a través de las que se ha superado profesionalmente en relación al tema de los valores?

Seminarios_____ Postgrados_____ Talleres_____

9- ¿Considera que el programa de Educación Física lo orienta acerca del trabajo de los valores durante las actividades recreativas?

Anexo 2. Guía de Observación.

Observador: _____ Cargo: _____

Fecha: _____

Nombre de la Escuela:

_____

Grupo: _____ Hora: _____ Matrícula: _____ Sexo:

_____

Asistencia: _____ Nombre del profesor:

_____

Años de experiencia: _____ Tiempo:_____

Objeto de observación: _____

Tipo de observación: _____

Unidad de observación: _____

Objetivo de la clase: _____

Indicadores a medir en las observaciones de las actividades

Aspectos organizativos

Condiciones del área de actividades.

1. Preparación del área.
2. Condiciones de los implementos.

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

3. Motivación de los niños y niñas hacia la actividad.

Indicadores de la laboriosidad.

1. ¿Le gusta la actividad orientada?
2. ¿Le brinda importancia a la actividad y participa en la solución de los problemas del grupo con colaboración?
3. ¿Asume cualquier responsabilidad dentro del grupo?

Para valorar las condiciones del área, preparación y condiciones de los medios se consideraron:

Muy buena (5 puntos): buenas condiciones y preparación del área de actividades, así como los medios en óptimas condiciones y cantidades.

Buena (4 puntos): condiciones y preparación del área con algunas dificultades y los medios en correctas condiciones, aunque no estuvieron en las cantidades que se requerían.

Regular (3 puntos): cuando las condiciones del área, su preparación, y los medios presentaron dificultades, lo que repercutían en el cumplimiento de los objetivos de la actividad.

Mal (2 puntos): cuando no existe condiciones y preparación del área de actividades, además se realizaba la actividad sin medios, lo que repercutían en el cumplimiento de los objetivos.

Acerca de la motivación de los niños y niñas:

Muy buena (5 puntos): cuando la actividad, atendiendo a cada parte, el escolar evidenciaba agrado, entusiasmo y optimismo que posibilitaba un aumento de energía en la actividad.

Buena (4 puntos): cuando el escolar mostraba agrado y entusiasmo hacia la actividad.

Regular (3 puntos): cuando el alumno evidenciaba cierto desagrado y apatía manifestándose un poco de debilitamiento y disminución de la energía de la actividad.

Mal (2puntos): cuando el pionero demostraba cierta apatía, manifestándose una disminución total de la energía de la actividad.

En relación al valor y sus indicadores los criterios evaluados se distribuyeron de la siguiente forma:

Muy buena (5 puntos): los alumnos cumplen a cabalidad la exigencia del indicador

Buena (4 puntos): los discípulos cumplen con el indicador presentado.

Regular (3 puntos): los escolares presentan deficiencia para cumplir el indicador.

Mal (2 puntos): los escolares no cumplen con el indicador a observar.

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

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 XXV Año X Octubre 2021

Acciones educativas para dar tratamiento a la Educación Ambiental Acústica desde el programa de Educación Física de 7mo grado de la Escuela Secundaria Básica Urbana "Pedro Agustín Pérez" del municipio Guantánamo.

Educational actions to give treatment to the Environmental Acoustic Education from the program of Physical Education of 7mo grade of the Basic Urban High School Pedro Agustín Pérez of the municipality Guantánamo

Lic. José Oslé García. Prof. Instructor 1, MSc. Fredis Torres Cribe. Prof. Auxiliar 2

Centro de trabajo: Universidad de Guantánamo, Facultad de Cultura Física. 1 Centro de trabajo: Universidad de Guantánamo, Facultad de Cultura Física 2

Dirección postal: Guantánamo Cuba, CP 95 100 Teléf. 21-32 78 61. www.cug.co.cu.

e-mail: ftorres@cug.co.cu

Resumen:

Este trabajo de investigación está enmarcado en la línea de la Educación Ambiental y aborda específicamente el problema de la contaminación ambiental acústica. Se toman como referencia aspectos históricos y teóricos-metodológicos relacionados con la educación ambiental acústica y su tratamiento desde la asignatura Educación Física en el grado 7mo que se imparte en la Escuela Secundaria Básica Urbana "Pedro Agustín Pérez "del municipio Guantánamo. A partir de estos referentes se realizó un estudio diagnóstico con la aplicación de diferentes métodos y técnicas de investigación educativa para caracterizar la situación actual del problema objeto de investigación, donde se constató que es insuficiente el tratamiento a la Educación Ambiental Acústica desde los contenidos del programa de esta asignatura. Para darle solución a esta situación se elaboran acciones educativas para dar tratamiento a la educación ambiental acústica en los contenidos de lo citado anteriormente. Los resultados obtenidos en el proceso de aplicación de las acciones educativas revelaron su viabilidad y factibilidad en la transformación del problema científico identificado.

Palabras clave: education; ambient; acoustical

Abstract:

This research work is delimited in the Environmental Education's line and you discuss the problem of the environmental acoustic contamination specifically. Metodológicos related with the environmental acoustic education and his treatment from the subject of study take like reference historic aspects and theoreticians Physical Education in grade 7mo that is given at the Basic Urban High School "Pedro Agustín Pérez "of the municipality Guantánamo. As from this referent you accomplished a

diagnostic study with the application of different methods and I object techniques of educational investigation to characterize the present-day situation of the problem of investigation, where the fact that the treatment is insufficient verified itself to the Environmental Acoustic Education from the contentses of the program of this subject of study. The educational stock to give treatment to the environmental acoustic education in the contentses of what's above-mentioned become elaborate in order to give solution to this situation. The results obtained in the process of application of the educational actions revealed his viability and feasibility in the transformation of the scientific identified problem.

Key words: education; environmental; acoustics

Recibido: 20 de junio de 2021 Aceptado: 30 de julio de 2021

INTRODUCCIÓN

El deterioro creciente del Medio Ambiente (MA) ha puesto en tela de juicio si el mundo es capaz de resistir la acción depredadora del hombre. Mucho se habla de los problemas globales del MA causados por el hombre. Crece el número de publicaciones con cifras elocuentes e irrebatibles, de cuántas hectáreas de bosques, tierras cultivables y especies biológicas desaparecen cada año. Indudablemente el mundo que heredan las generaciones del mañana está lleno de problemas e incertidumbres y es el fruto del actuar irresponsable y egoísta.

Nuevos problemas ambientales surgen y otros que ya existían se acrecientan impetuosamente. Un ejemplo de ello es la Contaminación Ambiental Acústica (CAA), problema medio ambiental que toma auge en la actualidad, caracterizado por un avance acelerado de la ciencia y la tecnología, que junto a estilos y hábitos de vidas incorrectos hacen que este se convierta en uno de los que deterioran las condiciones de vida en asentamientos humanos.

La atención a la Educación Física (EF), el deporte y la recreación constituyen en nuestros días una de las tareas priorizadas para la sociedad cubana en su conjunto, debido a la enorme importancia que tal asunto recibe en la estrategia para garantizar la sana continuidad del proyecto socialista.

La práctica de ejercicios físicos proporciona el desarrollo de todas las capacidades físicas del hombre, aunque en cada caso algunas de ellas adquieren una importancia significativa. A su vez esta práctica conduce a la formación y perfeccionamiento de los hábitos, las habilidades motrices, con el cual se pone de manifiesto el carácter de la multipotencia de los ejercicios físicos.

Sin embargo, asociada a la práctica del deporte y la recreación física existen problemas que afectan a la sociedad cubana en general, tal es el caso de la contaminación ambiental acústica.

La CAA es una problemática generalizada en todos los países del mundo, acrecentada en las grandes y medianas ciudades. Sin embargo, no es privativa de estas ciudades, pues, existen pequeños asentamientos con altos índices de contaminación acústica, motivado, principalmente, por la insuficiente educación ambiental que poseen sus pobladores.

En nuestro país la contaminación acústica es una de las problemáticas ambientales que con mayor sistematicidad se refleja en los diferentes medios de comunicación masiva, lo cual muestra de que es un problema que toma dimensiones globales. Sin embargo no se aprecia en los momentos actuales una unidad de acción entre el gobierno, instituciones gubernamentales y no gubernamentales en aras de solucionar dicha problemática, la cual es generada por la sociedad y a la vez afecta a toda la sociedad. Esto hace que esta contaminación ambiental se convierta en un problema social que deba ser abordado desde las instituciones educativas.

Si bien es cierto que existen disposiciones jurídicas que abordan, entre otras cuestiones, normas y regulaciones sobre contaminación acústica (ley 81 del Medio Ambiente: En el título XII, sobre salud y calidad de vida, en su capítulo III, se refiere al ruido; Ley 65 de vivienda, artic.92; Normas cubanas Nro26:07; Ley 60 código de vialidad y tránsito, artic.177 y178), entre otros. Sin embargo estas por sí solas no permiten resolver la problemática ambiental.

El programa de Educación Física que se imparte en el 7mo grado de la educación secundaria básica permite recrear el paisaje tanto natural, social como espiritual del medio ambiente. A través de las actividades recreativas y deportivas que se realizan en la escuela los docentes de EF pueden contribuir al desarrollo de una Educación Ambiental Acústica (EAA) en los estudiantes, al incidir educativamente en la no realización de ruidos ambientales que afecten al medio ambiente en general y a la sociedad en particular.

Una exploración diagnóstica a la práctica educativa, en la que se encuentra inmersa la educación secundaria básica, refleja la incorporación de temas relacionados con esta problemática. Tal es el caso de los contenidos de los programas del plan de estudio de algunas asignaturas que se imparten en los diferentes grados como: Física, Biología, Geografía, y otras. Sin embargo su tratamiento desde los contenidos del programa de Educación Física es insuficiente, a pesar de contener potencialidades suficientes para su tratamiento.

Durante este estudio se utilizaron métodos científicos de investigación, aplicados a estudiantes del 7mo grado y profesores, lo que evidenció:

La existencia de la contaminación ambiental acústica, provocada por factores externos (ruidos producidos por el transporte, actividades socioeconómicas de instituciones estatales aledañas y la amplificación de música a altos decibeles, por parte de vecinos) e internos (proyección sonora de las videoclases y teleclases a altos decibeles; Amplificación del audio a altos decibeles, en actividades recreativas y culturales e incorrectos hábitos de educación formal en la comunicación interpersonal, tanto de estudiantes como de docentes). Todo ello afecta la salud de estudiantes, trabajadores y al proceso de enseñanza aprendizaje que se desarrolla en la escuela.

Los profesores y estudiantes evidencian una insuficiente educación ambiental, manifestado en el poco conocimiento, de la CAA, de sus manifestaciones, de su evolución, consecuencias y regulaciones jurídicas al respecto; entre otros elementos.

ISSN: 2253-6604

Insuficiente tratamiento a la educación ambiental acústica en las clases de Educación Física

Son insuficientes las acciones educativas, que se realizan en la escuela, desde la educación física, para contribuir al desarrollo de una EAA, en los estudiantes.

Teniendo en cuenta lo anteriormente señalado se declara como Problema investigativo a resolver: ¿Cómo dar tratamiento a la educación ambiental acústica desde la asignatura de Educación Física en el 7mo grado en la Escuela Secundaria Básica Urbana "Pedro Agustín Pérez" del municipio Guantánamo.

Objetivo investigativo: Elaborar acciones educativas para dar tratamiento a la educación ambiental acústica desde la asignatura Educación Física en el 7mo grado de la Escuela Secundaria Básica Urbana "Pedro Agustín Pérez" del municipio Guantánamo.

MATERIALES Y MÉTODOS

Se tomó como población a los estudiantes de 7mo grado de la Escuela Secundaria Básica Urbana "Pedro Agustín Pérez" del municipio Guantánamo (201) y profesores de educación física (4).

Muestra: Se seleccionó como muestra, al azar dos grupos del grado séptimo (A B) con un total de 60 estudiantes (30 del A y 30 del B) y 4 profesores de Educación Física docentes de ambos grupos escolares los que conforman el 30% de la población total.

Durante el desarrollo de la investigación se utilizaron métodos científicos del nivel teórico, empírico y matemáticos estadísticos.

Métodos teóricos: Histórico y lógico: para determinar las tendencias del tratamiento a la EA, y en particular la EAA. Análisis y síntesis: permitirá la determinación de los elementos constituyentes del problema y sintetizarlos en un cuerpo coherente, así como conocer las condiciones reales del actual proceso de EAA y su tratamiento desde la asignatura Educación Física 7mo grado. Inductivo y deductivo: permitió determinar las características particulares del tratamiento a la EAA desde los contenidos del programa Educación Física 7mo grado. Sistematización: para sistematizar los referentes teóricos y metodológicos existentes en las literaturas científicas que abordan el problema de investigación y elaborar los fundamentos teóricos metodológicos que lo fundamentan.

Del nivel empírico: Observación: Se observaron clases y actividades metodológicas para determinar la factibilidad de que los profesores puedan impartir estos contenidos con la calidad requerida a sus alumnos y para evaluar el dominio teórico - práctico de los estudiantes en estos temas. Entrevista: a estudiantes y profesores de Educación Física, para constatar los conocimientos y habilidades de EAA que poseen, así como las vías que emplean para su tratamiento y sus valoraciones acerca del impacto de las obras expuestas. Encuesta: a los estudiantes y profesores de Educación Física, para obtener sus criterios y valoraciones sobre la temática que se investiga; determinar las necesidades y prioridades a tener en cuenta en el tratamiento a la EAA. Estudio documental: para la revisión de documentos normativos de educación ambiental y Educación Física, para constatar el

ISSN: 2253-6604

tratamiento a la EAA evidenciada en la preparación metodológica de las asignatura Educación Física que se imparte en la escuela objeto de investigación. Criterio de usuarios: Se aplicó a los profesores y estudiantes que participaron en la investigación para valorar la pertinencia y factibilidad de las acciones educativas. Propuestas. Del nivel matemático: El cálculo porcentual: para la cuantificación de los resultados y la utilización de tablas.

RESULTADOS

Condiciones para la realización de los ejercicios durante las actividades.

1. Su iluminación adecuada y el espacio apropiado. Es importante que se preste atención a esta condición, ya que de esta manera es posible evitar que los niños tropiecen y se golpeen. 2. Atención a las potencialidades y necesidades de los niños en la esfera motora. Correspondencia del ejercicio con la rima, la canción o el juego de movimiento. 3. Selección adecuada del contexto. Esto propicia la vinculación del niño con el mundo que lo rodea, ya que las actividades se pueden realizar en el hogar o fuera de este, lo que posibilita que interactúe con otros niños o adultos. 4. Preparación de los medios. Según el ejercicio a realizar, deben prepararse los medios necesarios, sean estos naturales o creados por la familia o el ejecutor. 5. Combinación de ejercicios compuestos por diferentes habilidades motrices. 6. Participación de otros miembros de la familia durante las actividades. Los padres, hermanos, tías y otros familiares deben realizar estas actividades con los niños. 7. Culminación de la actividad con ejercicios de recuperación. Estos ejercicios regulan el organismo del niño después del esfuerzo realizado. Ej. Caminar lentamente, ejercicios respiratorios.

¿Cómo la familia puede valorar la ejecución de los ejercicios de la esfera motora durante las actividades que realiza con los niños?

La valoración del resultado del trabajo en las distintas actividades constituye un componente de suma importancia para el logro de los objetivos trazados, ya que mediante ella es posible constatar si los resultados obtenidos han sido o no favorables.

Propuesta de juegos de movimiento.

Estos juegos se clasifican en exteriores, grupals, activos, de habilidad y agilidad.

Juego No 1.

Nombre: unidos, dibujamos y completamos

Objetivos: ejercitar la cuadrupedia, el salto, la carrera y el completamiento para obtener la representación del dibujo en un todo.

Materiales: láminas con algunos dibujos para completar, mesas y lápices.

Ejemplo: casa, sol, carretilla, bicicleta, pelota.

Organización: los niños estarán formados detrás de una línea de salida en equipo, a 5 metros estará ubicada una mesa con láminas de algunos dibujos, a 10 metros estará ubicada una valla.

Desarrollo: a la voz de la ejecutora los primeros niños de cada equipo saldrán desplazándose en cuadrupedia hasta la mesa, escogerán una

ISSN: 2253-6604

lámina y completarán el dibujo, luego corren hasta la valla, saltan, siguen corriendo y se incorporan al final de la formación.

Reglas:

1- Cumplir con el recorrido.

2-Completar el dibujo.

Indicaciones metodológicas: para incorporar los padres en el juego, se ubicará un padre al lado de la mesa, para orientar a los niños sobre la figura para completar el dibujo, y otro se situará a 1 metro de la valla para darle seguridad al niño al saltar y ayudarlo rápidamente si sufre alguna caída.

Juego No 2.

Nombre: hagamos pelotas de papel.

Objetivos: ejercitar la rapidez a través de la carrera entre obstáculos y mejorar la habilidad del recorte libre.

Materiales: recorte de papel de diferentes colores, cuatro cajas forradas de colores según los recortes.

Organización: se forman dos equipos, se colocan las cajas forradas de colores a una distancia de 3 metros estarán colocados objetos para la carrera en zig zag, en una cesta se ubicarán los papeles de colores que deberán ser rasgados según la figura geométrica que tengan pintada y luego saldrán corriendo hasta donde estará situada la caja forrada con el color del papel rasgado y lo colocan dentro, hasta retornar a su lugar.

Desarrollo: a la voz de la ejecutora los dos primeros niños de cada equipo salen corriendo en zig- zag, cogen papel de colores, rasgan las diferentes figuras geométricas, identifican el color al echarla en la caja vacía, continúan corriendo y se incorporan al final de la formación.

Reglas:

1-Cumplir con el recorrido y el recorte.

2-Los recortes de papel deben echarse en las cajas vacías.

3- Gana el equipo que primero llegue a su último participante.

4- Que no se equivoquen al identificar los colores.

Indicaciones metodológicas: la familia conjuntamente con los niños valora su participación el juego y el cumplimiento de sus objetivos y tendrán en sus manos la caja con los papeles de colores a rasgar, y orientarán a los niños sobre cómo realizar el rasgado.

Juego No 3.

Nombre: De mayor a menor.

Objetivo: ejercitar el salto con la imitación de una rana y ordenar por orden de tamaño las figuras geométricas.

Materiales: figuras geométricas de papel en diferentes tamaños, banderas.

Organización: los niños estarán formados en equipos detrás de una línea de salida, a 5 metros estará situada una mesa con las figuras de papel de

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

diferentes tamaños, entre 5 a 6 figuras de cada tipo y de diferentes tamaños.

Desarrollo: a la voz de la ejecutora los primeros niños de cada equipo saldrán corriendo hasta la mesa ordenarán las figuras geométricas escogidas de 6-7 y continúan saltando hasta darle la vuelta a las banderitas y se incorporan al final de la formación.

Reglas:

1- Cumplir con el recorrido y el ordenamiento de las figuras.

2- Gana el equipo que primero termine.

Indicaciones metodológicas: la familia se ubicará como si fueran las banderitas, y darán una palmada mano con mano al niño cuando venga a darle la vuelta para estimular el desempeño del niño.

Juego No 4

Nombre: unidos podemos armar.

Objetivos: ejercitar el desplazamiento en cuadrupedia e identificar el antecesor y sucesor de los números.

Materiales: tarjetas de cartón, bandera y una mesa se ubicará la mesa con las tarjetas

Organización: los niños formados en hilera detrás de una línea de salida a una distancia de tres metros ubicado una bandera y a 10 metros enumeradas del 1 al 10.

Desarrollo: a la señal de la ejecutora, los primeros niños de cada hilera saldrán desplazándose en cuadrupedia hasta donde está la bandera, le darán la vuelta, continúan corriendo hasta la mesa, a la voz de mando se orientará el número al cual tendrán que identificar el antecesor o el sucesor según la orden.

Reglas:

1- Que los niños se desplacen en la cuadrupedia.

2- Que identifiquen el antecesor y el sucesor según corresponda.

3- Gana el equipo que primero termine y no se equivoque en la identificación.

Indicaciones metodológicas: la familia se ubicará al lado de la mesa y dará la voz de mando del número que deberán de identificar el antecesor y sucesor, y llevarán la puntuación.

Juego No 5.

Nombre: los animales a su casita.

Objetivos: ejercitar el desplazamiento en cuadrupedia invertida y la imitación de los animales.

Materiales: tarjetas de animales conejo, gato, paloma, rana, perro y caballo

Organización: estarán organizados los niños en cuatro equipos detrás de la línea de partida, a 5 metros estarán ubicadas las cajitas con tarjetas de animales, a 3 metros estarán las casas de resguardo.

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

Desarrollo: a la señal de la ejecutora los primeros niños de cada equipo saldrán desplazándose en cuadrupedia invertida hasta las cajitas, cogerán una tarjeta se la pondrán en el cuello en forma de collar, saldrán hacia la casita imitando el movimiento del animal que escogió donde se quedarán.

Reglas: 1- Cumplir con el recorrido.

2- Imitar el movimiento del animal al trasladarse.

3-Gana el equipo que primero guarde todos los animales en las casas.

Indicaciones metodológicas: la familia estará formando cuartetos agarrados de las manos formando la casa.

Juego No 6.

Nombre: guardar las pelotas.

Objetivo: ejercitar la carrera y la identificación de los colores.

Materiales: pelotas de colores, morrales de colores.

Organización: estarán organizados los niños en dos equipos, a la voz de mando de la ejecutora, saldrán corriendo los primeros niños de cada equipo con una pelota de color debajo de cada brazo, a 10 metros estará ubicado un pino con morrales de colores.

Desarrollo: a la señal de la ejecutora los primeros niños de cada equipo saldrán corriendo con las pelotas de colores debajo de los brazos, hasta llegar al pino, donde estarán ubicados los morrales de diferentes colores, los niños introducirán las pelotas en correspondencia con elcolor del moral.

Reglas: 1- Cumplir con el recorrido.

2-Gana el equipo que primero guarde todas las pelotas según el color identificado.

Indicaciones metodológicas: la familia estará al final del recorrido con un cinturón con los morrales de colores imitando los pinos.

DISCUSIÓN

Se considera oportuno plantear que el proceso educativo que tiene como contenido de estudio el tratamiento educativo de la contaminación ambiental acústica es conceptualizado, por Ugarte W. (2009) con el término educación ambiental acústica, definiéndolo como:

Proceso educativo que, desde un enfoque de desarrollo sostenible, facilita la transmisión y adquisición de contenidos (conceptuales, procedimentales y comportamentales), para el tratamiento integral de la contaminación ambiental acústica, en aras de educar a las actuales y futuras generaciones en la necesidad de participar en la prevención, mitigación o eliminación de la contaminación ambiental acústica, contribuyendo a armonizar la relación hombre-naturaleza-sociedad.

La educación ambiental acústica se enmarca en el contexto de la educación ambiental, como una dimensión de esta y no como un nuevo tipo de educación ambiental. Su tratamiento desde la asignatura Educación Física es concebido no como una suma de acciones adicionales a las ya planificadas en relación a la educación ambiental, sino como un complemento que enriquece a esta última.

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

El proceso de educación ambiental acústica desde la asignatura Educación Física tiene entre sus fundamentos teóricos aspectos gnoseológicos, filosóficos, ambientales, sociológicos, pedagógicos y psicológicos, los que se abordan a continuación.

Los fundamentos **filosóficos** en que se sustenta la estrategia pedagógica parten de asumir reconocer como concepción filosófica general, la filosofía Marxista Leninista y como base metodológica la dialéctica materialista. Partir desde ésta concepción, le permitió al autor, determinar características de las diferentes etapas por la que ha transitado la educación ambiental acústica en su evolución histórica. En relación al estudio de la contaminación ambiental acústica, la aplicación de los principios que rigen la dialéctica materialista, revelen el carácter histórico, ecológico y socioeconómico.

Los fundamentos **psicológicos** en que se sustenta la educación ambiental acústica parten de asumir como referentes psicológicos fundamentales, los del paradigma histórico-cultural en lo referido a considerar al hombre como un ser biopsicosocial; el papel de la mediación del contexto sociocultural en el proceso de educación y particularmente en la educación ambiental acústica. Además se asume la concepción de la unidad de lo cognitivo y lo afectivo en el desarrollo de la personalidad.

Desde el punto de vista **sociológico** se parte de reconocer el proceso de educación ambiental acústica y su objeto de estudio como fenómenos que tienen una dimensión social, pues en el proceso de actividad y comunicación que establece el hombre, en la sociedad como ser social, se manifiesta esta problemática ambiental.

Un fundamento sociológico de suma importancia del proceso de educación ambiental acústica está dado en reconocer las influencias educativas, positivas o negativas relacionadas con la educación ambiental acústica, que sobre el estudiante se ejerce en los diferentes contextos donde él se desempeña (escuela, familia y comunidad).

Desde un punto de vista **pedagógico** la educación ambiental acústica es reconocida un proceso eminentemente educativo, la que, para el caso particular de esta investigación se circunscribe en el marco del proceso pedagógico que se desarrolla en estas instituciones educativas y desde estas instituciones hacia la comunidad. Uno de los fundamentos pedagógicos en los que se sustenta el proceso de educación ambiental es la relación dialéctica entre las categorías pedagógicas: instrucción-educación. Dentro de los fundamentos pedagógicos que sustentan la educación ambiental acústica se encuentra el papel protagónico en la educación de los estudiantes del ejemplo personal del colectivo pedagógico, y en particular del profesor.

Teniendo en cuenta las exigencias sociales que demanda el desarrollo del proceso de EAA y las potencialidades del modelo de escuelas secundarias básicas para el desarrollo de este proceso se concibe la estrategia pedagógica de educación ambiental acústica.

Sustentado en la idea planteada por Nuestro Comandante en Jefe que "El deporte, la educación y la recreación debe practicarse como medio de expansión y solidaridad entre la población de la exaltación de los más altos valores", la educación ambiental acústica encuentra en la asignatura de EF una vía para su instrumentación en la práctica educativa y la trasformación

ISSN: 2253-6604

psicosocial de los estudiantes, pues el respeto y la solidaridad son valores esenciales a trabajar en la prevención de la CAA.

La Educación Física, como asignatura tiene un papel importante como parte integrante del desarrollo armónico e integral del escolar, se incluye en todos los planes de estudio, desde el preescolar hasta el segundo año de cada carrera universitaria, se practica a través de los Programas y Orientaciones Metodológicas correspondientes de cada grado. Los programas incluyen como contenidos ejercicios de orden, formaciones, juegos que contribuyen al desarrollo de habilidades, capacidades físicas y hábitos Se transmiten conocimientos instructivos y educativos, a través de los cuales se facilita el tratamiento a la educación ambiental acústica.

En tal sentido la Educación Física escolar no ha de estar centrada solo en el movimiento sino en el estudiante, en sus vivencias, experiencias, necesidades, motivos e intereses, como sujeto activo, como personalidad en formación, dentro de este proceso.

Teniendo en cuenta que esta asignatura es una vía idónea para la formación de convicciones sobre la conservación y protección del medio ambiente, partiendo de los contenidos propios de la misma y que se realiza fundamentalmente al aire libre, en contacto directo con el medio natural y que entre sus objetivos tiene, la de eliminar el estrés y la sobre carga intelectual, el mantenimiento de una forma física que eleva el desarrollo de los procesos metabólicos, morfofuncionales y hábitos correctos para el mantenimiento de la salud y por tanto la calidad de la vida, no podemos desaprovechar estas posibilidades para el desarrollo de la EAA.

Con el objetivo de caracterizar el estado actual del tratamiento a la educación ambiental acústica en la escuela secundaria básica Pedro Agustín Pérez desde la asignatura Educación física 7mo grado se utilizaron diferentes métodos. A partir de esta selección se determina como población a los docentes que imparten la asignatura educación física que trabajan en el 7mo grado y los estudiantes del grado 7mo grado. Una vez identificada la población se selecciona la muestra la cual estuvo conformada por los 4 docentes que imparten la asignatura educación física que trabajan en el 7mo grado y los estudiantes de los grupos 7mo A y B que suman 60. Este estudio inició con un análisis documental, para el que se elaboró una guía (anexo # 1)

El estudio documental se inició con el análisis de la estrategia educativa de la escuela, del grado y del grupo, en las que se identificaron las limitaciones siguientes:

En el 100% de las estrategias analizadas, el diagnóstico general tiene tendencia al tratamiento de los problemas de aprendizaje, específicamente de las asignaturas priorizadas y en los casos en que se aborda la temática ambiental no está presente el tratamiento educativo a la contaminación ambiental acústica.

El tratamiento a las fechas relacionadas con la educación para la salud y ambiental no tienen implícitas el 24 de abril como día internacional de concientización respecto al ruido.

Es bueno señalar que existe interés en los profesores y estudiantes en abordar el tema y estudiarlo para su enseñanza y aprendizaje.

ISSN: 2253-6604

El estudio documental realizado a los programas de las asignaturas que se imparten en la educación, la preparación de la asignatura y a los planes de clases que poseen potencialidades para el tratamiento a la educación ambiental acústica reveló los siguientes resultados:

Programas de la asignatura.

A pesar de que en el programa de la asignatura aparecen contenidos que de forma explícita e implícita tienen potencialidades para el tratamiento a la educación ambiental acústica. Sin embargo las orientaciones metodológicas no guían suficientemente al profesor para un tratamiento integral a la misma.

Se trabaja para mejorar lo anteriormente señalado.

Preparación de las asignaturas y planes de clases:

El 100 % de la preparación de las clases de EF no revelan el tratamiento a esta problemática, a pesar de ser esta una de las actividades identificadas como fuentes de contaminación ambiental acústica en la escuela. Por lo que estas clases no se contextualizan a las necesidades sociales de los contextos donde actúan los estudiantes.

No se aprovechan las potencialidades de los contenidos para caracterizar el estado actual de la problemática en los contextos donde actúan los estudiantes, proyectar acciones para su transformación, ni la reflexión acerca del estado deseado.

No obstante existen condiciones para explotar el tema desde la EF.

En relación a los libros de textos y otros medios de enseñanza:

El tratamiento a contenidos que guardan alguna relación con la contaminación ambiental acústica es abordado, preferentemente, en los libros de textos de las asignaturas de Física, Biología, Educación Artística y Geografía. Sin embargo es insuficiente su tratamiento desde la asignatura EF.

El sistema de materiales didácticos consultados (software, documentales educativos, literaturas presentes en la biblioteca, entre otros), revelan la necesidad de sistematizar los conocimientos relacionados con la educación ambiental acústica y contextualizarlos a las características de los contenidos de la asignatura Educación Física.

Se trabaja para mejorar la actualización bibliográfica, documental, e informático sobre el tema tratado.

Para profundizar en la caracterización actual del proceso de educación ambiental acústica se realizó una constatación en la práctica educativa, se aplicaron diferentes métodos y técnicas aplicadas a estudiantes, profesores y directivos de las escuelas seleccionadas

La valoración de los principales resultados se muestra a continuación:

Principales resultados de la encuesta aplicada a los estudiantes (**Anexo # 2**)

La encuesta fue aplicada a 60 estudiantes. En relación al conocimiento de los principales conceptos relacionados con la educación ambiental acústica se revela que:

ISSN: 2253-6604

Solo el 2,1 % emiten una definición adecuada del concepto ruido, al abordar todos los enfoques, tanto física, ecológico, psicológico, fisiológico, socioeconómico, reconocen al ruido, explícitamente, como un problema ambiental. Sin embargo, el 73,1 % lo definen de manera inadecuada, pues solo mencionan uno o dos enfoques preferentemente el físico y el psicológico.

Insuficiente conocimiento del término contaminación ambiental acústica, pues los que lo identifican como problema ambiental no sobrepasan el 24 %. Sin embargo cuando se hace referencia al término ruido ambiental, los que identifican sobrepasan el 94 %.

El 80,7 % identifican la presencia de manifestaciones de contaminación ambiental acústica en la escuela y el 94,5 en el barrio. Señalan alguna manifestaciones, pero no reconocen la contaminación ambiental acústica como un peligro para la salud humana. Esto justifica la necesidad de trabajar para combatir este flagelo.

Al referirse a las consecuencias de la contaminación ambiental acústica ninguno de los estudiantes se ubica en la escala de adecuado al no reconocer la contaminación ambiental acústica, explícitamente, como un problema ambiental que afecta integralmente al sistema de elementos que componen al medio ambiente.

El 100% de los estudiantes proponen medidas educativas, las que se clasificaron en docentes, extradocentes y extra escolares. Sin embargo es significativamente insuficiente el anuncio de acciones de gestión para mitigar o reducir los niveles de ruidos. Tampoco aluden a la aplicación de las disposiciones jurídicas.

Resultado de la encuesta a los profesores (**Anexo # 3**)

Evidencian un mayor tratamiento hacia los problemas ambientales naturales en relación con los socioeconómicos.

Al definir su concepto de contaminación ambiental acústica solo 3 profesores, para un 75% ofrecen una definición adecuada de la misma, el 28,8% se ubica en la categoría de poco adecuada y 66,1% en la categoría de no adecuada.

El 100% de los docentes encuestados revelan la existencia de manifestaciones de la contaminación ambiental acústica en la escuela y en el barrio.

Al responder acerca de cuáles de estas manifestaciones las consideran como problema ambiental, ninguno identificó a los sonidos provocados por fuentes naturales. Además, los valores más bajos fueron para las situaciones siguientes: hablar alto entre dos o más personas 25%; gritar en los pasillos o llamar a gritos 50%, arrastrar sillas y mesas 75%, conversar alto en las bibliotecas u otro lugar 25%. Todo ello demuestra la concepción restringida que poseen los docentes de esta problemática ambiental.

En relación a las causas de la contaminación ambiental acústica, solo el 25% de los profesores las enuncia adecuadamente y el 50% lo hace inadecuadamente. Es llamativo el poco conocimiento de las causas de contaminación ambiental acústica de origen natural y personal, pues solo

ISSN: 2253-6604

el 50% y el 25% de los profesores las mencionan, no así con las de origen socioeconómico donde el 75% las menciona.

En relación a las consecuencias de la contaminación ambiental acústica, solamente el 50% enuncia adecuadamente estas consecuencias, el 50% lo hace de manera poco adecuada y el 75% inadecuadamente. En este sentido, cabe señalar que los efectos ecológicos son apenas mencionado por el 25% de los encuestados, predominando en los efectos sobre los seres humanos, aunque en estos se evidencia una tendencia a abordar solo los fisiológicos y algunos psicológicos. Apenas se mencionan los efectos socioeconómicos y los efectos sobre los procesos educativos en particular.

Solo 25% de los profesores plantean que la asignatura Educación Física posee potencialidades para el tratamiento a la educación ambiental acústica; sin embargo reconocen que estas potencialidades no se aprovechan.

El 100% de los encuestados no tuvo en cuenta el tratamiento a contenidos de la educación ambiental acústica el 24 de abril Día internacional de concienciación respecto al ruido, desde las clases de Educación Física.

Principales resultados obtenidos con la entrevista grupal a los estudiantes (**Anexo # 4**).

Como parte de la caracterización del estado inicial del proceso de educación ambiental acústica se realizó una entrevista grupal a los estudiantes seleccionados de la escuela secundaria básica objeto de investigación arrojaron los siguientes resultados:

El 100% reconoce que en la escuela existen manifestaciones de contaminación ambiental acústica. De la misma forma el 100% reconocen que es insuficiente el conocimiento, que poseen los estudiantes sobre esta problemática ambiental.

Entre las posibles causas de este insuficiente conocimiento el 97,6% plantean el insuficiente tratamiento de la temática en las clases, el 95,3% plantea que es muy poco abordada en las diferentes actividades educativas que se realizan en la escuela.

En relación con la propuesta de medidas para enfrentar esta problemática ambiental, el 85, 9 % enuncian medidas educativas y solo el 14,1 % de los estudiantes proponen realizar medidas de gestión ambiental (medidas técnicas).

Los estudiantes reflejan un desconocimiento de las disposiciones jurídicas que se relacionan con la contaminación ambiental acústica, ya que solo un estudiante (1,2%) plantea conocer alguna de estas disposiciones jurídicas, en contraste con el 93,7% que dice no conocerlas.

De igual forma, al referirse a las consecuencias de la contaminación ambiental acústica ningún estudiante las enuncia adecuadamente. Sin embargo, enuncian algunas de las consecuencias ecológicas de manera poco adecuada (solo el 3,5%), de esta misma forma enuncian las consecuencias sobre los seres humanos el 24,7% y solamente el 37,6% enuncian las consecuencias sobre las actividades socioeconómicas.

De las asignaturas que se imparten en el grado solo en 4 los estudiantes señalan que se ha abordado la temática, aunque predomina su tratamiento desde las Ciencias Naturales con un 89,4%, Educación Artística 28,2% y

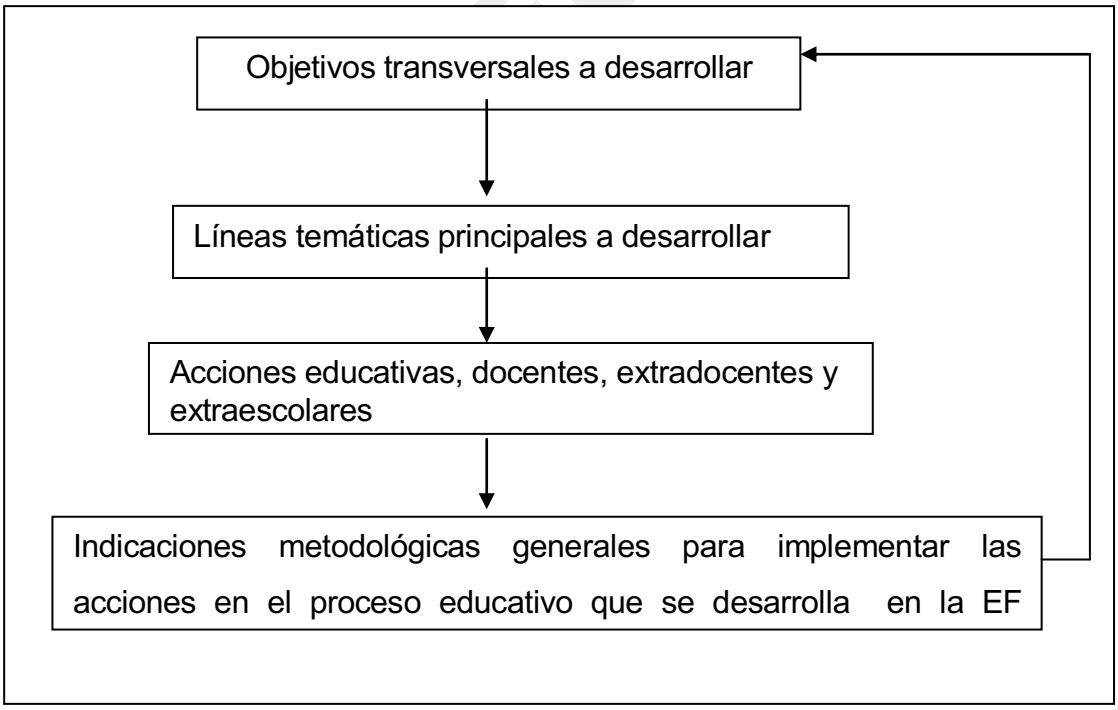
ISSN: 2253-6604

Educación Cívica con un 5,9% y solo un 3,5% plantea que se ha abordado desde la asignatura de Español Literatura. **Fundamentación de las acciones educativas propuestas.**

Las acciones están previamente planificadas y consideradas como propuestas las reduce a la espontaneidad. La determinación final de las acciones se realizará en conjunto, donde participen todo el personal que interactúa en el proceso pedagógico que se desarrolla en la secundaria básica. Las mismas dirigidas al fortalecimiento de conocimientos de EAA con el propósito de contribuir al desarrollo del individuo ambientalmente responsable, no pueden concebirse como acciones aisladas, todo lo contrario deben ser continuas y permanentes, en las cuales deben estar reflejados los intereses, necesidades y motivos, de los principales actuantes, detectados en el diagnóstico.

La estructura de las acciones no debe ser rígida, debe ser flexible, de forma tal que pueda permitir la retroalimentación de informaciones y perfeccionarlas a las situaciones concretas que puedan provocar los cambios cualitativos y cuantitativos que se producen en los estudiantes. El nivel de flexibilidad que se tenga permitirá perfeccionar las mismas constantemente, según las ideas o criterios que planteen los beneficiarios y usuarios. Debe permitir elaborar nuevos objetivos, incorporar nuevas temáticas, como resultado de la práctica y la aplicación de nuevos instrumentos para constatar su nivel de efectividad y viabilidad.

Para el diseño de las acciones educativas se tuvo en cuenta:



Objetivos transversales a desarrollar:

Conocer las normas de comportamiento social relacionadas con la prevención de la contaminación ambiental acústica durante la realización de prácticas de deportes o actividades físicas recreativas, o como espectador de estas actividades.

ISSN: 2253-6604

Valorar la importancia de la actividad física y recreativa para la salud sin contaminar el medio ambiente.

Argumentar la necesidad del uso de equipos de amplificación de audio en las actividades físicas recreativas previniendo la contaminación ambiental acústica.

Explicar las medidas necesarias para no producir un impacto negativo en el medio ambiente al realizar actividades físicas y recreativas, específicamente en los procesos comunicativos y de enseñanza aprendizaje que se desarrollan en las instituciones escolares. En el caso de las que se realizan en las comunidades es necesario evitar causar molestias en los horarios de descanso y de sueño.

Desarrollar actividades físico-recreativas respetando las normas de convivencia social y que promuevan la educación ambiental acústica en la escuela.

Realizar actividades en el medio natural de forma creativa y responsable, conociendo el valor del medio natural y la importancia de contribuir a su protección y mejora.

LÍNEAS TEMÁTICAS BÁSICAS:

Las acciones, deben abordar las siguientes temáticas:

1. Conceptos de Medio Ambiente, Contaminación Ambiental acústica, Educación Ambiental Acústica.

2. Identificación de las principales fuentes, causas y consecuencias de la Contaminación Ambiental Acústica.

3. Medidas para prevenir, atenuar o eliminar la Contaminación Ambiental Acústica.

4. Normas de comportamiento social en actividades físico-recreativas y deportivas.

Actividades docentes.

Acción # 1. Introducción de la educación ambiental acústica en el programa de Educación física 7mo grado. A continuación se presenta una propuesta para su tratamiento:

Fecha: Noviembre

Unidad	Contenido.	Línea temática básica	Instrumentación pedagógica.
Gimnasia básica	Capacidades	#1; #2; #3, #4	Dentro de las normas para la realización de los ejercicios se explicará la necesidad de disminuir los ruidos ambientales con vista a ganar en concentración. Esto posibilita la identificación de fuentes de

ISSN: 2253-6604
MUSEO DEL JUEGO

			contaminación ambiental acústica.
Atletismo	Carreras	#2, #4	Estos contenidos posibilitan el tratamiento a las normas de comportamiento social relacionadas con la contaminación ambiental acústica, que como alumno y espectador deben asumir enla actividad física a realizar para lograr una mayor concentración y eficiencia. También facilita el aprendizaje de las consecuencias negativas de este tipo de contaminación ambiental.
Fútbol	Todos los contenidos de la unidad.	#3, #4	En el momento de la realización de los diferentes ejercicios se deben tener en cuenta sus normas,y la importancia de conocer las afectaciones de la contaminación ambiental acústica que puede interferir en la concentración de los alumnos para lograr una mejor eficiencia durante la ejecución de la actividad.
Baloncesto	Todos los contenidos de la unidad.	#2, #3, #4	Se le explicará que dentro de las condiciones necesarias para la realización del juegohay que tener en cuenta la acústica del local evitando lo más posible los ruidos ambientales externo que dificulten la concentración de los jugadores. Además se debe tener en cuenta que la práctica de este deporte no interfiera las actividades no asociadas a la clase de educación física, por ejemplo: el horario de descanso de vecinos, las actividades docentes en la escuela, etc.

Acción # 2. Elaboración de juegos didácticos.

Objetivo: Promover la elaboración de juegos didácticos para abordar contenidos de educación ambiental acústica, pueden ser por ejemplo: crucigramas, sopa de letras, adivinanzas, entre otros.

Instrumentación pedagógica: Los estudiantes elaborarán distintos juegos didácticos, desde donde, se le dará tratamiento a los contenidos de la

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

educación ambiental acústica y en los cuales pondrán de manifiesto su inteligencia y creatividad.

Acción # 3 Realizar charlas educativas donde se aborden temas relacionados con las líneas temáticas básicas.

Acción # 4 Crear un banco de materiales didácticos (impresos, en vídeo y en soporte electrónico) de temas relacionados con la problemática que aborda la estrategia pedagógica:

Material impreso: libros, recortes de periódicos, revistas; entre otros.

Artículos, libros, resúmenes de investigaciones sobre E.A, y muy particularmente sobre contaminación ambiental acústica.

Otros que se elaboren durante la investigación: dibujos, canciones, cuentos, crucigramas; entre otros.

Fecha: Permanente.

Actividades extradocentes

Acción #1. Realizar campañas de sensibilización en fechas de conmemoración ambiental con potencialidades para abordar temas educativos sobre contaminación ambiental acústica. A continuación se brindan algunas propuestas:

21 de marzo. Día Mundial de la Forestación.

7 de abril. Día Mundial de la Salud.

24 de abril. Día Internacional de la Concienciación respecto al Ruido.

5 de junio. Día Mundial del M.A.

11 de junio. Día Mundial de la Población.

Fecha: Según fecha conmemorativa

Acción # 2: Preparación de monitores para la impartición de clases que den tratamiento a la educación ambiental acústica, convirtiéndolos en promotoras de la misma.

Fecha: Una jornada científica de monitores.

Acción #3 Confeccionar periódicos murales con información sobre contaminación ambiental acústica, donde se reflejen las líneas temáticas básicas

Fecha: enero (con actualización permanente).

Acción # 4 Promover concursos de:

Conocimientos sobre los nodos cognitivos de la educación ambiental que aborda la estrategia pedagógica.

Artísticas: poesías, canciones, cuentos, dibujos, dramatizaciones; entre otras.

Fechas históricas relacionadas con el M.A.

Fecha: Según fecha conmemorativa

Acción # 5 Elaborar y publicar mensajes educativos que reflejen consejos prácticos para prevenir la contaminación ambiental acústica.

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

Fecha: Permanente.

Acción # 6 Divulgar las principales medidas para prevenir la contaminación ambiental acústica, principalmente en las áreas deportivas.

Fecha: permanente.

Acción # 7 Estimular y reconocer a aquellos estudiantes más activos en la implementación de las acciones de educación ambiental acústica planificadas.

Fecha: Marzo y Mayo.

Actividades extraescolares

Acción # 1 Promover la organización de actividades culturales, utilizar todas las potencialidades que brindan las diferentes manifestaciones artísticas: dramatizaciones, teatros, cuentos, adivinanzas, canciones, entre otras, en la escuela y en la comunidad aledaña a esta.

Acción # 2

Actividad: actividades de animaciones recreativas de forma competitivas con un enfoque medio ambiental.

Tiempo de duración: 1 hora.

Lugar: comunidad.

Objetivo de la actividad: crear nuevas motivaciones en los niños acerca del medio ambiente y al desarrollo de su formación vocacional, así como al apoyo a las actividades en la circunscripción objeto de estudio para una adecuada cultura ambiental acústica.

Método: competitivo.

Medios: micrófono

Hábitos a perfeccionar: cuidado del medio ambiente.

Participantes: los estudiantes y pobladores de la comunidad.

Responsables: Profesores de Educación Física, activistas de recreación.

Desarrollo de la actividad: esta actividad se organizará con los estudiantes de forma tal que ellos puedan ser los protagonistas, además de que puedan expresar sus motivaciones y preocupaciones en cuanto al tema, ya sea en forma de canciones, poemas, declamaciones u otras manifestaciones. Durante la actividad se debe tener en cuenta los niveles acústicos, el metal de la voz, para no afectar a los moradores.

Forma de evaluación: la forma de evaluación será con preguntas y respuestas. Pueden ser:

¿Qué han podido aprender en esta actividad?

¿Cuáles fueron para ti las mejores interpretaciones y por qué?

¿Qué mensaje crees tú que pueden tener esta actividad para tus amiguitos?

¿Por qué piensas tú que es necesario cuidar el medio ambiente?

Acción # 2. Excursiones.

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604

Objetivos: Fomentar la Cultura ambiental acústica, relacionar a los jóvenes con las características del medio físico geográfico, resaltar en ellos la cooperación y la solidaridad y crear además hábitos de cultura acústica, aprovechando la tranquilidad del entorno.

Dentro de las excursiones incluimos un paquete de actividades muy variadas entre las que se encuentran:

Visitas a lugares de interés histórico, cultural.

Visita a lugares de interés económico y medioambientales

Visita a lugares recreativos.

Forma de evaluación: Los estudiantes harán una evaluación del cumplimiento de las disposiciones legales y normas de conducta, en estos lugares y las relaciones con la comunidad.

Para valorar la factibilidad de las acciones propuestas se utilizó el método criterio de usuario. Fueron seleccionados 14 profesionales de la Cultura Física entre ellos, 9 profesores de Educación Física, 2 metodólogos de la Dirección Municipal de Deportes 1 metodólogo de la Dirección provincial de Deportes y 2 profesor del Departamento de Educación Física de la Facultad de Cultura Física, que a consideración del autor poseían las condiciones idóneas para someterla a su valoración.

La caracterización general de los usuarios donde: (35.7%) se encuentran entre los rangos de menos de 5 años de experiencia, (21.3%) de 5-10 años de experiencia profesional; (35.7%) entre 11-20 años; (7.1%) con más de 25 años de experiencia profesional.

La categoría años dedicados a la Educación Ambiental se encuentra en los siguientes rangos: (64.3%) entre 1-5 años, (35.7%) entre los 5-10 años.

En la categoría ocupacional es importante destacar que el 100% de los usuarios son profesionales con vinculación directa al proceso de Enseñanza-Aprendizaje de la Educación Física.

Una vez seleccionados los usuarios se les entregó la propuesta a evaluar y un instrumento adjunto que debían responder (Anexo # 6). Este instrumento recoge el criterio que tienen los usuarios sobre los elementos dados para evaluar la propuesta, mediante una escala de 5 categorías.

Estos resultados se comportaron de la siguiente forma:

Indicador # 1: (71.4%) de los usuarios lo evalúan de Muy de acuerdo; (28.6%) de acuerdo.

Indicador # 2: (84.9%) lo evalúa de Muy de acuerdo; (14.3%) de acuerdo.

Indicador # 3: (84.9%) lo evalúa de Muy de acuerdo; (14.3%) de acuerdo.

Al expresar los usuarios sus consideraciones acerca de la posibilidad real de implementar la propuesta se obtuvo los siguientes resultados:

(71.4%) lo evalúa de Muy de acuerdo.

(14.3%) lo evalúa de acuerdo.

ISSN: 2253-6604

(14.3%) lo evalúa ni de acuerdo, ni en desacuerdo.

Como puede apreciarse, la mayor cantidad de criterios evaluativos para los elementos propuestos a evaluar se encuentran en la categoría de Muy de acuerdo y de acuerdo predominando los de Muy de acuerdo, no ubicándose indicadores en las otras categorías.

Después de aplicados, analizados y procesados los criterios individuales y colectivos dados por los usuarios se pudo constatar que la propuesta es muy adecuada ya que todos se ubican en la categoría de Muy de acuerdo.

CONCLUSIONES

El análisis de los antecedentes históricos de la educación ambiental permitió constatar que la misma ha transitado por varias etapas, que en sus inicios tuvo un marcado carácter conservacionista, hasta las más actuales que la consideran una vía para el desarrollo sostenible. Además su incorporación a las políticas estatales y educacionales tuvo un proceso no homogéneo en las diferentes regiones del mundo caracterizado, en América Latina y en Cuba, por un proceso tardío motivado por el contexto político, económico y social de aquella época en que se enmarca su inicio. Los fundamentos teóricos de esta investigación se tratan desde lo filosófico, o psicológico, lo pedagógico y lo sociológico, todo ello permite elaborar acciones más efectivas para el tratamiento de la educación ambiental acústica.

El diagnóstico permitió detectar disímiles insuficiencias que se manifiestan en el proceso de enseñanza y aprendizaje de la Educación Física, para propiciar la formación integral de las nuevas generaciones, y en correspondencia con ello la incapacidad del alumno para percatarse de sus insuficiencias, lo que demuestra la objetividad del problema de esta investigación y sirvió como punto de partida para el tratamiento de la contaminación ambiental acústica desde el programa de la Educación Física de 7mo grado. La finalidad de la propuesta se dirige a contribuir al desarrollo de una educación ambiental, por ende, se concibe con el consenso y la participación de los propios destinatarios, además garantiza que el cambio educativo, sea resultado de un proceso endógeno, donde prime un clima socio-afectivo positivo que permite la reflexión, comprensión y la participación de los diferentes actores.

El método de Criterio de Usuarios arrojó resultados satisfactorios en el orden teórico, metodológico y práctico de la propuesta, toda vez que prevalece el primer rango de la escala, es decir, muy de acuerdo.

BIBLIOGRAFÍA

Álvarez, J. (1987). Ruido. En: Enfermedades Profesionales en Cuba. La Habana: Editorial. Científico-Técnica.

Ciencia, tecnología y Medio Ambiente. (1987). Estrategia Nacional de Educación Ambiental. La Habana: Centro de Información, Gestión y Educación Ambiental.

Colectivo de Autores. (2006). Programa de Educación Física 7mo grado. La Habana: Editorial Deportes.

Dominico, N, O. (2009). Sistemas de Acciones Metodológicas para la Superación Técnico-Profesional de los docentes en formación que se desempeñan como profesores de Educación Física en la Institución Deportiva de Base El Salvador. Tesis de Maestría en Actividad Física en la Comunidad. Guantánamo, ISCF.

ISSN: 2253-6604

Dubrof, D. (2000). La escuela y lo diverso. En: Construir Nuestro Propio escenario. Abril. Córdova.

González, I. (1998). Cuba: Su medio ambiente después de medio milenio. La Habana: Editorial Científico Técnica.

Novo, M. (1998). Educación y Medio Ambiente. Madrid: Editorial Universal Nacional de Educación a Distancia.

Novo, M. (s/f). La Educación Ambiental. Bases éticas, conceptuales y metodológicas. Madrid: Editorial.

MUSEO DEL JUEGO

ISSN: 2253-6604