

Juegos predeportivos y familiarización con las habilidades motrices deportivas del voleibol

Pre-sport games and familiarization with volleyball sport motor skills

Jogos pré-esportivos e familiarização com as capacidades motoras desportivas do voleibol

Betsy González Liens

betsygonzalezliens@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0002-7043-6868>

Víctor Luis Olivera Rodríguez

voliverar@udg.co.cu
<https://orcid.org/0000-0003-3126-0826>

Universidad de Granma, Cuba

RESUMEN:

El trabajo que se presenta a continuación tiene como objetivo describir la metodología y aspectos colaterales respecto al voleibol y la enseñanza en secundaria básica, dirigido fundamentalmente al diseño de juegos predeportivos para la familiarización de los estudiantes con las habilidades motrices en dicho deporte; estos juegos servirán como herramienta importante no solo en las clases de educación física propiamente dichas, sino también para emplearlos en las comunidades donde viven los estudiantes, dándoles la oportunidad de utilizar el tiempo libre en actividades saludables que les permitan un desarrollo espiritual, biológico, psicológico y social adecuado. La metodología empleada incluyó niveles teóricos sustentados en el método analítico-sintético y a nivel empírico, se empleó la observación. Se tomó como referencia el grupo 8vo 1 de la ESBU 30 "Aniversario de la Batalla de Guisa", del municipio de Bayamo, en la provincia de Granma, Cuba. Las conclusiones revelan la forma en la que mediante estos juegos se pretende elevar la cultura deportiva de los estudiantes dentro y fuera del centro de estudio.

ABSTRACT:

The work presented below aims at describing the methodology and collateral aspects regarding volleyball and teaching in basic secondary school, fundamentally directed to the design of pre-sports games for the familiarization of students with the motor skills in said sport; these games will serve as an important tool not only in the physical education classes themselves, but also to employ them in the communities where the students live, giving them the opportunity to use their free time in healthy activities that will allow them an adequate spiritual, biological, psychological and social development. The methodology used included theoretical levels based on the analytical-synthetic method and, at the empirical level, observation was used. The 8th grade group 1 of ESBU 30 "Anniversary of the Battle of Guisa", in the municipality of Bayamo, in the province of Granma, Cuba, was taken as a reference. The conclusions reveal the way in which these games are intended to raise the sports culture of the students inside and outside the study center.

RESUMO:

O objetivo do trabalho apresentado abaixo é descrever a metodologia e os aspectos colaterais do voleibol e o seu ensino no ensino secundário inferior, dirigido fundamentalmente à concepção de jogos pré-esportivos para familiarizar os alunos com as capacidades motoras neste desporto; estes jogos servirão como uma ferramenta importante não só nas próprias aulas de educação física, mas também para uso nas comunidades onde os alunos vivem, dando-lhes a oportunidade de utilizar o seu tempo livre em actividades saudáveis que lhes permitam desenvolver-se espiritual, biológica, psicológica e socialmente de forma adequada. A metodologia utilizada incluiu níveis teóricos baseados no método analítico-sintético e, a nível empírico, foi utilizada a observação. O grupo de 8ª classe 1 do ESBU 30 "Aniversario de la Batalla de Guisa", no município de Bayamo, na provincia de Granma, Cuba, foi tomado como referência. As conclusões revelam a forma como estes jogos se destinam a elevar a cultura desportiva dos estudantes dentro e fora do centro de estudos.

PALABRAS CLAVE:

Voleibol; juegos predeportivos; habilidades motrices deportivas; educación física.

KEYWORDS:

Volleyball; pre-sport games; sport motor skills; physical education.

PALAVRAS-CHAVE:

Voleibol; jogos pré-esportivos; capacidades motoras desportivas; educação física.

Recibido: 09/12/2022 - Aceptado: 16/02/2023 - Publicado: 05/04/2023

I. Introducción

Uno de los deportes que se trabaja en la enseñanza secundaria básica es el voleibol, este tiene como característica requerir un amplio espectro en lo que se refiere a los reflejos en primer lugar y luego, los movimientos con gran coordinación, para ello los estudiantes necesitan dominar con alto grado de precisión los variados elementos técnicos que componen a dicho deporte; una vez vencidos podrán ser interrelacionados en las situaciones de juego con el consiguiente resultado exitoso que favorecerá la correcta ejecución.

Es aconsejable que la enseñanza del voleibol se inicie en los primeros grados, aunque ya el estudiante puede traer algún conocimiento previo pues, en la enseñanza primaria, es objeto de estudio en el programa referido al deporte participativo y en la sub unidad de juegos predeportivos. Es recomendable realizar un diagnóstico para identificar el nivel en el que los estudiantes inician el proceso de aprendizaje, de esta manera se comprobará también el estado de las habilidades motrices deportivas, aspectos que sin duda alguna ayudarán en la comprensión de los diversos elementos técnicos de este deporte, la exactitud que hay que lograr a la hora de situaciones de juegos y que de no realizarlos correctamente, pueden restar puntos y conducir a la derrota del equipo. Este deporte resulta algo complejo, si se tiene en cuenta que los diferentes elementos a trabajar, no son precisamente los que se ejecutan de manera natural por lo que se hace complicado el dominio del balón (Colectivo de autores, 2006).

Si no se conoce el reglamento de este deporte, se obstaculiza el desarrollo armónico, coherente y elegante del mismo; hay que destacar aspectos tales como: conocer la cantidad de toques que se pueden realizar antes de pasarlo a la zona del adversario, las dimensiones ideales del terreno que permiten el movimiento de los jugadores sobre la cancha, así como, las posibilidades de desplazamientos y, por último y no menos importante, la altura de la net.

Para el buen desarrollo de este deporte en la secundaria básica, es necesario tener un conocimiento adecuado de estos aspectos y otros más, lo que permitirá el trabajo en equipo, reflexiones y toma de decisiones en el menor tiempo posible, que puedan conducir al éxito en las diferentes competencias que aparecen marcadas en el calendario de cada enseñanza, así como los festivales de clases (INDER,2020).

En este deporte pueden aparecer algunas dificultades relacionadas con el uso correcto del balón, para ello es necesario darle las herramientas a los estudiantes que permitan ejercitar las habilidades de la técnica del manejo del mismo, sobretodo en situaciones cambiantes de juego, teniendo en cuenta el programa de enseñanza, el tiempo adecuado y la sistematicidad con que se debe trabajar este aspecto y todas las relaciones que se pueden establecer una vez adquiridas las habilidades en esta técnica.

En el 8vo grado las principales habilidades motrices deportivas y en las que hay que hacer especial énfasis son: las posiciones que se adoptan, los desplazamientos dentro del terreno, el voleo por arriba, el recibo y los saques por debajo de frente hacia la zona contraria, los mismos que se trabajan de manera aislada pero sin dejar a un lado el juego como aspecto elemental; se sugiere utilizar situaciones muy parecidas a las que se pueden encontrar en un juego real, teniendo en cuenta el nivel que los estudiantes van adquiriendo con el paso del tiempo, para una vez dominadas estas situaciones simplificadas de juego, se comiencen con situaciones combinadas.

Con la práctica del voleibol se pretende que el estudiante pueda expresar su inclinación hacia este deporte, así como el grado de motivación en la práctica del mismo y que todo esto, favorezca el desarrollo multifacético de ellos en esta etapa de la vida.

Los conocimientos relacionados a las situaciones de juego, así como las acciones que se realizan durante ellos, podrán ser llevadas a las diferentes comunidades donde los estudiantes viven, logrando el crecimiento no solo desde el punto de vista físico, sino también espiritual, biológico, psicológico y social.

El desarrollo intelectual de los pequeños puede mejorar con el uso de los juegos teniendo en cuenta todos los beneficios que se adquieren cuando estos son utilizados en las clases y que transitan por las cualidades morales (Watson, 2008).

Hay que destacar que, dentro de la amplia gama de juegos, no se deben dejar de mencionar los juegos menores, los pre-deportivos y los deportivos (INDER, 2022).

- En el caso de los juegos menores, se están refiriendo específicamente a estipuladas acciones motrices que resulten atractivas a las clases de Educación Física, preestablecidas y que permitan la utilización del tiempo libre de los niños mediante actividades lúdicas y su desarrollo psicomotor.
- Para el trabajo en los juegos pre-deportivos, estos se utilizan fundamentalmente como alternativa a los juegos menores, ya que el trabajo que se realiza va dirigido especialmente a adquirir habilidades y movimientos iniciales que servirán para posteriormente desarrollar las habilidades deportivas.
- Por último, los juegos deportivos son la máxima expresión de los juegos, estos llevan un alto grado de exigencias relacionadas al nivel de competencia y que tanto los jugadores individuales como el equipo, deben conocer las reglas que se utilizan de manera oficial.

Por otro lado, hay que analizar el aspecto motivacional como una vía que conduzca a la satisfacción de las necesidades de los jugadores Capote (2014), por tanto, se deben destacar:

- Comportamiento: cuando es el adecuado, existen grandes posibilidades de alcanzar los objetivos trazados.
- Estímulo: cuando surge una necesidad, trae aparejada una acción.

- Satisfacción: ocurre cuando hay un equilibrio entre la necesidad y su satisfacción plena, esta satisfacción se produce fundamentalmente con la liberación de tensiones y es este mecanismo precisamente, el que da origen al equilibrio existente.
- El medio: el ser humano está en constante contradicción, lo cual sirve de estímulo en los comportamientos de los sujetos, de ahí surgen las necesidades condicionantes en la conducta del individuo.
- Estado de tensión: para que se produzca cierta acción es imprescindible que aparezcan ciertas tensiones que necesariamente conlleven a impulsos.
- Homeostasis: es el equilibrio que se produce cuando se obtiene el estado deseado y los factores condicionantes.
- Necesidad: cuando no hay una plena satisfacción de las necesidades, indudablemente aparecerá la incómoda tensión.

II. Desarrollo

Luego de realizar una búsqueda bibliográfica profunda se procedió a la observación de las clases de Educación Física, específicamente en el 8vo 1 de la ESBU 30 “Aniversario de la Batalla de Guisa” del municipio Bayamo, provincia Granma, en las mismas se pudieron constatar las siguientes características:

- a. Limitada práctica de juegos, especialmente predeportivos, esto para la familiarización con las habilidades motrices deportivas del voleibol.
- b. Insuficientes juegos predeportivos para el voleibol.
- c. Insuficientes conocimientos de los profesores de Educación Física respecto a las habilidades motrices deportivas en el voleibol.

Luego de detectadas las insuficiencias, se plantea el siguiente problema científico:

¿Cómo contribuir a la familiarización de los escolares con las habilidades motrices deportivas del voleibol?

Para ello se trazó como objetivo el poder diseñar juegos predeportivos para la familiarización de los escolares con las habilidades motrices deportivas del voleibol. Se emplearon métodos tales como:

A nivel teórico, el método analítico-sintético: se utilizó en la revisión bibliográfica desarrollada, que incluyó libro, folletos, artículos y trabajos de investigación, todo esto permitió acopiar abundante información para el establecimiento de los principales presupuestos teóricos de la investigación.

A nivel empírico, la observación: permitió ir valorando como se comportaba la ejecución de las habilidades motrices deportivas del deporte seleccionado. Se utilizó además para constatar el nivel de motivación por parte de estos estudiantes y determinar el tiempo libre del cual disponen para la práctica del voleibol en la comunidad para así favorecer el crecimiento espiritual, biológico, psicológico y social.

A continuación, se muestran los juegos seleccionados para la aplicación en las clases (Colectivo de autores, 2016).

Juegos de saque

Aquellos que tienen como denominación: “balón en retroceso”, “derriba las banderitas”, “pase caliente”, “anotar un tanto” y “tres balones a la pared”.

Juegos de voleo

Como por ejemplo, “balón arriba”, “voleos enumerados”, “voleos en parejas” y “carreras de carretillas con voleo”.

Juegos de pase

Tales como “pasa la pelota por sobre la net” y “las cuatro esquinas”.

Juegos de recibo

Como por ejemplo “balón directo” y “la ranita saltarina”.

Seguidamente se muestran el desarrollo de algunos juegos por áreas de trabajo.

Juego de saque

Nombre: “balón en retroceso”.

Propósito formativo: lograr una misma meta para todos los participantes.

Propósito motor: familiarizar con la habilidad referida al saque.

Participantes: todos los integrantes del grupo.

Materiales: net y balones de voleibol.

Espacio: Tener en cuenta las dimensiones del terreno de la escuela.

Organización: Los equipos se encontrarán formados en hileras a una distancia aproximada de 5 m. con respecto a la línea de saque.

Desarrollo: el primer estudiante del equipo saldrá corriendo hasta alcanzar la línea de saque, una vez allí va a golpear el balón empleando el saque por abajo, que irá dirigido contra la net.

Reglas: el estudiante realizará el saque desde la línea marcada en el terreno de juego; no se permite golpear el balón dos veces consecutivas por el mismo estudiante.

Juego de voleo

Nombre: “voleos enumerados”

Propósito formativo: lograr una misma meta para todos los participantes.

Propósito motor: familiarizar con la habilidad de voleo.

Participantes: todos los integrantes del grupo.

Materiales: aros y balones.

Espacio: tener en cuenta las dimensiones del terreno de la escuela.

Organización: los estudiantes se colocarán en dos hileras, en el centro del terreno se trazará una línea y en el medio de la misma se hará un círculo donde se encontrará en balón.

Desarrollo: a cada estudiante se le dará un número que una vez nombrado por el profesor, saldrá corriendo hacia el balón y realizará un voleo, luego regresarán hasta el puesto que ocupaban y allí esperarán hasta que el profesor los vuelva a llamar.

Reglas: todos los miembros de los equipos realizarán el voleo, el primer estudiante del grupo ejecuta el gesto técnico, si el voleo se realiza de manera correcta el equipo obtendrá un punto, ganará el equipo que más puntos alcance.

Juego recibo del balón.

Nombre: balón directo.

Propósito formativo: lograr una misma meta para todos los participantes.

Propósito motor: familiarizar a los estudiantes con la recepción del balón como habilidad.

Participantes: todos los integrantes del grupo.

Materiales: balones de voleibol.

Espacio: tener en cuenta las dimensiones del terreno de la escuela.

Organización: para el desarrollo de este juego el profesor dividirá al grupo en cuatro equipos, se ubicarán en hileras aproximadamente a 5 m. de la línea de saque, donde estará el estudiante que lanzará el balón para realizar la acción.

Desarrollo: al sonido del silbato los primeros estudiantes de los equipos realizarán recepción del balón por abajo, en este caso los brazos estarán completamente extendidos y lo devolverán al compañero de su equipo.

Reglas: todos los integrantes del equipo realizarán la recepción del balón, por cada recepción correcta se otorgará un punto al equipo, ganará el equipo que más puntos alcance.

III. Reflexiones finales

La aplicación de los juegos predeportivos en las clases contribuye a la familiarización de los estudiantes con las habilidades motrices deportivas del voleibol; los profesores poseen una alternativa didáctica-metodológica a emplear en las clases de Educación Física; contribuyen a formar cualidades morales y sociales además de las volitivas de la personalidad, mejoran el estado de salud de nuestros estudiantes, favorecen el crecimiento espiritual, biológico, psicológico y social de los mismos, así como la potenciación de la iniciación deportiva hacia el voleibol. El llevar a la práctica docente este tipo de actividades es una tarea pendiente de cada profesor.

Referencias

Capote, G. (2014). *Juegos para la parte inicial de la clase de Educación Física en segundo grado*. (Trabajo de Diploma). Universidad de Cienfuegos Carlos Rafael Rodríguez.

Colectivo de autores (2016). *Programa de preparación del deportista de todos los deportes*. Autores.

Colectivo de Autores. (2006) *Teoría y Metodología de la Educación Física: Tomos I y II*. Editorial Deportes

INDER (2020). Indicaciones metodológicas para la Educación Física y el Deporte para todos. Autor

INDER (2022). *Precisiones metodológicas de la Educación física y el deporte para todos*. Autor

Watson, H. (2008). *Teoría y Práctica de los Juegos*. Pueblo y Educación.

Conflicto de intereses / Competing interests:

El autor no incurre en conflictos de intereses.

Rol de los autores / Authors Roles:

BGL: Conceptualización e Investigación.

VLOR: Escritura-Preparación del borrador original, Redacción-revisión y edición.

Fuentes de financiamiento / Funding:

Esta investigación se realizó con el financiamiento de los autores.

Aspectos éticos / legales; Ethics / legal:

Los autores declaran no haber violado u omitido normas éticas o legales al realizar la investigación.