

FACULTAD DE CULTURA FÍSICA
NANCY URANGA ROMAGOZA
PINAR DEL RÍO

TÍTULO: Actividades físico - recreativas para la identificación de talentos para voleibol categoría 8-10 años en la comunidad.

AUTORES: Lic. Tania Rosa García Hernández

Lic. Luís Manuel Barrera Pardo

SINTESIS CURRICULAR

Nombre y Apellidos: Tania Rosa García Hernández

Especialidad: Cultura Física

Categoría Científica: Asistente

Labor Que Realiza: Vicedecana de Investigaciones..

Dirección: Pinar del Río

Teléfono; 729112

Correo: taniaalm@fcf.pinar.cu

RESUMEN

La Cultura Física, es considerada la parte de la cultura universal que abarca todos los conocimientos y el conjunto de valores materiales y espiritual creados por el hombre para desarrollarse de forma integral, mejorar su salud y en general su calidad de vida, a través de la Educación Física, el Deporte, la Recreación y otras manifestaciones de actividades físicas tomando en cuenta el medio en que él se desenvuelve, las tradiciones, las costumbres y la potencialidades humanas. En nuestro país estos programas están diseñados para ponerlos en práctica desde la comunidad, pues esta constituye el primer peldaño de la sociedad donde se condicionan el modo de vida de todo individuo.

El deporte se desarrolla incesantemente, las exigencias y expectativas de

rendimiento son cada vez más altas y es evidente la permanente búsqueda de innovación y mejoras que permitan lograr presencia, permanencia y éxitos deportivos. En este sentido, algunos países incluyendo a Cuba, han desarrollado sistemas de identificación y desarrollo de talentos deportivos, por lo que constituye hoy día uno de los aspectos de mayor importancia en el ámbito deportivo ya que garantizan el futuro relevo de nuestros atletas de elite.

Considerando la importancia que reviste la realización de las actividades físico-recreativas en este medio es que nos decidimos a realizar esta investigación, que nos permita a partir de un conjunto de acciones con las características antes mencionadas, tributar a la selección de talentos deportivos para el voleibol en las edades tempranas, en la comunidad.

INTRODUCCIÓN

La cultura física vista como un conjunto de valores materiales y espirituales creados por el hombre en las ramas del deporte, la educación física y la recreación física debemos considerarla como una magnitud social de este fenómeno y su repercusión en los grupos sociales.

La cultura física y el deporte desempeñan un papel fundamental en el interior del mundo culto, en tal razón podemos definir a la cultura física como la actividad que prepara al hombre físicamente, con el propósito de garantizar su salud y prepararlo para la vida, aportando constantemente a su desarrollo social y espiritual según nos plantea Martínez de Osaba(2006) Cultura física es actividad, presupone asumirla como una actividad social donde se pone de manifiesto relaciones específicas, comunicativas, organizativas jurídicas, morales e ideológicas, que le sean propias, haciendo de la misma un subsistema social, una subcultura concreta, conectada con la cultura general.

En todas las civilizaciones la cultura física ha mostrado un carácter utilitario; en la comunidad primitiva estaba relacionada con el trabajo, como medio de subsistencia (naturaleza, animales, otras tribus).

Martínez de Osaba también plantea que " La condición fundamental para el surgimiento de la educación fue la acción creadora, donde resulta importante la

actividad física como complemento del proceso....”y continua “la actividad productiva, la actividad física y la espiritual se entrelazan formando un todo único, pero tiene un papel sumamente importante la educación, de hecho muchos pedagogos sin abrazar concepciones científicas han reconocido las bondades del ejercicio físico para el desarrollo de la misma, a medida que evoluciona la sociedad.

El trabajo, el juego y el estudio son los paradigmas básicos de la comunidad, pero no los únicos .A cada edad le corresponde diferentes actividades características que se relacionan entre sí, de un modo determinado Dra. Maria E, .Sánchez, 2004. Por tanto la sociedad desempeña un rol importante en el cumplimiento de estas premisas.

Nuestro país posee un sistema educacional donde toda la sociedad puede considerarse una gran escuela, ha postulado que el deporte es derecho de todos (Alejandro López, 2006).La cultura física .la educación física y la recreación son componentes de la formación del hombre que vive en esta sociedad, donde la cultura general integral será un elemento enriquecedor del espíritu, donde cada día los niños y las niñas crecer sanos y saludables.

Las diversas corrientes ó tendencias pedagógicas que han permitido el desarrollo de la educación física abren su caudal hasta el trabajo físico recreativo que se puede realizar en la comunidad, influido por el desarrollo alcanzado en la ciencia y la tecnología, los avances en las ciencias sociales, la psicología y la pedagogía, la modernidad del deporte contemporáneo, en el uso racional del tiempo libre, la educación ambiental han ido buscando la pertinencia social en nuestras futuras generaciones .

Para nuestro trabajo debemos considerar las características psicológicas de nuestro muestra de estudio, púes ya en nuestros tiempos se reconocen en estos niños el sentido de responsabilidad tanto hogareña como escolar, asimilan con mayor fluidez los conocimiento las habilidades que imponen determinadas exigencias a su conducta como escolar menor .El cumplimiento de sus deberes determinan su bienestar espiritual, así como emociones, las reflexiones, sus sensaciones, motivaciones, imaginación, sentimiento, autoestima, a voluntad, según nos refiere la Dra. Maria E. Sánchez (2004).

Las condiciones naturales constituyen la base del desarrollo psíquico ellos son imprescindibles pero no suficientes, no bastan por sí solos para el desarrollo psíquico del hombre, entra a desempeñar un rol sumamente importante las premisa biológicas, constituyendo la base material anatomofisiológica del desarrollo psíquico, al igual que las premisas sociales, ya que constituyen la base donde se nutre este desarrollo psíquico.

El niño se familiariza con la cultura material y espiritual creada por la sociedad, como un ente activo en la apropiación de actitudes que forman su propio carácter, permitiendo establecer relaciones sociales con los que le rodean .Es de vital importancia la actividad y la comunicación creadas por las generaciones precedentes.

El caso que nos ocupa está definido dentro de la etapa evolutiva como escolar menor comprendida en el periodo 8-12 años, donde comienzan a observarse modificaciones sustanciales en todos sus órganos y tejidos, logran formarse todas las curvaturas de la columna vertebral (cervical, dorsal, lumbar),poseen gran flexibilidad y movilidad, púes aún es incompleta la osificación de sus huesos, aunque observamos un fortalecimiento considerable del sistema óseo muscular, se fortalecen intensamente los músculos y ligamentos, aumentando su volumen, se acrecienta la fuerza muscular general .La relación de los procesos de excitación e inhibición varían, la inhibición se acentúa contribuyendo al auto control .

Sin embargo a pesar de que la propuesta que tenemos precisa de poca intensidad de trabajo, no deja de provocar cambios en el sistema biológico en general, púes como actividad física concibe cambios homeostáticos en el individuo., púes al estudiar el sistema motriz del hombre (representado fundamentalmente por el músculo estriado esquelético), este que es el primero en sufrir la influencia que sobre el organismo ejerce la realización de la carga física sistemática, todo lo cual se refleja posteriormente sobre el resto de los fluidos, tejidos y órganos (como son la sangre, la orina, el S.N.C., el sistema cardiorrespiratorio, el sistema óseo, etc.), razón por la que se afirma que cuando se cumple un régimen de actividad física constante y sistemática, se observan alteraciones o modificaciones adaptativas a diferentes niveles, ya sea en la esfera estructural así como funcional, lo cual se

experimenta a nivel molecular, y es precisamente este hecho el que constituye el eje central que tiene por objeto el estudio de la Bioquímica del Ejercicio Físico y sus seguidores el MSc, Marcial León Oquendo y MSc. Mayda García Rubio.

Debemos tener presente que en el periodo erario de 7-14 años se produce una maduración general del sistema nervioso debido al perfeccionamiento de las funciones que tienen su base en la actividad nerviosa. También es interesante la incorporación de actividades aeróbicas y anaeróbicas combinadas en el programa de actividad física del niño. Mediante la estimulación nerviosa de los diferentes grupos y fibras musculares, van siendo estas caracterizadas por formas de concentración lenta o rápida. Al mismo tiempo el sistema aeróbico es dependiente en esa edad de los sistemas centrales, es decir, del cardíaco y del respiratorio por lo que ante el ejercicio, pulmones y corazón se desarrollarían adecuadamente en el intercambio gaseoso pulmonar y en la eyección y transporte sanguíneo respectivamente. Paralelamente el sistema hormonal encargado de la regulación de procesos inhibitorios y excitatorios de las diversas células que desempeñan un rol durante el ejercicio, va perfeccionando su secreción y la sensibilidad de sus receptores, mejorando substancialmente la eficiencia tanto orgánica, como la metabólica y la biomecánica. En resumen en este período, el niño logra hacer más movimiento con menor gasto metabólico o energético, cualidad que con ejercicio físico habitual puede perdurar por muchos años, es por ello que el movimiento es una necesidad del cuerpo en crecimiento, que el niño no siempre puede controlarse voluntariamente y que no debe reprimirse sino atenderse convenientemente, combinando distintos tipos de actividades en horarios, unas más prácticas, otras intelectuales. La actividad física contribuye al desarrollo físico de los niños y las actividades de juego que favorecen al desarrollo de los procesos afectivos, la adquisición de conocimientos.

El hombre contemporáneo vive en condiciones difíciles para su salud y se expone cada vez más a las consecuencias de un acelerado proceso de industrialización y deterioro de las condiciones ambientales de vida, todo lo que hace que busque en la cultura física una excepcional ayuda para su equilibrio biológico y psicológico para enfrentar tal situación. Una de las opciones está dada por la recreación física.

En nuestro trabajo abordamos este tema para un grupo urbano ó comunitario pero con atención especial a un grupo social de edad escolar menor, abogando por la participación de manera pasiva de los vecinos de la comunidad para propiciar buenas relaciones sociales, sentido de pertenencia zonal, atmósfera de sugerencia social por la zona (identificación), preservación de la propiedad social, conciencia de la participación por la comunidad.

Trataremos de contribuir con las tendencias de socialización donde se funden las condiciones gruparias del ser humano y la necesidad de ayudar a desarrollarse como seres humanos, como miembros de una sociedad, e integrarse en los numerosos grupos sociales, familiares, organizaciones sociales, culturales, deportivas,. No se puede concebir al hombre totalmente solo, aislado de grupos ó formas de organización social. La sociedad es la condición que hace posible los fines del individuo, ya que la vida social moldea todos sus ideales y da precisión y forma a todos sus impulsos (Aldo Pérez Sánchez y colaboradores -1993). Este autor también plantea que para los pueblos primitivos la institución educadora era la familia, dicho proceso consistía en la asimilación de las destrezas y habilidades necesarias para la vida, hasta hacer del individuo un miembro eficiente de la sociedad.

Al estudiar a Martínez de Osaba pudimos valorar criterios de Julio Fernández Curujedo cuando hace alusión a que la actividad física estuvo estrechamente relacionada con el trabajo, para poder subsistir los fuertes embates de la naturaleza, los animales salvajes y las tribus, el hombre primitivo necesitó desarrollar habilidades motrices como correr, saltar, lanzar (primero objetos pesados y más tarde, con el tiempo lanzas y flechas) y otras actividades utilitarias con fines recreativos, como los escalamientos, la lucha, la natación, los juegos y los bailes, que con el paso del tiempo las actividades deportivas y recreativas fueron adquiriendo auge en el mundo, haciendo que los individuos lo practiquen constantemente de una forma más organizada y con diversos fines tales como: entrenamientos, mejoramientos de la salud, rehabilitación social, recreación, entre otras, llegando a las actividades competitivas como su más alta expresión.

Las actividades tanto deportivas como recreativas han ido evolucionando

gradualmente, demostrando su importancia para la vida del hombre tanto en el campo de la salud, la educación y el esparcimiento, contribuyendo en la formación de su personalidad, carácter y valores.

Aprovechando los beneficios que nos brindan las actividades deportivas –recreativas, el hombre ha ido utilizando sus potencialidades y poniéndolas en práctica en función de la sociedad en que vive.

Los procesos volitivos que según la historia ha sido similar en todas las civilizaciones, dan una serie de variaciones a los juegos según las características propias de cada pueblo ó comunidad, pero que no varían su esencia, estos tendrán una gran importancia en nuestra investigación pues propician un clima muy favorable donde los niños a través de la actividad lúdica podrán adquirir con mayor facilidad los fundamentos técnicos del voleibol como deporte.

Muchos filósofos, psicólogos de la talla de Jahan Hizinga, Roger Culoit, José M. Cajigal, coinciden con que el juego es una cultura propulsora de los demás, pues ellos parten de que el juego es la más antigua expresión cultural de la humanidad. Cuba presta una esmerada atención a la más joven generación (la niñez). Los programas sociales enmarcan su cumplimiento desde la comunidad, estos proyectos deben responder a intereses comunes, responder a rasgos culturales, religiosos, ocupacionales, donde ocupa un lugar importante los sentimientos, pues se convive, se comparte y se toman decisiones con objetivos comunes, ya sean de medio ambiente, educacionales, de salud, hogareños, etc.

En ellas tiene un papel predominante los agentes de socialización, desde la familia, amigos, vecinos, organizaciones sociales, instituciones religiosas culturales, hasta los medios masivos de difusión, cumpliendo un grupo de tareas según la etapa que se considere. Nosotros apoyaremos de manera directa como agentes de socialización al desarrollo físico –recreativo de los niños de edad escolar menor que como pudimos apreciar en el inicio de este capítulo estamos enriqueciendo su desarrollo multilateral.

Para poner en práctica el conjunto de actividades físico - recreativas decidimos utilizar el voleibol como disciplina deportiva, primero por ser solicitado por los pobladores de esta localidad y luego por ser un deporte que no solo se ha difundido

por su realce mundialístico, sino por el carácter recreativo que posee, sus reglas pueden ser modificadas por la sencillez con se realizan sus elementos técnicos, lo cual permite una recreada ejecución, máxime si esta fue su primera finalidad en el año 1895 cuando William Morgan, cuando buscaba una forma de trabajo físico que estimulara un desarrollo físico, que respondiera a una expresión espontánea de alegría, satisfacción, bienestar y no propiciara un gran gasto energético. De igual manera e incluso sin conocer las intenciones del creador de esta disciplina, los moradores del lugar demandan este deporte para alegrar su comunidad y fomentar la identificación talentos deportivos para el voleibol, pues somos la segunda ciudad de la provincia por lo que merece una especial atención en el área del deporte por lo que proyectamos tareas específicas como:

1. Promover el interés y participación en las actividades programadas con la aplicación de un programa recreativo de voleibol.
2. Lograr la participación masiva de la comunidad en las actividades recreativa ya sea como participante activo (niños), como activistas (jóvenes y adultos), que apoyan la s actividades en :
3. Chapea del terreno
4. La net del los juegos será confeccionada por tres pescadores del lugar.
5. Un grupo de abuelas se encargaran de las meriendas de los niños.
6. Un grupo de laboriosas compañeras estimular con la creación de medios para el desarrollo de las actividades (rodilleras, silbatos, otros).
7. El marcaje del terreno lo realizaran los jóvenes cederistas seleccionados del lugar.
8. Consolidar el funcionamiento de la comisión coordinadora de recreación y grupos gestores que salieron del forum comunitario.

La actividad física en esta comunidad se orienta por las indicaciones establecidos por el INDER y Educación, en su carácter conjunta de responder por el desarrollo multilateral del niño, pero por lo difícil que se hace el acceso a los barrios más intrincado del lugar y la carencia de transporte y medios para trabajar con estos niños que se ven limitado del contacto con los avances científico e informativos y

carecen de una preparación más actualizada sobre la actividad física, esta es la razón que nos compromete a dar atención personalizada a este grupo poblacional. Es cierto que en el municipio se hacen actividades conjunta con varios sectores para darle atención a estos barrios priorizados pero en realidad es imposible establecer la sistematicidad y sistematización de estas acciones por lo que se pierde su estructura lógica para obtener un resultado deportivo. Además en el estudio realizado a la estructura gubernamental de este territorio decidimos dirigir las acciones hacia tres consejos populares (José Martí, El Mambí, Los Pinos).

Para ganar en claridad sobre la situación actual de estas localidades y establecer una línea de trabajo, aplicamos la matriz DAFO a partir de las informaciones obtenidas.

Teniendo en cuenta los resultados aportados en el diagnóstico de la matriz DAFO ilustramos la posición del plan de actividades dentro de sus componentes.

El Voleibol de mañana está representado por los jóvenes que tenemos en las escuelas y en el barrio hoy, que en un futuro no muy lejano formarán parte de nuestra selección nacional. La necesidad de trabajar en un enfoque de la enseñanza y el perfeccionamiento que sea capaz de formar a los jóvenes voleibolistas, plantea retos a las exigencias del Voleibol contemporáneo, el cual se caracteriza por un alto dominio técnico, así como la variabilidad de sus acciones técnico- tácticas.

Para preparar voleibolistas de alto rendimiento es necesario comenzar la enseñanza del Voleibol en niños de 9 a 10 años. Es imposible dominar a la perfección la técnica moderna del Voleibol en un período más corto, solo una planificación perspectiva y racional de la enseñanza y los entrenamientos para voleibolistas desde los 11 años hasta los 18 años pueden solucionar el problema de una adecuada preparación del deportista que dominen la más elevadas técnicas.(Y. N. Zhelezmak).

El desarrollo deportivo cubano comienza desde edades tempranas mediante programas de Educación Física (EF) adecuados a las edades y sexo de los niños y jóvenes y a las necesidades y posibilidades motrices de cada etapa de desarrollo. La comunidad también desempeña un papel importante en el desarrollo de estas

actividades deportivas máxime si el empeño esta enmarcado en el perfeccionamiento de una cultura general integral de sus moradores. La trayectoria o desarrollo deportivo de la gran masa de niños y jóvenes con los cuales se trabaja a diario, tiene que enfrentar innumerables y controvertidos problemas científico-pedagógicos y teórico-metodológicos, sobre todo en aquellos deportes de iniciación temprana, para poder lograr una alta longevidad deportiva sin ocasionar traumas o lesiones irreversibles en los niños y jóvenes practicantes, así como permitir una correcta selección y orientación

En la comunidad de San Cristóbal se presenta dificultad con la incorporación de los practicantes de voleibol en edades tempranas a las áreas de las escuelas comunitarias , después de hacer una consulta a los programas de Educación Física de la enseñanza primaria, ver que no se concibe su instrucción desde los primeros ciclos de la enseñanza primaria, por lo que decidimos presentar un plan de acciones con carácter comunitario para favorecer la incorporación de posibles potencialidades en el territorio, que se manifiesten al perfil de los deportistas de alta categoría, así como los resultados obtenidos por ellos, resultan especialmente interesantes por constituir estos sujetos un grupo de particular habilidad y especiales condiciones. (DURAND, M. 1988).

Después de un profundo análisis de las definiciones sobre la Identificación de talentos la autora reediseña el siguiente pues consideramos el más completo para definir de nuestro objeto de estudio, " como un proceso de distinción dentro de un grupo etario que poseen capacidades y habilidades con un grado de jerarquía en el desarrollo, definido por un equipo multidisciplinario, a partir de pruebas de estudios para un deporte o varias disciplinas, que sirvan de base para el trabajo en las escuelas comunitarias.

Por lo que se precisa:

- 1 Para determinar el diagnostico físico emplearemos los test antes mencionados del percentil 90 y 97 para la talla, los resultados se recogerán en una tabla preestablecida.
- 2 Con la aplicación de este conjunto de acciones se garantizará que los niños se apropien de conocimientos necesarios para ser seleccionados para las áreas

deportivas en la categoría de iniciación deportiva en esta disciplina.

- 3 También se propicia una herramienta de trabajo para aquellas escuelas comunitarias que por sus necesidades, condiciones ó motivaciones deseen poner en práctica nuestra propuesta.

CONCLUSIONES

A modo de conclusión podemos decir que:

1. Los fundamentos teóricos- metodológicos que sustenta a la comunidad nos permitió sentar pautas para identificar talentos para el voleibol en esta localidad.
2. Pudimos constatar que en la comunidad de San Cristóbal no existía un trabajo en la comunidad que favoreciera al desarrollo deportivo en edades tempranas con un carácter comunitario.
3. Se propicia una herramienta de trabajo para Identificar Talentos Deportivos en la comunidad de San Cristóbal.
4. El análisis del criterio de los especialistas demostró la utilización aceptada del conjunto de actividades físico –recreativa para Identificar Talentos en la comunidad de San Cristóbal.

BIBLIOGRAFÍA.

1. Acosta Sánchez, María Eliza (2005) Psicología del entrenamiento y la competencia deportiva. Ciudad de La Habana, Editorial Deportes.
2. Aguilera, Francisco; Ariel Ruiz (1989) Orientaciones metodológicas : quinto grado. Ciudad de La Habana, Editorial Pueblo y Educación.
3. Álvarez de Zayas, Carlos Manuel (1996). Hacia una escuela de excelencia. La Habana, Editorial Academia.
4. _____. (1998). La Investigación científica en la sociedad del conocimiento. La Habana, Editorial Academia.
5. Andux, Calixto (1994). Nuevo enfoque didáctico para el aprendizaje de los juegos deportivos; el voleibol. La Habana, ISCF.
6. _____. Los Objetivos en los deportes de equipo: un problema metodológico con implicación social. La Habana, ISCF.

7. Arias, H (1995) La Comunidad y su personalidad, educación salud, La Habana, Editorial Pueblo y Educación
8. Arzauz, LI. (1996). La Investigación social en el planeamiento de comunidad con participación ciudadana e institucional en participación social; desarrollo urbano. Universidad de La Habana, Humanísticas,; Universidad de (Camagüey)
9. Bayer, C. (1986) La Enseñanza de los juegos deportivos. Barcelona, Editorial Hispano Europea.
10. Bakker, F. C. (1993). Psicología del deporte: conceptos y aplicaciones. Madrid, C.S.D. Morata.
11. Blázquez, D.(1992) Evaluación en la educación física. Barcelona, Editorial INDE.