

PROGRAMA: ENTRENAMIENTO DEPORTIVO.
UNIDAD CURRICULAR: JUEGOS PREDEPORTIVOS.
PROFESOR: Mcs. MARIO PEREZ DE CORCHO SANCHEZ

JUEGOS:

Según Huizinga, en el texto Deportes de equipo, "el juego es una acción o actividad voluntaria, realizada en ciertos límites fijos de tiempo y lugar, según una regla libremente consentida pero absolutamente imperiosa, provista de un fin en sí, acompañada de una sensación de tensión y de júbilo y de la conciencia de ser de otro modo que en la vida real. El juego es el origen de la cultura."

Por otra parte y en el mismo texto, Lin Yutang define al juego de la siguiente forma: "Lo que define al juego es que uno juega sin razón, y que no debe haber razón para jugar. Jugar es razón suficiente, en el está el placer de la acción libre, sin trabas, con la dirección que el jugador quiere darle, en tanto se parece al arte, al impulso creador."

DEPORTE:

Pasemos entonces a continuación a conocer el concepto que sobre Deporte definen algunos autores y en especial estos que aparecen en el texto Juegos Predeportivos y formas jugadas.

Según Cagigal, "es divertido, espontáneo, desinteresado, en y por el ejercicio físico entendido como superación propia o ajena y más o menos sometido a reglas."

Por su parte Diem, lo define como; "es un juego portador de valor y seriedad practicado con entrega, sometido a reglas, integrador y perfeccionador, ambicioso de los más altos resultados."

CONCEPTO DE JUEGOS PREDEPORTIVOS.

Los Juegos Predeportivos son una forma lúdica motora, de tipo intermedio entre el juego y el deporte, que contienen elementos afines a alguna modalidad deportiva y que son el resultado de la adaptación de los juegos deportivos con una complejidad estructural y funcional mucho menor; su contenido, estructura y propósito permiten el desarrollo de destrezas motoras que sirven de base para el desarrollo de habilidades deportivas ya que contienen elementos afines a alguna disciplina deportiva.

Su aplicación se halla estrechamente relacionada en el campo de la educación física, la recreación y los deportes. Con este tipo de juego se prepara al escolar para el tránsito al deporte mientras el profesor dispone de una variada gama de juegos que aplicados convenientemente, pueden cubrir de una manera divertida y más natural el periodo de formación física que separa al juego del

deporte, llenando las fases técnicas y también la formación físico-deportiva escolar

Son juegos de iniciación a habilidades deportivas adaptadas para la iniciación y el aprendizaje de deportes concretos. Son una forma didáctica y de la iniciación deportiva, donde el deporte se transforma en juegos más sencillos mediante adaptaciones a su reglamento.

CARACTERISTICAS DE LOS JUEGOS PREDEPORTIVOS:

Permiten la evolución del contenido de aprendizaje social ya que en mediante los Juegos Predeportivos se van adoptando progresivamente más reglas lo que hace que el jugador adopte nuevas destrezas, respete las normas establecidas y haga prevalecer los intereses del grupo por encima de los personales..

OBJETIVOS DE LOS JUEGOS PREDEPORTIVOS:

- 1- Dominio de las capacidades motrices, e integración de los elementos técnicos a ellas.
- 2- Ejecución global de los elementos técnicos sin atender a la eficacia del movimiento.
- 3- Iniciación al aprendizaje técnico-táctico del deporte.
- 4- Conocimiento básico de las reglas del deporte.

Debido a que los juegos predeportivos proporcionan una gran diversidad de situaciones son difíciles de diferenciar de muchos de los juegos que se realizan habitualmente como los de persecución, lanzamientos, etc,, sin embargo hay que tener en cuenta que nada distingue a un juego motriz de reglas de otro predeportivos más que el objetivo que se persiga. A través de su práctica se desarrollan capacidades y habilidades motoras, al mismo tiempo que la necesidad de jugar en equipo fomenta las relaciones de grupo, por lo que constituyen un medio formativo por excelencia en la iniciación deportiva.

INICIACION DEPORTIVA:

Proceso de enseñanza aprendizaje seguido por un individuo para la adquisición del conocimiento y la capacidad de ejecución práctica de un deporte, desde que toma contacto con el hasta que es capaz de practicarlo con adecuación a su técnica, su táctica y su reglamento.

ETAPAS DE LA INICIACION DEPORTIVA:

1ra. Inicio (Básica): Amplia la base motriz del niño (a) con el fin de conseguir un alto nivel psicomotor.

2da. Desarrollo: Se lleva a cabo la enseñanza de los elementos fundamentales del deporte de forma global para conseguir la asimilación de sus elementos básicos. Esta etapa es ideal para la aplicación de los Juegos Predeportivos.

3ra. Perfeccionamiento: Sigue la proyección lógica de la técnica, perfeccionando los elementos más simples e introduciendo otros más complejos. Etapa ideal para aplicar juegos Predeportivos específicos y las formas jugadas.

FORMAS JUGADAS:

La forma jugada constituye un tipo de juego, de estructura muy simple que no posee en si una intención de juego propiamente dicha, sino que más bien se ubica en un punto intermedio entre el ejercicio y el juego y se orienta al aprendizaje, la adaptación y acondicionamiento de una tarea (Navarro 1993) El autor resalta que en la forma jugada el juego puede mantenerse en tanto conserve cierta incertidumbre, ya que una vez alcanzado el dominio, es necesario elevar la dificultad de la tarea, es decir que, la forma jugada debe ser presentada con matices lúdicos sin perder de vista la rentabilidad del aprendizaje.

Con la forma jugada se busca el dominio de los elementos técnicos del deporte, fomentado por la práctica del mismo.

APORTES DE LOS JUEGOS PREDEPORTIVOS A LA INICIACION DEPORTIVA:

- Las reglas de juego conforman los problemas de índole motriz que deben superarse en el transcurso del juego, caracterizada por la gran cantidad de decisiones y juicios que los participantes deben tomar en el desarrollo del juego.
- El aprendizaje técnico se realiza por medio de la acción repetitiva de habilidades específico-técnicas.
- Las habilidades técnicas globales se ubican dentro del contexto del juego, realizadas de acuerdo a las demandas de cada situación y construidas a partir de un conjunto amplio de experiencias motrices.

Se distinguen dos tipos de predeportes, los de carácter genérico, que buscan la adquisición de habilidades y desarrollo de destrezas utilizables en varios deportes, como por ejemplo aquellas que fundamenta el pase sin tener en cuenta el deporte de que se trate y los de carácter específico, cuyo objetivo es la adquisición y dominio de una actividad específica en un determinado deporte.

En la enseñanza deportiva cuando se trabaja con niños no se debe olvidar que están en pleno desarrollo de todas sus capacidades y por tanto hay que respetar todo el proceso evolutivo en que están inmersos. Cada etapa de crecimiento necesita un trabajo planificado y sin precipitación que le ayude a completar estas capacidades. El entrenamiento en edades tempranas debe ser enfocado hacia un trabajo motivador y lúdico a la vez, por lo cual el juego va a ser el mejor instrumento para llevar a cabo esta tarea.

La motivación y el gusto por el deporte son premisas básicas que hay que respetar y fomentar en estas edades. Para el niño (a) cualquier actividad que se realice con el fin de divertirse es bien recibida; el juego que contribuye al desarrollo integral del niño (a) lo podemos emplear para inducir a la practica deportiva y de esta forma convertirlo en un método de trabajo indispensable en

la iniciación deportiva. El objetivo de los juegos predeportivos en la primera etapa de iniciación deportiva debe estar basado en el carácter lúdico del aprendizaje y en la coordinación dinámica general en donde se desarrollen las habilidades fundamentales de correr, trepar, lanzar, etc, por medio de juegos globales en los que se utilicen las mínimas reglas posibles y el máximo carácter participativo.

La mayor parte de los juegos deben estar enfocados a la adaptación y familiarización con los elementos que después se integrarán al deporte, en donde no interesa una gran progresión técnica.

Los juegos no deben resultar aburridos y deben estar enfocados a contenidos ligados a la parte básica de las tareas motrices potenciando la imaginación e intuición del niño (a).

Cada momento del desarrollo requiere que se potencien unas facetas más que otras, cada edad tiene unas características físicas y psicológicas que condicionan la enseñanza de un deporte, por lo que otro elemento necesario en el aprendizaje de cualquier deporte, son las formas jugadas, que contribuyen a la adquisición de los contenidos básicos de la actividad deportiva que se quiere enseñar y se pueden practicar individual o colectivamente con o sin material.

CONSIDERACIONES A TENER EN CUENTA EN LOS JUEGOS PREDEPORTIVOS:

- Deben ser variados.
- Ser adaptables.
- Poseer una amplia gama de variables.
- Fomentar un proceso interno de aprendizaje.
- Fomentar el descubrimiento.

LOS JUEGOS Y SU INFLUENCIA EN EL DESARROLLO PSICOLOGICO, BIOLOGICO Y SOCIAL DE LOS NIÑOS.

Desde el punto de vista Psicológico:

En la actividad lúdica se forman más intensivamente las cualidades psíquicas y las particularidades de la personalidad del niño. Dentro del juego se constituyen otros tipos de actividad que con posterioridad adquirirán una particular importancia.

La actividad lúdica influye en la formación de los procesos psíquicos voluntarios, así durante el juego se comienza a desarrollar en los niños la atención y la memoria voluntarias. Dentro de las condiciones del juego, los niños se concentran mejor y memorizan más.

Las propias condiciones del juego exigen que el niño se concentre en los objetos que están dentro de la situación lúdica, así como también en el contenido de las acciones realizadas y del argumento. Si el pequeño no quiere

prestar atención a lo que se requiere de él en una situación lúdica precisa, si no recuerda las condiciones del juego, simplemente el resto de los compañeros lo expulsan del mismo. La necesidad de comunicación, de estímulos emocionales, mueve al niño hacia una concentración y memorización.

La creación de situaciones lúdicas y de las acciones de ésta, ejercen una influencia constante en el desarrollo de la actividad intelectual del niño de edad pre-escolar.

En el juego, el niño aprende a accionar con los sustitutos del objeto, él le da al sustituto una nueva denominación lúdica en relación con la idea del juego, y actúan con este sustituto de acuerdo a la denominación dada.

El objeto sustituto se convierte en un apoyo para el pensamiento. Sobre la base de las acciones con los objetos sustitutos, el niño aprende a pensar acerca del objeto real. Gradualmente, las acciones lúdicas con los objetos se van abreviando; el niño aprende a pensar acerca del objeto y actuar con él, en el plano intelectual. De este modo, el juego, contribuye en gran medida, a que el niño pase al pensamiento en el plano de la representación.

A la vez, la experiencia de las inter.-relaciones lúdicas, y particularmente de las inter.-relaciones reales del niño en el juego de roles con argumento, está determinada sobre la base de una propiedad particular del pensamiento, que le permiten desdoblarse, para situarse en el punto de vista de otras personas, anticipar la conducta futura de ellos, y sobre la base de esto, estructural la conducta propia.

El juego ejerce una gran influencia en el desarrollo del lenguaje.

La situación lúdica requiere de cada niño participante en ella, un determinado nivel de desarrollo de comunicación verbal. Si el niño no está en condiciones de expresar inteligentemente sus deseos con relación, al desarrollo del juego, si no es capaz de comprender las instrucciones verbales de sus compañeros de juego, hacerse entender por sus compañeros estimula el desarrollo del lenguaje de relación.

El juego de roles tiene una importancia determinante para el desarrollo de la imaginación. En la actividad lúdica el niño aprende a sustituir los objetos por otros, y asumir papeles. Esta capacidad se basa en el desarrollo de la imaginación. En los juegos a los niños mayores de la edad preescolar ya no les son imprescindible los objetos-sustitutos, así como tampoco les son necesarias muchas acciones lúdicas. Los niños aprenden a sobrentender los objetos y las acciones que se realizan con ellos, a crear nuevas situaciones en su imaginación. El juego puede en este caso, desarrollarse en el plano interno.

La influencia del juego en el desarrollo de la personalidad del niño, consiste en que a través de éste, el conoce la conducta y las inter.- relaciones de los adultos, que se convierten en un modelo para su propia conducta, y en el

juego, adquiere los hábitos fundamentales de comunicación y las cualidades indispensables para el establecimiento de las Inter.-relaciones con sus coetáneos.

El juego, cuando atrae al niño y lo obliga a someterse a las reglas contenidas en cada papel asumido, contribuye al desarrollo de los sentimientos y de la regulación volitiva de la conducta.

Los Juegos desde el punto de vista Biológico:

Los juegos motrices actúan sobre el cuerpo en su conjunto, es decir trabajan gran cantidad de grupos musculares. Combinándolos inteligentemente, se evita el ejercicio unilateral de determinadas partes del organismo, se logra más bien una influencia equilibrada de la constitución total.

En casi todos los juegos menores se exigen además de la carrera, también la inclinación, el enderezamiento, extenderse, girar, dar vueltas, saltar, empujar, etc. Por lo regular el jugador no se da cuenta de la función natural y reconfortante de éstas actividades, a causa de la consagración al juego.

Los juegos menores se caracterizan por sus pausas cortas en las que predominan la alegría; los mismos constituyen un recreo para la actividad nerviosa superior, creando las premisas para poder continuar en el momento siguiente el juego con la mayor concentración.

Se recomienda que los juegos menores se lleven a cabo al aire libre para que puedan actuar también los estímulos biológicos naturales.

El conocimiento de las características fundamentales de las diferentes edades, es algo que debe dominar el profesor para determinar que tipos de juegos y actividades emplear, no obstante para comenzar este estudio es necesario conocer primero: los niveles de enseñanza y edades en correspondencia a cada nivel.

Influencia de los juegos en el Desarrollo Social de los niños.

En preescolar es esencialmente un ser asociable, su egocentrismo le impide comprender al grupo como unidad superior a la suya, lo cual dificulta una verdadera integración grupal, su relación con los demás es individualidades en paralelo. No cooperan, y es por ello que en el juego cada uno juega para sí y nunca para el equipo, no suelen respetarse demasiado las reglas y todos quieren ganar.

A pesar de todo en éste período se da un comienzo de respeto de las normas y reglas de funcionamiento del grupo, aunque en general no se someten a ellas estrictamente. Aparece también una mejora en la conducta de autonomía (lavarse o comer) como resultado de los aprendizajes recibidos y de la presión del grupo donde se desenvuelven.

Como se desprende de los estudios de Piaget (1959), en este campo laboral es todavía heterogéneo, no existe conciencia clara del deber y las normas las recibe mágicamente de los adultos. El lenguaje presenta un gran avance en lo oral y lo convencional, tanto en la morfología como en la sintaxis, a partir de los 6 años comienza la etapa de socialización plena del sujeto, a lo largo de ella comprende que ha de adaptarse a una unidad superior a su propio eje.

Esa unidad tiene como necesidades de funcionamiento autónomo, es algo más que la agregación mecánica de varios sujetos, teniendo un significado propio. Así mismo asimila que sus actividades y funcionamiento se han de regir por unas normas o reglas que hay que aceptar, concientizar y poner en práctica en toda su amplitud.

Esto permite poner en funcionamiento actividades regladas y grupales, como los juegos y los deportes.

La competición es otro fenómeno que comienza con esta edad y es una consecuencia de la actividad cognitiva de evaluación, por lo que mide y compara; sin embargo no es una competencia a imagen adulta, es menos compleja y sin tantas contaminaciones culturales y emocionales. En otra vertiente, podemos decir que mejora la comunicación gracias al avance del lenguaje y por el aumento de la interacción grupal, también es la fase de comienzo de una moral autónoma, aparece la idea del deber moral y un sistema de valores de raíz fundamentalmente social. Se manifiesta una marcada predilección por las compañías, suelen ser afines en edad, dándose la existencia del líder.

Importancia de los Juegos en la Formación de Valores.

Los juegos como un medio de la Educación Física adquieren una gran importancia para el desarrollo multilateral en los diferentes períodos evolutivos estudiados, no obstante alcanzan un papel relevante en la etapa preescolar que es donde se sientan las bases de un desarrollo correcto, considerándose en esta etapa como la actividad rectora del niño.

En el primer año de vida se le deben ofrecer al niño actividades de juegos que le permitan la identificación con esta etapa fundamentalmente imitando al adulto u objeto que ha llamado su atención.

Los atrae grandemente los juegos con pelotas y realizan juegos motrices con tareas sencillas como por ejemplo: Cambio de bloques. En la etapa de 6-9 años predominan los juegos con gran variedad de movimientos por ejemplo los recorridos, realizan juegos con cantos, todo tipo de juegos motrices fundamentalmente los de persecución.

Se acentúan los juegos con contenido social como por ejemplo: El juego a la Escuelita, al Médico y sobre todo en los juegos motrices gustan demostrar sus habilidades y destrezas.

En la etapa de 9-12 años se promueve la competición, donde el niño siente gran placer por los juegos en grupo o equipos. Realiza todo tipo de juegos motrices con mayores exigencias, se apasionan por medir sus fuerzas con otros compañeros y participan con gran placer en los juegos pre-deportivos.

Valor Educativo del Juego:

El juego ha sido estudiado científicamente por muchos investigadores filósofos, psicólogos, pedagogos y pensadores de la talla de Johan Hizinga, Roger Calloit, José María Cagigal, Piaget Elkonin, Zhokovskaia, etc., desarrollaron profundas teorías sobre el y coinciden en destacar el valor educativo del juego; Considerando que el ha sido muy similar en todas las civilizaciones con una serie de variaciones que dan al juego características propias de cada pueblo, país o región donde se practique, pero que no varían su esencia.

Todos ellos coinciden al afirmar que el juego es "una cultura propulsora de los demás" pues parten de que el juego es la más antigua expresión cultural de la humanidad.

Muchos han sido los estudios realizados en torno a los juegos, sin embargo no existe una definición precisa que pueda abarcar todo lo que representa el juego; sobre todo en la vida de los niños. El juego posee un variado complejo y rico contenido lo que imposibilita ofrecer una completa concepción de su naturaleza, teniendo en cuenta la influencia que ejerce en disímiles esferas de actuación del hombre.

A pesar de lo antes expuesto entendemos necesario detenernos en algunas definiciones del juego reflejando los puntos de vista de varios autores, resaltando la importancia que le atribuyen al mismo mediante lo que pretendemos destacar por qué elegimos el juego y no otro medio para transmitir conocimientos sobre olimpismo en la educación física.

Partamos del criterio que nos ofrecen Johan Husinga (1972) pensador que desarrolló y escribió una de las teorías más completas y serias acerca del juego, el señala que el juego es una "Actividad u ocupación voluntaria que se realiza dentro de ciertos límites establecidos de espacio y tiempo atendiendo a reglas libremente aceptadas, pero incondicionalmente seguidas que tiene su objetivo en sí misma y se acompaña de un sentimiento de tensión y alegría".

El juego tiene un matiz propio que hace que al mismo tiempo podamos sentir sensaciones diferentes tensiones y alegrías; algo increíble. El juego es divertido y siempre implica la participación activa del jugador, pero siempre respetando una serie de reglas que posibilitan adquisición de ciertas normas de conductas en los niños de ahí su efecto educativo, ejerciendo gran influencia en el desarrollo psíquico del niño pues coadyuva a la formación de su personalidad.

Alnoif Rusell, así refiere sobre la significación del juego en los niños "El juego de los niños se entiende como una actividad generadora de placer que no se realiza con una finalidad externa a ella sino por sí misma".

En los niños el juego es un elemento importante, primordial, en el juego exteriorizan sentimientos como el placer, la satisfacción al realizar algo deseado, lo que posibilita el intercambio del niño con objetos, con el medio y consigo mismo; pues mediante el juego se desbordan energías según A.V Zaporozhete. "El juego constituye la primera forma de la actividad asequible al niño que presupone una reproducción constante y un perfeccionamiento de nuevos movimientos".

El juego adquiere un valor incalculable sobre todo para los niños, pues un encanto maravilloso que invita a todos a ejecutarlo, mediante su práctica los niños adquieren, desarrollan y perfeccionan habilidades motrices. Los juegos adornan y enriquecen la vida de los niños, con él son más felices, comprenden y se adaptan mejor a la realidad que los rodea.

Terry Orlieck (1900) califica el juego como el reino mágico de los niños" y señala "Jugar en un medio ideal para un aprendizaje social positivo porque es natural, activo y muy motivador para la mayor parte de los niños.

A qué niño no le agrada jugar, para ellos el juego es una acción sagrada que sin saberlo los forma para la vida, debido a que son muchos los rasgos que lo caracterizan y lo hacen especial sobre lo que Johan Huisinga (1968) describe ". La característica principal del juego es que es libre, es libertad", señalando además que se presenta, como una actividad de recreo, de diversión determinada por un límite de tiempo, lo que posibilita que al mismo tiempo cree orden y sea orden. Huisinga manifiesta también que: "El juego oprime, libera, arrebatada y hechiza".

Es algo increíble lo que experimenta, el niño al jugar, con el juego describe el mundo y mediante el se introduce en su entorno social pues según Verdu Medina (1987 "Aprender a jugar es aprender a vivir".

Vsevolodsri- Gerngross por otro lado refieren que el juego es una:"Actividad práctica social variada que consiste en la reproducción activa de cualquier fenómeno de la vida, parcial o total fuera de su situación práctica real. La significación social del juego en las etapas tempranas del desarrollo del hombre, reside en su papel colectivista".

Gkoin (1978) reafirma el criterio de los autores antes mencionadas al manifestar que el juego es fuente para el desarrollo moral y las normas que se manifiestan en el son la base de las relaciones humanas de los niños posibilitando además el juego la formación del colectivo infantil, estimulando la independencia y la actitud positiva de los niños hacia el trabajo.

Igualmente Chateau (1955-56) destaca el valor moral del juego considerándolo como "un placer moral" argumentando que el juego está condicionado a determinadas reglas que son más o menos estrictas. La ejecución de las mismas produce una satisfacción moral en el niño ya que consideran el juego como un asunto serio que implica autoafirmación.

El juego no solo contribuye a la formación de determinadas cualidades morales, el juego también favorece el entorno intelectual del niño.

J. Piaget (1959) estableció una de las más elaboradas concepciones acerca del juego dentro de los marcos del desarrollo intelectual por lo intelectual sin tener en cuenta el papel que ejerce el juego es esta transformación. Piaget destacaba que el juego orientaba al niño de lo conocido a lo desconocido, de lo incomprensible a lo comprensible para él, el juego era la expresión de un pensamiento nuevo aun débil que se fortalecería mediante acciones o vínculos del niño con el entorno.

V.A. Nidospasova (1972) destaca "Mediante el juego no se desarrollan operaciones intelectuales aislados, sino que de forma radical, cambia la posición del niño hacia el mundo que lo rodea y se forma un mecanismo de cambio de posición y coordinación de sus puntos de vista con otros posibles puntos de vistas, precisamente este cambio habrá las posibilidades y vías para el paso del pensamiento a un nuevo nivel para la formación de nuevas operaciones intelectuales".

Brunner (1972) valora igualmente el significado del juego para el desarrollo intelectual señalando que el cursos del juego pueden surgir tales combinaciones y una orientación tal en sus cualidades, que pueden conducir a una posterior utilización de lo aprendido como instrumento para la solución de una tarea.

Oscar A. Zapata (1968) refuerza nuestro criterio al afirmar. "Basta recordar que la actividad vital del niño es el juego, para comprender que bien orientados están los aprendizajes escolares por medio de juegos motores, se logran aprendizajes significativos que permitirán desarrollar los factores cognoscitivos, afectivos y sociales".

Zapata, destaca además lo siguiente: "Es interesante notar que la posibilidad que tiene el maestro de generar el vinculo entre el material aprendido y los conocimientos previos del alumno, se puede lograr de la forma más natural y sencilla, pro medio de juegos educativos los niños obtienen el mayor número de experiencias y aprendizajes espontáneas, por el juego. Por lo que el juego resulta un instrumento operativo ideal para que el maestro realice aprendizaje significativo en sus alumnos".

Selección apropiada de los Juegos:

Dentro de los juegos motrices como medio de la Actividad Física se destaca fundamentalmente la variedad de movimientos que puedan adquirir diferentes

características como por ejemplo: Juegos donde predominan las carreras, los saltos, los lanzamientos, etc. Y que nos dan la posibilidad de desarrollar los movimientos básicos de movilidad o perfeccionar las capacidades motrices.

Sin embargo durante la práctica sucede muy a menudo que al aplicar un mismo juego, en algunos casos se califican como bueno y en otros como mal o regular. Si asemos un análisis más profundo con respecto al contenido del juego las condiciones en que se realiza, etc., nos damos cuenta que la principal causa de la diferencia en cuanto a la efectividad del juego, se debe a la inadecuada selección e incorrecta selección del juego.

Para obtener buenos resultados, el profesor al seleccionar el juego debe tener en cuenta los siguientes aspectos:

- El tipo de actividad en que van a ser utilizados, ya sea en la clase de Educación Física, en el entrenamiento deportivo, gimnasia matutina, gimnasia básica, actividades recreativas, entre otras, ya que cada una tiene tareas bien planificadas.
- Las particularidades, intelectuales y físicas de cada edad, del sexo, como exigencias básicas en la selección de uno u otros juegos que permiten ejercer una influencia correcta y relación con el desarrollo del niño.
- Se debe tener en cuenta el desarrollo motriz del juego, basándose en los movimientos predominantes que posibiliten ir orientándolos fundamentalmente en función de la enseñanza de los deportes.
- Su influencia educativa ya que el profesor debe fijar para cada juego objetivos concretos con el fin de desarrollar continuamente las capacidades físicas y mentales de los niños.
- Conocer previamente el material que se va a necesitar y disponerlo con tiempo suficiente.

Papel del Profesor en la dirección del juego y su colocación:

La dirección del juego comienza cuando el profesor da la orientación para que se inicie el mismo. Debe tratar en lo posible que no sea necesario el abandono del juego por parte de los jugadores, no obstante, si se realiza algún juego con eliminación, es conveniente que los eliminados comiencen rápidamente un juego.

Las decisiones deben darlas a conocer en forma clara, en voz alta y posteriormente crear un ambiente amistoso entre los jugadores. Antes de comenzar con las explicaciones de un juego, el profesor debe tener en cuenta:

1. Que el grupo de alumnos esté en una forma adecuada que les permita ver y oír las explicaciones y demostraciones, a su vez el profesor debe tener una visión general de todo el grupo.
2. Se recomienda que durante la explicación del juego el profesor sienta a los alumnos.
3. No debe quedar ninguno a espaldas del profesor, así como evitar que los alumnos estén frente al sol.
4. Que la atención de los alumnos no se desvíe hacia otras actividades que se realicen a su alrededor.

Esto se garantiza utilizando una adecuada formación y colocándose en el lugar adecuado de acuerdo a la misma, ejemplo:

- Cuando la formación es en círculo, el profesor debe colocarse entre los alumnos, formando parte del círculo.
- Si utiliza la formación en filas, estas no deben ser muy largas y se colocará al frente, a una distancia prudencial, aproximadamente en el centro para que los estudiantes lo puedan observar y a su vez el profesor pueda controlarlos a todos.
- El semicírculo es una de las formaciones más adecuadas y el profesor se colocará frente a los alumnos en el centro de dicha formación.
- En hileras se recomienda mayor cantidad de las mismas y la colocación del profesor será igual que la utilizada para la formación de filas.
- Al utilizar en un juego la formación en círculo por equipos, el profesor debe colocarse separado de los círculos y aproximadamente en el centro de los mismos, para tener una visión general de todos los alumnos, y estos a su vez lo puedan ver y escuchar. Cuando se realice un juego que la meta esté alejada de la arrancada, el profesor debe colocarse en la meta para dar decisiones justas.

Pasos Metodológicos para la enseñanza del Juego:

Cada profesor debe tener una imagen clara del juego que enseñará a sus alumnos. La lógica estructura de los juegos, los motivos e intereses de los participantes, las circunstancias en las cuales se ve obligado a participar cada uno, exige que el profesor utilice los pasos metodológicos para la enseñanza de los juegos y con ello, garantizará el dominio por parte de los alumnos del contenido del juego y su participación activa en los mismos.

Los pasos metodológicos son los siguientes:

1. **Enunciación del Juego:** Dar a conocer el nombre del juego que se va a desarrollar.
2. **Motivación y Explicación:** Se realizará inmediatamente después de la enunciación, consiste en la conversación o cuento que hace el profesor con el

fin de interesar a los alumnos por la actividad, en ocasiones de una buena motivación depende en parte el éxito de la actividad. Por otra parte la explicación debe ser comprensible, conjuntamente con la descripción y la utilización de los medios audiovisuales de los juegos. El valor de la descripción consiste en la forma artística de exponer el contenido, que debe ser atractiva y dramatizada, con los alumnos mayores donde los juegos y sus reglamentos son más complejos, se realiza una explicación del contenido y de las reglas.

3. **Organización y Formación:** En este caso se incluye todo lo concerniente a la distribución, selección apropiada de los guías del grupo y formación de equipos desnivelados y que decaiga el interés por el juego.

4. **Demostración:** Consiste en aclarar los objetivos del juego y explicar de forma más sencilla, ya sea el profesor con algunos alumnos o con todo el grupo la forma en que se debe llevar a cabo el juego.

5. **Práctica del Juego:** Una vez que se ha demostrado el juego debemos llevarlo a la práctica, a la señal del profesor el juego comienza, aprovechándose todas las situaciones de duda que se produzcan para detenerlo y hacer aclaraciones que faciliten la comprensión del mismo. El profesor debe procurar que todos los alumnos participen para que reafirmen el aprendizaje de la actividad, además, actuará como árbitro y enmendará las faltas cometidas.

Aplicación de las Reglas: Durante la práctica del juego, se van explicando las reglas o sea, los aspectos que los alumnos deben tener en cuenta para que el juego se desarrolle con éxito.

6. **Desarrollo:** Consiste en la ejecución del juego hasta llegar a su resultado final, no se procederá a su realización hasta que todos los participantes lo hayan comprendido.

Variantes: Después que se ha desarrollado el juego, el profesor puede realizar variantes y junto con éstas la introducción de nuevas reglas.

La variante consiste en que utilizando la misma organización, se puedan cambiar los desplazamientos, aumentar la complejidad, etc, siempre cumpliendo el objetivo trazado.

7. **Evaluación:** Aquí evaluamos los resultados del juego, los esfuerzos del grupo y de los alumnos en particular.

Los Juegos en la Clase de Educación Física:

Su aplicación en las clases de Educación Física puede realizarse con muchas variantes, en dependencia de las tareas que deban resolverse.

Ejemplo: En la Parte Inicial de la clase se pueden resolver tareas planteadas utilizando juegos de carreras, lanzamientos, saltos, etc., con vistas a preparar el organismo a la actividad que van a realizar en la Parte Principal.

En la Parte Principal se puede incluir juegos, ya sean Deportivos o Predeportivos, cuando queremos enseñar algún elemento fijarlo o perfeccionarlo, además de los ejercicios fundamentales, en este caso se aplica al final de la Parte Principal.

En la Parte Final de la clase la tarea fundamental es realizar actividades que atribuyan a la recuperación del organismo. Se utilizan fundamentalmente juegos rítmicos, danzas, juegos recreativos de movimientos ligeros. Por lo que podemos resumir planteando que los juegos se incluíen en las 3 partes de la clase.

Tipos de Juegos:

Por la forma de participar: Individuales o Colectivos, respondiendo a como se obtiene el triunfo, si es de un solo participante ejemplo: "Los agarrados" o de un equipo, ejemplo: "Relevo de Banderitas" o "Baloncesto".

Por la ubicación: Interiores: Área techada, ejemplo (gimnasios, salas polivalentes, etc) o Exteriores (áreas al aire libre).

Por la intensidad del movimiento: Alta, Media o Baja

En este aspecto catalogamos como **alta**, aquellos juegos de larga duración, que exigen de los participantes gran preparación física, técnica y táctica y ubicamos en esa alta intensidad a los juegos Deportivos.

Como intensidad **media**, a los juegos que requieren alguna preparación física y dominar algunas habilidades básicas, que pueden durar un período de tiempo no establecido o sean variables y que utilizan algunos elementos técnico-tácticos, sin grandes exigencias, esos son los pre-deportivos.

Como intensidad **baja**, tenemos a los juegos pequeños, que tienen poca duración, muy sencillos en su ejecución.

Por sus características: Pequeños, Pre-Deportivos y Deportivos

Juegos Pre -Deportivos: Denominamos juegos pre-deportivos a aquellos que tienen elementos de la técnica de los deportes, así tenemos pre-deportivos de Fútbol, de Baloncesto, de Atletismo o de gimnasia Rítmica Deportiva entre otros.

Tienen carácter competitivo y permiten conocer algunas reglas oficiales. En los juegos pre -deportivos, se propicia la adquisición de determinados movimientos, acciones y habilidades primarias que servirán de base posteriormente sencillas

del deporte. Algunas de las reglas pueden ser variadas, pero no se puede incumplir al objetivo previsto a la asimilación de habilidades motrices deportivas.

Estas habilidades pueden estar solas en un juego por ejemplo; desplazamiento o tiro y puede a su vez servir de base a varios deportes o a uno en particular, así tendremos un juego Pre-Deportivo, Simple-Básico-“Desplazamiento en zigzag”.

Como ya analizamos anteriormente pueden ser **Básicos** (para utilidad de varios deportes) o **Específicos** cuando solo sirven a un deporte y en ambos casos pueden ser simples con un solo elemento técnico, combinados con más de un elemento y complejos, cuando presentan acciones sencillas ofensivas y defensivas, sin exigencias técnicas, ni reglas oficiales.

Juegos Motivacionales: Son juegos sencillos, preferiblemente conocidos por los niños, de pocas reglas, con una carga física que no sea intensa y de corta duración, incorporan al niño a la actividad de una forma amena, agradable y la voz dinámica. Estos juegos deben permitir que participen la mayor cantidad de niños de una vez.

Juegos de Preparación: Son juegos que responden a la preparación de los planos musculares que más se van a ejercitar en la parte principal y pueden tener una duración de 3 hasta 7 minutos, pueden utilizarse tanto juegos pequeños como pre-deportivos como parte del calentamiento al inicio, al final o sustituirlo, no obstante los juegos más utilizados en esta parte son los pequeños.

Juegos Pre-Deportivos: Son aquellos que contienen en su desarrollo aspectos de la técnica de los elementos técnicos de cualquier deporte, a partir de 4to grado son muy utilizados por constituir contenidos de los programas de Educación Física.

Juegos de Capacidad: Están destinados para el desarrollo de capacidades físicas en el tiempo de Gimnasia Básica, se realizan fundamentalmente Juegos Pequeños y se ubican al inicio o final de la parte principal, en dependencia de la capacidad que se esté trabajando. Estos garantizan un alto nivel de desarrollo.

Juegos Tranquilizantes o de Recuperación: Se utilizan para recuperar al organismo, son juegos Pequeños, sencillos de pocas reglas y corta duración.

Regulación de las cargas físicas:

Los juegos motrices representan un complejo proceso motor, donde influyen diferentes excitaciones. Algunos procesos están dados por una fuerte carga física con gran tensión nerviosa y otras de relajamiento que varía por la fuerza y emociones que refleja la conducta del alumno.

La carga física en el juego se puede regular de la siguiente forma:

- Disminuyendo el tiempo
- Acortando la distancia o dimensiones del terreno
- Utilizando mayor número de jugadores
- Disminuyendo el número de repeticiones (entre otras)

El estado de los participantes está determinado por diferentes rasgos:

- Sofocación
- Aceleración del pulso
- Temblor de las extremidades superiores e inferiores
- Postura incorrecta
- Palidez en el rostro
- Actividad y atención disminuida
- Lentitud de los movimientos.

En el niño todos estos factores se ven menos afectados por la emoción y el deseo de jugar, la expresión exterior del estado de los participantes puede engañar al profesor y la sensación interior engañar al mismo jugador, y esto puede ocasionar la sobrecarga.

Durante los juegos, la aplicación de las cargas tiene gran importancia, ya que éstas deben ser moderadas y planificadas, por lo que se le recomienda en la aplicación de este principio, comenzar con juegos conocidos, no muy excitantes y luego pasar a juegos de mayor dificultad.