

**Universidad de Matanzas
Sede “Camilo Cienfuegos”
Facultad de Ciencias de la Cultura Física**



**MANUAL DE JUEGOS PARA LA ENSEÑANZA DE LOS ELEMENTOS
TÉCNICOS DEL BALONMANO EN LA CATEGORÍA 7 – 8 AÑOS DEL
MUNICIPIO DE JOVELLANOS**

**Tesis en opción al título de Máster en Ciencias de la Educación Física,
el Deporte y la Recreación**

Autor: Lic. Raúl Figueredo Denis

Tutora: Dr. C. Danay Quintana Rodríguez

Matanzas, 2019

"Saber no es suficiente; tenemos que aplicarlo. Tener voluntad no es suficiente; tenemos que implementarla".

Goethe

AGRADECIMIENTOS

No cabe dudas, lo difícil que es andar por el camino del saber, solo el sacrificio de aquellos que nunca se detuvieron para mirar atrás puede ser recompensado con el logro definitivo de lo que tanto anhelamos. Sin embargo, personas que nos aman y que siempre estarían de nuestro lado son las que precisamente debemos agradecerles.

Un agradecimiento muy especial para una persona muy especial, que ha sabido ganarse mi respeto y admiración, que ha sabido iluminarme en momentos de oscuridad al brindarme su incondicional ayuda, a través de sus precisas y certeras orientaciones, Danay, para ti mis más sinceros agradecimientos.

Quiero agradecer además:

A mis profesores, por todas sus enseñanzas,

A mí querida hermana Yamilé por estar siempre a mi lado,

A todos aquellos que de una forma generosa, sencilla pero llena de amor, hicieron posible la realización de esta investigación.

A todos, infinitas gracias.

DEDICATORIA

Quiero dedicar este trabajo de una manera muy exclusiva, a todos los niños que de una forma u otra han estado vinculados al deporte, especialmente al balonmano, a aquellos que me han dado la oportunidad de sentirme útil en la vida y que, sin su existencia, estaría apagada en mí ser la llama de la esperanza.

ÍNDICE

Pág.

INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I LA ENSEÑANZA DEL BALONMANO EN LA ETAPA INICIAL. SUS TENDENCIAS CONTEMPORÁNEAS, EL USO DE LOS JUEGOS	8
1.1 Etapas y modelos para la enseñanza del balonmano durante la iniciación deportiva	8
1.2 El juego como actividad rectora del proceso de iniciación deportiva	16
1.2.1 Los juegos pre – deportivos	18
1.3 Principales acontecimientos que caracterizan a los niños entre los 7 y 8 años de edad	22
1.3.1 Desarrollo intelectual	23
1.3.2 Desarrollo psicológico	23
1.3.3 Desarrollo social	23
1.3.4 Desarrollo físico y biológico.	24
1.4 Elementos técnicos del balonmano. Sus características	27
CAPÍTULO II. DISEÑO METODOLÓGICO DE LA INVESTIGACIÓN	35
2.1 Estrategia investigativa	35
2.2 Población y muestra	35

2.3 Métodos y procedimientos utilizados en la investigación	36
2.3.1 Métodos teóricos	36
2.3.2 Métodos empíricos	37
2.4 Análisis de los resultados de los métodos empíricos utilizados	39
2.5 Estrategia metodológica para la concepción del manual y su contenido	51
2.6 Manual de juegos para la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano en la categoría 7 – 8 años del municipio de Jovellanos	56
CONCLUSIONES	88
RECOMENDACIONES	89
BIBLIGRAFÍA	
ANEXOS	

RESUMEN

El proceso de enseñanza del balonmano en las edades tempranas es determinante en la formación del futuro deportista de alto rendimiento y para ello debe estar sustentado en el juego, sin embargo en la actualidad existen insuficiencias en los programas que rigen la preparación de los balonmanistas en la iniciación, en cuanto a la orientación de juegos para la enseñanza de los elementos técnicos, por ello el autor se ha propuesto elaborar un manual de juegos para la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano en la categoría 7- 8 años del municipio de Jovellanos. En el proceso de recopilación de datos se emplearon métodos de investigación teóricos tales como, el histórico-lógico, analítico-sintético, inductivo-deductivo, hipotético-deductivo y el sistémico-estructural-funcional y métodos empíricos como: el análisis de documentos, la encuesta, la observación y la triangulación metodológica. Además, se requirió aplicar el criterio de los especialistas. Conformaron la muestra, 11 entrenadores de base de diferentes municipios de la provincia, 20 niños practicantes de balonmano del municipio de Jovellanos y 15 especialistas de la provincia, necesarios para la validación del manual. La investigación tiene como elemento novedoso, que por primera vez se confecciona un manual de juegos para la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano que se corresponde con las características de los niños, el aporte que realiza, está dado en disponibilidad del mismo, el cual ofrece una variante para facilitar la enseñanza del balonmano y constituye una valiosa referencia para los entrenadores de base.

SUMMARY

The process of teaching handball at early ages is a determining factor in the training of the future high-performance athlete and for this it must be supported in the game, however at present there are insufficiencies in the programs that govern the preparation of the handball player in the initiation, in terms of the orientation of games for the teaching of technical elements. Therefore, the author has proposed to develop a manual of games for teaching the technical elements of handball in the category of 7- 8 years of the municipality of Jovellanos. In the process of data collection some theoretical research methods were used, such as the historical-logical, analytic-synthetic, inductive-deductive, hypothetical-deductive and systemic-structural-functional method. The empirical methods were also used, for example: document analysis, survey, observation and methodological triangulation. In addition, it was required to apply the criteria of the specialists. The sample consisted of 11 base coaches from different municipalities in the province, 20 children that are practicing handball from the municipality of Jovellanos and 15 specialists from the province, that are necessary for the validation of the manual. The research has as a novel element, that for the first time a manual of games is made for the teaching of the technical elements of handball that corresponds to the characteristics of the children. The contribution that it makes, is given in availability of the manual itself, which offers a variant to facilitate the teaching of handball, constituting a valuable reference for base coaches.

INTRODUCCIÓN

El deporte en cualquier etapa de la vida, aporta un sinnúmero de beneficios no solo en el plano físico, sino también, en el emocional, sin embargo, se debe prestar especial atención a los niños que se inician en la práctica deportiva, ya que es en esta etapa en la que se van a adquirir patrones, conductas, estilos que formarán verdaderamente a los futuros deportistas. Esto se logrará si se tiene en cuenta un aspecto muy importante para realizar cualquier actividad con los pequeños: la diversión. Es el deporte precisamente un instrumento formativo, que facilita el aprendizaje de valores como la disciplina y la colaboración, cuando se trata del juego colectivo, llevándolos a respetar reglas, ser tolerantes, aceptar diferentes roles, y afrontar tanto las victorias como las derrotas.

El balonmano es una de las actividades deportivas más dinámicas y creativas que existe, sus técnicas básicas son sencillas y están al alcance de cualquier niño, debido a que sus habilidades específicas: correr, lanzar, atrapar, saltar, vienen genéticamente determinadas en él. Este es un deporte de equipo muy completo en el que se trabajan todas las áreas físicas, hay que correr y saltar con las piernas, pasar y lanzar con los brazos, así que tanto el tren superior como el inferior se desarrollan de forma conjunta. Los beneficios físicos que puede aportar son innumerables. Siempre se habla de la natación como el deporte más completo, pero esta disciplina no le anda a la zaga, ya que ayuda a los niños a tonificar su cuerpo y fortalecer sus músculos y huesos, por lo que contribuye de tal manera a su desarrollo físico. Como los deportes de saltos y estiramientos, el balonmano ayudará a aumentar la altura del niño, e incluso su capacidad pulmonar. Además, es de gran ayuda en la lucha contra la obesidad y es un estupendo ejercicio cardiovascular.

Independientemente de todos los beneficios físicos mencionados con anterioridad, este hermoso deporte favorece en gran medida al desarrollo intelectual de los niños; les ayudará a desarrollar tácticas individuales y de equipo, a planificar y a resolver situaciones de forma rápida, cualidades

fundamentales en la vida de adulto, beneficia a la socialización, interacción y comunicación con los compañeros y rivales, por lo que logra de esta manera el desarrollo de su personalidad para así forjar su carácter.

La enseñanza deportiva en las edades tempranas es de vital importancia en la formación del futuro deportista de alto rendimiento y para ello debe estar sustentada fundamentalmente en el juego, tratando de sacar el máximo beneficio posible al componente lúdico, para de esta manera favorecer el proceso de enseñanza. Está demostrado que el niño aprende más, cuando lo hace en un contexto de juego, ya que esta situación no la percibe como imperativa u obligatoria, en la mayoría de los casos logra automotivarse y esto favorece a que se convierta en un deportista verdaderamente exitoso.

Para Hernández, J. (37), la iniciación deportiva “es un proceso de enseñanza aprendizaje, seguido por el individuo para la adquisición del conocimiento y la capacidad de ejecución práctica de un deporte, desde que toma contacto con él, hasta que es capaz de practicarlo con adecuación a su técnica, su táctica y su reglamento”. Si se tiene en cuenta que “el deporte es un elemento educativo importante, siempre y cuando se modifiquen componentes que tienen que tratarse como educativos y no centrados en los puramente competitivos” Le Boulch, J. (47), entonces se observará como la definición de iniciación deportiva antes expuesta, está enfocada hacia el punto de vista educativo al hacer incidencia en el proceso de enseñanza–aprendizaje. Basado en estos criterios, el autor considera que la iniciación al balonmano, consiste en ofrecer al niño una serie de enseñanzas, experiencias y trabajos que le van a permitir, cuando esté dotado para ello física y biológicamente, jugar como los mayores, concibiendo el balonmano como un juego colectivo, como un sistema de problemas, cuya solución motriz exige una respuesta muy afinada de las cualidades físicas, técnicas y psicológicas; por lo que, esta iniciación debe orientarse a fomentar y garantizar el bienestar físico, mental y social, además de la mejora de la calidad de vida de los participantes, de igual modo, a la adquisición de habilidades y destrezas generales y específicas, y a desarrollar las capacidades condicionales y coordinativas; aprendiendo a dosificar el

esfuerzo, a conocer el reglamento y entender el balonmano como un deporte en el que se respeta al compañero, al adversario y a los árbitros.

En la actualidad, la iniciación en el balonmano, está presidida por una pedagogía deportiva construida y fundamentada en la reproducción de patrones técnicos, basados en la reproducción de gestoformas en la que se aprende de forma aislada con escasa conexión con la situación real del juego, de tal manera que, en primer lugar se señala la técnica individual para pasar a la táctica colectiva. Se debe tener en cuenta la famosa frase de: aprender jugando, practicar jugando, y utilizar situaciones de aprendizaje simplificado, pero correspondiente al juego real del balonmano. Es decir, buscar la formación integral del deportista, al desarrollar los contenidos de forma conjunta y no de forma aislada; tener en cuenta que el jugador debe dominar los elementos básicos del mismo para que el juego resulte fluido y ordenado, al utilizar los juegos aplicados al balonmano.

El éxito de este proceso de enseñanza, se debe en parte, a cómo se presenten los contenidos. Es por esto que, los entrenadores de la base deben organizar los conocimientos de forma apropiada y significativa para los alumnos. En este sentido, es importante insistir en los contenidos de los juegos y comenzar el trabajo de las actividades de iniciación deportiva adaptadas a su edad, teniendo las mismas un carácter más multifuncional y de recreación que de aprendizaje de una disciplina deportiva concreta. Los alumnos han de reconocer el carácter arbitrario de las normas y la posibilidad de adaptación de las mismas por parte del grupo.

La Federación Internacional de Balonmano (IHF) encabezada por el Dr. Hassan Mustafa (44, 3) alega que, “durante los últimos años, el balonmano se ha convertido en un juego de gran velocidad, moderno y atractivo, que ha fascinado cada vez más a espectadores y aficionados”. Para él, por tanto, es una tarea muy importante para el futuro, intentar beneficiarse de la popularidad de dicho deporte para conseguir especialmente que los niños y adolescentes se interesen por el mismo. La IHF en el año 2008 lanzó un Programa de Educación y Capacitación para entrenadores de todo el mundo, teniendo como consigna "*Diversión, pasión y salud*", en la que

competentes expertos de la IHF abordaron el tema de la enseñanza del balonmano, en una primera fase, impartieron cursos para profesores que tenían a su cargo niños de 5 a 11 años en todos los continentes.

En nuestro país, la práctica del balonmano se rige por el Programa Integral de Preparación del Deportista, se comienza a trabajar con niños desde los siete u ocho años de edad, el objetivo fundamental de este programa para dicha categoría es desarrollar aptitudes, capacidades y habilidades básicas para la introducción al balonmano, y tener como premisas la diversión de estos pequeños y al juego como actividad rectora del aprendizaje en estas edades. En el análisis realizado se pudo constatar que, a pesar de que en programa se reconoce la importancia del juego para la enseñanza en estas edades, son muy limitados los juegos propuestos para el cumplimiento de dicho objetivo.

Si se tiene en cuenta la necesidad que tienen estos pequeños de dominar los elementos técnicos básicos, que le permitan lograr un buen desempeño, y mostrar sus habilidades en el juego de balonmano, entonces se evidencia como **situación problemática** las insuficiencias de los programas que rigen la preparación de los balonmanistas desde edades tempranas, en cuanto a la orientación de juegos para la enseñanza de los elementos técnicos en la categoría 7 - 8 años. Ante esta situación el autor declara como **problema científico** el siguiente: ¿Cómo contribuir a la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano en niños de la categoría 7 - 8 años del municipio de Jovellanos? por lo que el **objeto de estudio** comprende el proceso de enseñanza del balonmano, y tiene como **objetivo general**: elaborar un manual de juegos para la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano en la categoría 7-8 años del municipio de Jovellanos. En atención a ello el **campo de acción** se precisa como manual de juegos para la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano.

Hipótesis: Un manual de juegos que incorpore elementos como desplazamientos sin balón, recepciones, pases, lanzamientos, drible y familiarización con el contrario, permitirá contribuir a la enseñanza de los

elementos técnicos del balonmano en niños de la categoría 7 - 8 años del municipio de Jovellanos.

Operacionalización de las variables

	Variable independiente	Variable dependiente
Definiciones	Manual de juegos que incorpore elementos como desplazamientos sin balón, recepciones, pases, lanzamientos, drible y familiarización con el contrario	Permitirá contribuir a la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano en niños de la categoría 7 - 8 años del municipio de Jovellanos
Conceptuales	Es un manual que facilita el empleo de juegos relacionados con los elementos técnicos el balonmano	Condiciones superiores a las anteriores que contribuyen a la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano en edades tempranas, al combinar actitudes, capacidades y habilidades técnicas mediante el juego
Operacional	Es un manual en el que se describen los juegos a realizar para la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano. En él se detalla el nombre del juego, el objetivo, los materiales a utilizar, la cantidad de participantes, la edad, el espacio utilizado para su realización así como, la organización y desarrollo, la gráfica y las reglas	Se contribuye a la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano cuando: Se logre fundamentar desde el punto de vista teórico que el manual de juegos elaborado permite facilitar la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano de la categoría 7 - 8 años del municipio de Jovellanos El criterio de los especialistas se manifieste significativamente a favor del mismo

Dimensiones e indicadores de las variables relevantes

Variable	Dimensiones	Indicadores
Independiente	Desplazamientos sin balón	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Equilibrio corporal ✓ Posición de los brazos ✓ Parada ✓ Pierna en los cambios de dirección y sentido
	Recepción	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Posición inicial de los brazos ✓ Movimiento de amortiguación
	Pases	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Armado del brazo de tiro ✓ Flexión dorsal ✓ Movimiento final de la muñeca
	Lanzamiento	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Posición de las piernas en el último apoyo ✓ Proyección del brazo ejecutor ✓ Posición final de la muñeca
	Drible	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Posición del brazo ejecutor ✓ Posición del tronco ✓ Golpeo del balón ✓ Lateralidad

	Familiarización con el contrario	✓ Postura defensiva ✓ Equilibrio corporal
Dependiente	Enseñanza de los elementos técnicos del balonmano en niños de la categoría 7 - 8 años del municipio de Jovellanos	✓ Fundamentar teóricamente la pertinencia del manual elaborado ✓ Criterio de los especialistas

Como principales **variables de control** se han tenido en cuenta las siguientes:

Niños: edad (cronológica y deportiva) y sexo.

Especialistas: años de experiencia, título académico y responsabilidad que desempeña.

Objetivos específicos:

1. Establecer los antecedentes teóricos y metodológicos que sustentan la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano en su etapa de iniciación.
2. Precisar las causas de las insuficiencias en la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano en la categoría 7 - 8 años.
3. Diseñar los juegos para la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano en la categoría 7 - 8 años.
4. Determinar el contenido del manual de juegos para la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano en la categoría 7 - 8 años.
5. Demostrar la validez teórica del manual elaborado.

El presente trabajo está suscrito a la línea de investigación de la Maestría en Ciencias de la Educación Física, el Deporte y la Recreación, referida a los "Aspectos teóricos y metodológicos de la enseñanza aprendizaje del deporte" en virtud de la contribución del referido manual de juegos para la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano en la categoría 7 - 8 años.

Para el logro de los objetivos propuestos se utilizaron los métodos de investigación científica, tanto del nivel teórico (histórico-lógico, analítico-sintético, inductivo-deductivo, hipotético-deductivo y el sistémico-estructural-funcional), como del empírico (análisis de documentos, la encuesta, la

observación y la triangulación metodológica). Fue necesario además, conocer el criterio de los especialistas para validar el manual elaborado.

La **novedad científica** de la investigación, estriba en que se aporta por vez primera, un manual de juegos para la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano en su etapa de iniciación (categoría 7 - 8 años) que trasciende el qué hacer, en el cual se incluyen los juegos pre deportivos para cada uno de los elementos técnicos del balonmano, que se precisan en esta etapa, al tener en cuenta las características de los niños de estas edades.

La **contribución teórica** se manifiesta en la sistematización de la información más avanzada sobre la etapa de iniciación que contempla el proceso de formación deportiva y de los juegos, su transformación en conocimiento. Además, se proporciona una nueva concepción, desde el punto de vista metodológico, para facilitar la enseñanza del balonmano en su etapa de iniciación.

El **aporte práctico** de la investigación comprende la disponibilidad del propio manual de juegos, el que ofrece una variante para facilitar la enseñanza con niños que se inician en la práctica del balonmano, concretamente en la categoría 7- 8 años. De esta manera disminuye considerablemente el nivel de empirismo que, al respecto, caracteriza la planificación del entrenamiento deportivo en estas categorías, en gran medida por la falta de estudios y de bibliografías referentes.

CAPÍTULO I. LA ENSEÑANZA DEL BALONMANO EN LA ETAPA INICIAL. SUS TENDENCIAS CONTEMPORÁNEAS, EL USO DE LOS JUEGOS

Con la finalidad de entender con una mejor claridad el objeto de estudio del presente trabajo, se estimó conveniente profundizar en aspectos importantes relacionados con la enseñanza del balonmano en su etapa de iniciación, al tener en cuenta las tendencias actuales que se vislumbran al respecto, reflejado principalmente en los modelos de iniciación deportiva, así mismo se realizó un estudio minucioso sobre el empleo de los juegos pre deportivos como herramienta ideal para favorecer la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano. Se hizo necesario abordar el tema de los principales acontecimientos desde el punto de vista intelectual, psicológico, social, físico y biológico que se manifiestan dentro del grupo etario comprendido entre los 7 y los 8 años. Además, se determinaron algunas de las características de los elementos técnicos abordados.

1.1 Etapas y modelos para la enseñanza del balonmano durante la iniciación deportiva

Etapas del proceso de iniciación deportiva

Todo proceso de enseñanza en la actividad física y el deporte está orientado hacia determinados objetivos que conducen a la educación y el perfeccionamiento de las formas y funciones del organismo humano y de esta manera se van incrementando paulatinamente los rendimientos individuales y colectivos. Los autores que han trabajado la iniciación deportiva, consideran muy importante planificar este proceso en determinadas etapas y fases, al atender a las características del niño, la edad y el tipo de deporte. La edad con la cual un individuo inicia un deporte es vital, aunque no se excluye la posibilidad de iniciar siendo adulto, pero el

problema estaría en la duración de la vida deportiva una vez aprendido el deporte, Almaguer, R. (3).

Existen diversos criterios respecto a la edad para iniciar un deporte, Diemm, citado por Barrios, J. y A. Ranzola (13), defiende la idea, de que la iniciación puede producirse desde mucho antes de los 10 años, y señala que la capacidad para el juego, la competencia en grupo comienza desde los 5 ó 6 años. En tanto Leali, G. (46), sugiere iniciar la práctica del deporte entre los 7/8 - 10 años hasta los 18. Por otro lado Álvarez del Villar, C. (6) y Navarro, S. (58), definen que debe ser desde los 8-10 años, hasta los 18-20 años y proponen tres etapas:

- 1.- Etapa de formación básica
- 2.- Etapa de formación específica
- 3.- Etapa de perfeccionamiento deportivo

La primera etapa consiste en la búsqueda de una formación genérica y polivalente para que el niño adquiriera las bases del movimiento. En la segunda se enseña la estructura funcional del deporte de una manera específica y en la tercera se perfeccionan los aprendizajes. El criterio es que estas etapas duren un periodo de 8-10 años; cuando se hace con niños puede empezar a los 7 - 8 años.

Un análisis realizado por Hernández, J. (38), a partir de las perspectivas de la estructura funcional del deporte, señala los diferentes modelos utilizados en el proceso de formación de la iniciación deportiva el cual se analizará a continuación:

Modelos de iniciación deportiva

1) El modelo tradicional de iniciación deportiva

El modelo tradicional ha sido seguido por la inmensa mayoría de los profesionales que laboran en la Educación Física y el Deporte. Se ha llevado al entrenamiento deportivo, la pedagogía que plantea el modelo es a partir de la creación de una base técnica individual en los alumnos, una vez creada la misma, se trabaja la táctica individual, luego de grupo y finalmente la táctica de equipos. En este tipo de modelo se repite e imita el modelo de entrenamiento de los adultos con ciertas adaptaciones para los niños.

El modelo tradicional o "médico" comienza a desarrollarse desde la primera mitad de siglo. Las bases científicas del mismo están en las Ciencias Biomédicas: Morfología, Fisiología, Bioquímicas y Biomecánicas del movimiento humano, al centrar su atención en el funcionamiento estructural y orgánico del cuerpo humano y en los efectos que ejerce el ejercicio físico sobre el mismo. Entre los objetivos principales de este modelo está el desarrollo de la capacidad de rendimiento físico o motor. Las habilidades y hábitos que se forman a partir de este tipo de enseñanza se realizan sobre la base de la repetición - imitación de acciones, técnicas o modelos de movimientos.

A comienzos del milenio, López, A. (50), critica este tipo de modelo, y hace referencia a que en el proceso de enseñanza – aprendizaje el alumno es un ente pasivo, que se limita a procesar la información y a ejecutar acciones hasta lograr el dominio de lo que se le enseña.

Por tanto entiende, que el modelo tradicional se basa en la lógica del pensamiento del adulto, en un proceso de análisis, asociación y síntesis, primeramente una acción se enseña desde la repetición fraccionada en la que se analizan las partes del movimiento, seguidamente se asocian en la medida que se van asimilando hasta la ejecución global de la acción de juego, donde se sintetizan las partes en un todo único, sólo cuando se ha dominado un gesto es que se puede pasar al aprendizaje de otro y finalmente continúa el encadenamiento de las diferentes acciones.

Posteriormente expone que a partir de la revitalización de las Olimpiadas de la era moderna el deporte se ha difundido y ha ejercido una gran influencia en la Educación Física, pasando a integrar los currículos escolares, esto ha provocado la introducción del modelo deportivo, que tiene sus raíces en la repetición y automatización de los hábitos motores.

Al respecto Cagigal citado por Rodríguez, J. (75, 35) concluye: “La perfecta ejecución de un movimiento se logra con repetición y automatización”. Para el rendimiento en el deporte, la automatización es necesaria. ¿Es verdaderamente educativa la automatización? Esta “puede ser negativa en la medida en que le quita tiempo de disfrute de la verdadera práctica del

juego y en la medida en que limite su expresión personal, necesidad ecológica y antitécnica”. La enseñanza con el modelo tradicional se aleja de los intereses de los niños en edad escolar, ellos requieren de una motivación en la tarea, que mediante la repetición fraccionada de determinados gestos es difícil de lograr. Además, la eficacia en cuanto a la asimilación de destrezas deportivas queda en entredicho, pues el niño accede al conocimiento por organización progresiva de estructuras y la interacción con el medio, va proporcionando las bases para la creación de una estructura global. Blázquez, D. (16).

Hernández, J. (37), sobre la corriente pedagógica tradicional realiza una reflexión que tiene como idea central el análisis de los elementos y su descomposición en partes, con lo que el deporte que se pretende enseñar se secuencializa y divide en segmentos que son enseñados al individuo, primero por partes que se van agrupando o uniendo entre sí a medida que el individuo progresa en su aprendizaje.

Su idea es similar a la de los autores analizados con anterioridad. El modelo tradicional se apoya en las teorías asociacionistas, basado fundamentalmente en la formación de la técnica, previo paso al aprendizaje táctico y al juego en situación real.

Una crítica al modelo tradicional del deporte es realizada por Sánchez, Bañuelos en Blázquez, D. (16, 258) sobre los siguientes elementos:

- Su carácter analítico. (pérdida de contacto con el contexto global y real)
- El directivismo. (pérdida de iniciativa por parte del niño)
- El desencanto. (no es tan divertido como el principiante creía)
- Retrasa la culminación del aprendizaje. (no se juega hasta que no se dominan los gestos técnicos)
- Produce aburrimientos. (prefiere jugar a...)
- Focaliza el aprendizaje en consecución del éxito ante los demás. (sólo se reconocen los resultados demostrados)

2) *Los modelos alternativos de iniciación deportiva*

Los profesionales de la Educación Física y el Deporte en los últimos años han tratado de desarrollar procesos de enseñanza más motivadores, con

nuevas perspectivas, se proyectan los programas a partir de las características y la lógica interna de cada deporte.

Desde los años 60 hasta los 80, se organizaron nuevas corrientes o tendencias para la enseñanza y aprendizaje de las habilidades motrices, una de ellas es el modelo psicoeducativo, éste tiene una fundamentación básicamente psicológica y vivencial del sujeto. El modelo enfatiza en la motivación y aprendizaje del alumno, más que en la enseñanza del profesor López, A. (49).

Una de las características del modelo psicoeducativo es que propicia las condiciones para que el alumno pueda elegir y tomar decisiones y descubrirse a través del movimiento, en este sentido, el alumno deja de ser un ente pasivo, y se convierte en el propio constructor de sus conocimientos. El propio López, A. (49), expresa la importancia de la psicocinética de Le Boulch, J. (47), cuya concepción del cuerpo humano surgida de los nuevos datos neurológicos, psicológicos y sociológicos, le llevan a proponer nuevos sistemas de aprendizaje motor, diferenciados del tipo mecánico, propuesto por el modelo deportivo o el tradicional, ya que éstos crean estereotipos o rigidez que, en su opinión, anulan la calidad de adecuación del sujeto a situaciones nuevas.

El modelo psicocinético se apoya en las vivencias del alumno como elemento enriquecedor del esquema corporal. Este tipo de aprendizaje desarrolla los modos de acción, lo que permite la adaptación a las diversas situaciones, aunque éste método es definido por su autor como “un método general de educación que utiliza como material pedagógico el movimiento humano en todas las formas” Le Boulch, J. (47). El propio autor afirma que puede contribuir al desarrollo de las capacidades motrices básicas y el conocimiento del deporte, así como favorecer el mecanismo perceptivo, en lo que se sitúa la relación espacio-tiempo, lateralidad, orientación espacial y estructura espacial y ritmo.

Los métodos alternativos coinciden con las prácticas deportivas, no como una suma de técnicas, sino como un sistema de relaciones entre los diferentes elementos de juego, lo que permite determinar la estructura de

estas actividades Blázquez, D. (16). Se basan en las características del practicante y se proponen situaciones pedagógicas a partir del juego, en el que el protagonismo lo tiene el equipo, de manera que el conocimiento de la actividad tiene un carácter grupal, racionalizador, independientemente de que las habilidades son personalizadas.

Hernández, J. (39), define como principios que caracterizan las corrientes alternativas, que la enseñanza del deporte parte de situaciones de juego simplificadas de acuerdo con el nivel de capacidad de los alumnos, para progresivamente ir alcanzando la práctica del deporte en su estructura funcional.

En este sentido se aprecia la obra de Andux, C. (9), sus estudios sugieren una práctica racionalizadora, donde lo más importante es el resultado a partir de la solución de problemas tácticos en situaciones simplificadas del juego, la progresión de las acciones del mismo se desarrolla desde la estructura y lógica interna del deporte, se apoya en la teoría de la zona de desarrollo próximo de los alumnos, para considerar el nivel real de probabilidades motrices de los grupos heterogéneos.

Los modelos alternativos están respaldados por las teorías cognitivistas, se fundamentan en la enseñanza de los principios tácticos comunes, utilizan la enseñanza de técnicas de búsqueda o indagación, independientemente de que en determinados momentos se utilicen intervenciones pedagógicas de carácter directivo.

Antón, J.L. (10), expone algunas características de dos enfoques para la enseñanza del balonmano:

- El primero: El enfoque funcional cuyo objetivo está asentado en la mejora de la motricidad general y la riqueza de las manifestaciones del movimiento. Durante la enseñanza de diferentes contenidos, a veces, se confunden con la actividad del sujeto, pues son elaborados sobre la base de la evolución de las conductas motrices.
- El segundo: El enfoque conductual constructivista que evalúa simultáneamente las características esenciales del deporte, los

conocimientos del joven y las manifestaciones observables de las conductas de aprendizaje.

Con relación a estos enfoques de enseñanza de este autor, reconoce al segundo como el más importante, en este caso se comparten estos puntos de vista, pues durante el aprendizaje del alumno es necesario dejar a un lado el tecnicismo que conduce a un modelo ideal, lo más significativo es el dominio de las posibilidades de movimiento ajustadas al objetivo del juego o la solución de un problema táctico en una situación simplificada del juego.

Devís, J y C., Peiró (27), al referirse a Brenda Read sobre el modelo integrado, otro modelo alternativo, presenta algunas consideraciones con las cuales se comparte, el modelo integrado es cíclico y continuo. De manera que los aspectos contextuales crean demandas o exigencias problemáticas de juego que deben solucionarse de la mejor forma posible.

Las acciones que se realizan no están en función de la ejecución, sino de la reflexión del problema sobre el resultado logrado, para valorar la importancia instrumental de la técnica una vez entendida la naturaleza del mismo. Aún este modelo no se separa de las exigencias de la técnica, a pesar de destacar la importancia de la táctica.

Entre los modelos alternativos surgió además el comprensivo, hacia los juegos deportivos, el cual tiene como máximos exponentes en Thorpe, R. y D., Bunker (80). Por otra parte también son promotores otros autores como Blázquez, D. (16) Devís, J. y C. Peiró (27) y Hernández, J. (36). "El enfoque considera los juegos modificados como instrumentos óptimos para estimular la comprensión y el descubrimiento de la lógica subyacente a los juegos deportivos" Contreras, R. (26, 228).

Los métodos alternativos según Sánchez Bañuelos, en Blázquez, D. (16), permiten:

- Potenciar lo lúdico. ¡Vamos a jugar a!
- Favorecen el contacto con la realidad global. ¿Quién es capaz de?
- Despiertan la imaginación. ¿Quién lo haría de otra manera?
- Se centran en el progreso y dominio de las habilidades. ¿Cómo puedo lograr aprender esto?

- Se pierde la preocupación por la estricta corrección técnica. ¡La próxima vez lo harás mejor!
- Desarrollan afición por el deporte. ¡Qué bien la vamos a pasar!

Entre los modelos y corrientes alternativas de iniciación deportiva aparece en los últimos años la "Praxiología Motriz", que tiene en Parlebas, P. (62), su precursor, esta teoría propone la "conducta motriz" como elemento rector para su estudio y tiene el interés de tener en cuenta simultáneamente las dos vertientes de la actividad física: "Por una parte los datos observables y objetivos de los comportamientos motores (desplazamientos en el espacio y el tiempo, gestos aparentes, contactos y relaciones con los otros), por otra, los rasgos subjetivos de la persona en acción (sus percepciones, sus motivaciones, sus toma de información y decisión, su afectividad y sus fenómenos inconscientes". Rodríguez, J. (75, 7 – 8).

Con relación a la "Praxiología Motriz" resulta muy oportuno reconocer los estudios realizados por los seguidores de esta teoría, que pretenden con sus aportes instalarse como una ciencia. De ella se ha considerado muy importante para el trabajo, el proceso de adaptación del individuo al juego (proceso tan primitivo como la existencia del hombre en el planeta), y otros elementos como la estructura y lógica interna del mismo, aspectos utilizados en los deportes de cooperación/oposición por Hernández, J. (37).

De esta manera el autor puede arribar a lo siguiente: los modelos alternativos se fundamentan en estrategias metodológicas con un alto grado de repercusión táctica; la técnica va a constituir un instrumento que favorece el logro de los objetivos tácticos. Se concentra la atención en el progreso de la adaptación inteligente de las diferentes acciones y modos de realizarlas, en situaciones reales de juego, una búsqueda perenne hacia el desarrollo de los aspectos que conforman el juego de balonmano, tales como: relaciones con el balón, relación colaboración con los compañeros de juego, relación de oposición frente al adversario, relación entre el jugador y el espacio. Además se plantean situaciones de enseñanza con un alto componente lúdico-participativo-creativo, en la que predomina la estimulación de los procesos perceptivos decisionales sobre los ejecutivos; existe claramente una

búsqueda de transferencias entre los juegos y el deporte que van progresando de forma aleatoria según evoluciona este; de ahí que el autor lo considera como principal herramienta de trabajo en esta investigación y escoge dentro de los modelos alternativos de iniciación a seguir, el modelo compresivo hacia los juegos deportivos denominado también por otros autores como modelo vertical de iniciación.

1.2 El juego como actividad rectora del proceso de iniciación deportiva

El juego constituye una de las actividades principales durante la infancia de los niños de todas las edades, dedican gran parte de su tiempo al entretenimiento. El mismo tiene como base principal el placer de la alegría y el gozo de pasar un buen rato, pero no solo significa diversión sino a la vez apoya considerablemente el desarrollo del niño, debido a que puede convertirse en un instrumento de educación o representar una válvula de escape, y ser de gran importancia para la vida y el desarrollo del menor, Orlik, T. (60,39), decía: el juego es como el reino mágico de los niños, “jugar es un medio ideal para un aprendizaje social positivo, porque es natural y activo y muy motivador para las partes de los niños”; de ahí que el juego y el desarrollo infantil tienen un claro papel dominante en la iniciación deportiva. La actividad lúdica es utilizada como un recurso psicopedagógico, que sirve de base para posteriores desarrollos. Este aspecto nos hace recalcar la importancia del juego en esta etapa. A continuación y siguiendo las palabras de Garaigordobil, M. (33), se detallan las características generales del juego infantil:

- *Actividad fuente de placer:* es divertido y generalmente suscita excitación y hace aparecer signos de alegría y hasta carcajadas
- *Experiencia que proporciona libertad y arbitrariedad:* pues la característica principal del juego es que se produce sobre un fondo psíquico general caracterizado por la libertad de elección
- *La ficción es su elemento constitutivo:* se puede afirmar que jugar es hacer el “como sí” de la realidad, al tener al mismo tiempo conciencia de esa ficción. Por ello, cualquier cosa puede ser convertida en un juego y cuanto más pequeño es el niño y la niña, mayor es su tendencia a

convertir cada actividad en juego, pero lo que lo caracteriza no es la actividad en sí misma, sino la actitud del sujeto a ella

- *Actividad que implica acción y participación:* pues jugar es hacer, y siempre implica participación activa del jugador y de la jugadora, y los moviliza a la acción
- *Actividad seria:* el juego es tomado por el niño y la niña con gran seriedad, porque en el niño y la niña, el mismo es el equivalente al trabajo del adulto, ya que en él, afirma su personalidad y por sus aciertos se crece lo mismo que el adulto lo hace a través del trabajo. Pero si la seriedad del trabajo del adulto tiene su origen en sus resultados, la seriedad del juego infantil tiene su origen en afirmar su ser, proclamar su autonomía y su poder, Chateau, J. (23).
- *Puede implicar un gran esfuerzo:* en ocasiones el juego puede llevar a provocar que se empleen cantidades de energía superiores a las requeridas para una tarea obligatoria
- *Elemento de expresión y descubrimiento de sí mismo y del mundo:* el niño y la niña a través del juego expresan su personalidad integral, su sí mismo
- *Interacción y comunicación:* el juego promueve la relación y comunicación con los “otros”, y conduce al niño y la niña a buscar frecuentemente compañeros, pero también el juego en solitario es comunicativo, y es un diálogo que el niño establece consigo mismo y con su entorno

El autor considera por lo tanto que los juegos adquieren un valor educativo por las posibilidades de exploración del propio entorno y por las relaciones lógicas que favorecen a través de las interacciones con los objetos, con el medio, con otras personas y consigo mismo. Las primeras nociones topológicas, temporales, espaciales y de resolución de problemas se construyen a partir de actividades que se emprenden con otros en diferentes situaciones de movimiento. Los juegos han de propiciar la activación de estos mecanismos cognoscitivos y motrices, mediante situaciones de exploración de las propias posibilidades corporales y de resolución de problemas motrices, se trata en esta etapa de contribuir a la adquisición del

mayor número posible de patrones motores básicos con los que se puedan construir nuevas opciones de movimiento y desarrollar correctamente las capacidades motrices y las habilidades básicas. No hay que olvidar que el juego motriz es uno de los principales mecanismos de relación e interacción con los demás y, es en esta etapa, cuando comienza a definirse el comportamiento social de la persona, así como sus intereses y actitudes. El carácter expresivo y comunicativo del cuerpo facilita y enriquece la relación interpersonal.

Lo que hace que el autor distinga para el trabajo de iniciación deportiva, los juegos pre deportivos, los cuales supone como el conjunto de relación-acción, actividades necesariamente dinámicas y que generan placer a través de reglas preestablecidas o libremente escogidas, con espacios y tiempos definidos, además de una finalidad socializadora.

1.2.1 Los juegos pre – deportivos

Según el autor, los juegos pre deportivos son aquellos que se utilizan para introducir a los niños en los deportes, como fase previa a los entrenamientos de dichos deportes, para que aprendan los movimientos básicos que les ayudarán a desempeñarse mejor en dichas actividades físicas. Se trata por lo general de juegos con reglas restringidas y que buscan reproducir situaciones y movimientos de algún deporte. Son aquellos que tienen elementos de la técnica de los deportes que se pretende practicar, o sea, los juegos pre deportivos son una variante del deporte, orientado más hacia el juego, con la finalidad de facilitar el aprendizaje de las normas, reglas y movimientos técnicos; pero de manera más sencilla y progresiva y que no necesariamente debe contener lo específico de cada deporte. Es una forma lúdica motora cuyo contenido, estructura, y propósito permite la adquisición de ciertas destrezas que sirven de base para el desarrollo de habilidades deportivas.

Algunas de las reglas de los juegos pre deportivos son semejantes a las del juego deportivo que se pretende enseñar a los niños, y en ocasiones se asimilan a las del juego real que se pretende practicar.

Los principales objetivos de los juegos pre deportivos según Deivís, J. y C.Peiró (27) son:

Primero: El dominio de las capacidades motrices, (correr, saltar, tomar objetos, lanzar pelotas, entre otros) y la integración de los elementos técnicos del deporte a esas capacidades motrices.

Segundo: Ejecución global de los elementos técnicos sin atender a la eficacia del movimiento. (Demos por caso, que el niño aprenda a driblear el balón y lanzarlo hacia la portería, sin tomar como principal objetivo que el balón entre en la portería, sino que el niño aprenda los movimientos básicos de driblear y lanzar el balón).

Tercero: Iniciación al aprendizaje técnico – táctico del deporte. En esta fase se le enseñan, las técnicas y bases del juego, y las tácticas de equipo.

Cuarto: Conocimiento básico de las reglas del deporte. En esta fase se le enseñan, las reglas y tácticas del deporte de una forma más seria, y con menos flexibilidad, que la que anteriormente se le permitió.

El autor tratará de utilizar estos tipos de juegos de la manera más sencilla posible para precisamente, resolver el problema científico planteado, sin embargo, se debe tener en cuenta en la confección de los mismos un aspecto muy importante: la edad.

Tabla 1. Clasificación de los juegos pre deportivos. (Programa de Educación Física de Secundaria Básica), (70).

Juegos pre deportivos genéricos	Juegos pre deportivos específicos
Su objetivo es el desarrollo de destrezas que se utilizan en varios deportes como recepción, lanzamiento, entre otras. Sin utilizar específicamente canastas o porterías	Pretenden la adquisición y ejecución específicamente de una actividad en particular de algún deporte

Según los autores Deivís, J. y C.Peiró (27), para la selección de los juegos pre deportivos, el profesor debe tener presente el momento de la preparación y su complejidad, ya que estos se deben ejercitar suficientemente antes de aplicar variantes. Aunque ellos no exigen un alto nivel técnico de ejecución, el entrenador debe insistir en la correcta

realización de las habilidades con el objetivo de evitar la adquisición de hábitos incorrectos que puedan afectar el aprendizaje de los elementos técnicos del deporte para el que sirve de antecedente formativo, a lo que se agrega la posibilidad de una positiva transferencia motora.

Los aspectos a tener en cuenta para obtener buenos resultados en el desarrollo de los juegos pre deportivos son:

- Preparación de la base material.
- Acondicionamiento del área (en este caso el profesor podrá adecuar los juegos que se sugieren a sus condiciones de trabajo) y conformar los equipos de acuerdo al nivel de desarrollo de los alumnos tratando de que estos sean los más homogéneos posibles.
- Se sugieren observar determinados pasos metodológicos para la enseñanza de los juegos en las primeras clases (dar a conocer el nombre del juego, explicar y demostrar los elementos más importantes y sus principales reglas, si el profesor lo considera necesario según la complejidad de la actividad práctica por parte de un equipo, corrección de errores y reglas fundamentales).
- Ejecución del juego con carácter competitivo a la hora de definir la ubicación final de los equipos no solo se tendrá presente el lugar alcanzado, sino la ejecución aceptable y el cumplimiento de las reglas, pudiéndose ofrecer bonificaciones).

En este tipo de actividad lúdica es recomendable seguir un ordenamiento lógico. En la presente investigación el autor asume lo indicado por Torres, J. A., (81, 32 – 33) que plantea la siguiente estructura para diseñar los juegos:

- **Nombre del juego:** Resulta conveniente asignar una denominación específica al juego, ya que esto causa un efecto emocional agradable en los participantes y favorecer la buena disposición de los mismos para practicarlo, al solo hecho de escuchar el nombre de la actividad.
- **Objetivos del juego:** Es necesario determinar los fines de la actividad lúdica, pues auxilian al profesor para seleccionar el tipo de juego adecuado a los propósitos educativos.
- **El área:** Tomar en cuenta el área de trabajo es cuestión fundamental,

puesto que está determinada en gran parte del éxito de la actividad y seguridad de los participantes.

- **Participantes:** Existen juegos propios para niños, para niñas y para ambos, o actividades de acuerdo con la edad y capacidad de los jugadores, por tanto, este punto debe de tenerse muy en cuenta al momento de estructurar un juego organizado.
- **Formación:** Determinar la noción o tipo de formación que ha de adoptar los participantes, en y para el juego. Es bastante aconsejable, en cuanto que se economiza esfuerzo y la actividad se realiza con mayor fluidez y en forma disciplinada.
- **Descripción:** Consiste en una breve reseña de la forma en que el juego se desarrolla y de los puntos esenciales que deben tenerse en cuenta sobre el mismo.
- **Reglas:** Son las normas que deben acatar los participantes para el buen funcionamiento de las actividades; generalmente indican las condiciones de operación, los movimientos o maniobras permitidas o sancionadas y la forma en que un equipo o jugador es considerado como triunfador.
- **Auxiliares:** Es la determinación de todo el material necesario y útil en el desenvolvimiento de la actividad lúdica.
- **Gráficas:** Es la expresión objetiva de los desplazamientos que los jugadores realizan durante la actividad.
- **Variaciones:** Son aquellos recursos que, en un momento dado, refuerzan el interés por el juego, implicando una pequeña o breve modificación del mismo.

Los elementos aquí tratados refuerzan la necesidad de uso del juego en esta etapa de la formación deportiva por ajustarse muy bien a la necesidad del niño y ser esta la actividad que mejor sabe hacer. No obstante, aún con todos los beneficios que reporta el uso de los juegos para el desarrollo del niño, esto podría verse empañado si no se consideran las particularidades biológicas que tipifican su evolución en el tiempo.

1.3 Principales acontecimientos que caracterizan a los niños entre los 7 y 8 años de edad

La infancia es uno de los periodos más largos en la vida del ser humano y es en este donde se presenta una evolución continua en la que es fácil, según diversos autores, distinguir etapas de desarrollo. Piaget, J. (64) distingue cuatro etapas principales en el desarrollo mental del ser humano que son: el recién nacido y el lactante, la primera infancia de los dos a los seis años, la segunda infancia que abarca de los siete a los doce años y la adolescencia. En cada una de las etapas se plantean características esenciales y particulares de éstas ligadas al desarrollo.

En la tercera etapa, la infancia de los siete a los doce años denominada también etapa intermedia, o etapa de la segunda infancia, ocurre la llegada de una cierta tranquilidad, se produce una especie de aquietamiento. Sobre todo si tenemos en cuenta que se han superado ya muchos de los conflictos de las etapas anteriores y que el niño aún no está inmerso en las alteraciones biológicas y psicológicas de la pubertad. A partir de esta edad el niño va a atravesar prolongados periodos de calma y concentración. Será una etapa de desasimilación. Todo esto hace que el niño se encuentre en disposición de realizar nuevos progresos y nuevas adquisiciones en lo que respecta al aprendizaje.

1.3.1 Desarrollo intelectual

La etapa anterior venía marcada por el funcionamiento subjetivo, egocéntrico e intuitivo de la inteligencia. Sin embargo, en esta etapa, el niño/a poco a poco, irá siendo capaz de razonar y comprender objetivamente dentro de los límites de lo concreto.

Muchos autores han coincidido en denominar a esta etapa la «edad de la razón». A partir del sexto año, el pensamiento se hace más analítico y más sensible a las relaciones objetivas. Aparece cierto espíritu crítico y un sentimiento de certeza ante la percepción de la existencia de «lo imposible» o de «lo contradictorio»; El niño/a empieza a ser capaz de entrar en mayor contacto con la realidad y de reflexionar. Esta mayor aceptación de la realidad trae como consecuencia una mayor tolerancia a la frustración. Ya

no está tan inmerso en su mundo de fantasías y deseos y esto se aprecia en las explicaciones que ofrece.

La capacidad del niño/a de dar paso al razonamiento, reemplazando a la intuición, se debe a la aparición, hacia el séptimo año, de la reversibilidad del pensamiento como demostró Piaget, J. (65).

1.3.2 Desarrollo psicológico

Según el propio Piaget, J. conforme avanza esta etapa, el niño y la niña van siendo capaces de controlar su impulsividad, pueden detener la acción y esto hace que aumente la capacidad de pensar y de descubrirse a sí mismos. Se potencia la reflexión y la imaginación.

Dejarán de ser tan egocéntricos y progresivamente abandonan la subjetividad que caracterizaba la etapa anterior. Esto provoca en el niño/a momentos de cierta ambivalencia y confusión. En algunos momentos quiere ser mayor y en otros su comportamiento correspondería más al de un bebé. Presenta labilidad emocional, y el paso del amor al odio se produce en cuestión de segundos.

Dentro del ámbito escolar, los nuevos conocimientos serán adquiridos más rápidos y con más facilidad. Ya estarán capacitados para realizar operaciones concretas, esto quiere decir que podrán reflexionar y comprender de manera mágica las tareas, y tienen la capacidad de ponerse en el punto de vista del otro.

Su pensamiento mágico habrá disminuido considerablemente. Tendrán más conciencia de sí mismo y frente de diversas circunstancias tendrán conciencia moral. En esta etapa empezarán a tener interés por lo que pasa a su alrededor, preguntando continuamente el por qué de las cosas. Es muy normal que le llame la atención la realidad del mundo.

1.3.3 Desarrollo social

Al niño a esta edad le preocupa más la relación con el “profe” que con el resto de compañeros. Conforme se acercan los ocho años la situación varía. La aceptación del grupo toma más importancia. Es entonces cuando empieza a descubrir la justicia y la igualdad. Descubre el acuerdo entre iguales. Cobra importancia la lealtad al grupo de pertenecía y no tanto la

relación con el maestro. Al niño lo que más le preocupa es que el resto de iguales le acepte, por encima de la aprobación incluso de los padres o del resultado escolar.

Según afirma Piaget, J. (64), el niño pasa a oscilar de una moral de respeto y de sumisión al adulto a otra moral de respeto mutua, que alcanzará su desarrollo a medida que se vaya consolidando el grupo. En el grupo irá aprendiendo poco a poco a defender sus derechos. Es muy importante en esta nueva etapa lo que se denomina «el apoyo mutuo», la complicidad y la compenetración con los demás para conseguir alcanzar los mismos objetivos.

El juego certifica Piaget, J. (64), es una actividad para el niño, además de placentera, necesaria para su desarrollo intelectual, afectivo, emocional y relacional. El juego espontáneo favorece la maduración y el pensamiento creativo. El papel del adulto será importante a la hora de organizar el tiempo libre del niño. Consistiría en ayudarle a canalizar sus intereses y que descubra cuáles son sus preferencias. También madurarán, aprendiendo a jugar con los amigos de su edad, al respetar las reglas preestablecidas. Se notará en ellos un elevado espíritu de participación y colaboración en tareas grupales, una buena ocasión para que como padres los incentivemos a fomentar ideas en sus compañeros

1.3.4 Desarrollo físico y biológico

En cuanto al desarrollo físico, a partir de este momento, los niños ya no pegan esos “estirones” en cuanto a la talla y el peso propios de la etapa anterior y se desarrollarán a un ritmo más regular. Alrededor de los 8 años empiezan a coordinar movimientos armónicos, de ingenio y habilidad, aunque aún cuenta la fuerza.

Piaget, J. (64) plantea que los juegos sirven no únicamente como descarga de energía, sino también como enseñanza del funcionamiento grupal, con los desafíos que implica, aprender a soportar la rivalidad, aprender el dominio y la integración corporal y la tolerancia entre unos y otros. El autor considera, siguiendo el proverbio que dice “todo lo que se aprende de forma divertida, nunca se olvida” que se debe permitir a los niños y niñas disfrutar

de su infancia mediante el juego. De lo contrario, se corre el riesgo de que se conviertan en adultos prematuros.

Según Meinel, K. (53), se siguen comprobando tendencias contradictorias. La movilidad de las grandes articulaciones sigue siendo buena. No obstante, en lo que respecta a la abducción coxofemoral y la extensión escápulo – humeral se verifica una reducción. Por el contrario, la flexión coxofemoral, escápulo – humeral, así como también la flexión de la columna vertebral experimenta un aumento. “Hacia los 8 - 9 años la columna está en un punto óptimo de movilidad.” Fomin y Filin, citados por Hanh, E. (36).

El propio Meinel, K. (53), nos dice que: debido a su gran elasticidad y a su capacidad de estiramiento, los niños de estas edades pueden realizar sin entrenamiento previo, saltos, carreras, entre otros, sin que exista ningún peligro de lesiones. Sirve especialmente para efectuar una prevención de desequilibrios musculares a largo plazo. Esta prevención de desequilibrios musculares debe ser de primera importancia.

Hacia la edad de 7 - 8 años las fibras musculares adquieren las propiedades fundamentales que caracterizan a los adultos, crecen intensamente los tendones y aumenta el volumen del tejido conjuntivo. Estas transformaciones, según Platonov, V.N. (69), influyen en la movilidad articular y determinan los límites óptimos para desarrollar la flexibilidad.

Desde lo biológico, según el propio Platonov, V.N. (69), se producen cambios corporales y fisiológicos tales como:

- Alargamiento de las extremidades
- Se refuerzan los músculos y los ligamentos
- Tonificación de los músculos, éstos son elásticos y ricos en agua
- Columna vertebral flexible
- Sus huesos poseen gran cantidad de tejidos
- Menos musculatura
- Crece intensivamente el corazón, con lo cual aumenta la capacidad de trabajo

En su desarrollo físico:

Desaparecen los movimientos innecesarios, ellos son más precisos, aumentan la comprensión de las tareas motrices, como el equilibrio, las carreras, los saltos de longitud.

En estas edades se desarrollan diferentes habilidades tales como la coordinación, el ritmo, la orientación, el equilibrio y las capacidades físicas motoras como: rapidez, velocidad y fuerza, los niños pueden realizar movimientos abundantes y fuertes, pero son torpes y les resulta difícil ejecutar movimientos finos.

Según el autor, las actividades dirigidas al desarrollo físico deben estar básicamente programadas a través de los juegos de forma tal que respondan más a sus necesidades, sus intereses, que a la propia ejercitación, para optimizar su estado emocional.

Meinel, K. (53), argumenta, en la edad de 6 a 9 años, el rasgo fundamental del comportamiento motor de esta etapa lo constituye la movilidad. Según la teoría de la actividad nerviosa superior, tal comportamiento se manifiesta como la acumulación de estímulos del medio ambiente y produce continuamente nuevos focos de excitación en la corteza cerebral que estimula una reacción motriz, mientras el proceso de inhibición nervioso se limita al no estar todavía lo suficientemente desarrollado.

Estos argumentos hay que tenerlos bien en cuenta cuando se trata de desarrollar programas de actividades físicas en edades tempranas, en las que se contemplen acciones motoras ejecutables y apropiadas a estas edades, resulta sumamente importante su dosificación y procedimientos utilizados. Debe tenerse en cuenta el insuficiente desarrollo del proceso de inhibición nerviosa a la hora de planificar los programas donde deben predominar los ejercicios variados con combinaciones de modo que el proceso adquiera un ritmo dinámico y ameno, no se puede perder las perspectivas de estas edades, disfrutan de una gran posibilidad de aprendizaje variado de movimientos.

1.4 Elementos técnicos del balonmano. Sus características.

Según Comisión Nacional de Balonmano (25)

POSICIÓN BÁSICA

La posición básica no es más que la postura o posición para ejecutar cualquier acción. Será la postura que adoptemos antes y después de todos los movimientos. Deberá ser una posición natural y equilibrada que nos prepare para utilizar cualquier elemento técnico.

Debemos tener en cuenta:

1. Hay que mantener la atención en todo momento. Para estar preparados para ejecutar cualquier acción.
2. Tomar una postura natural y equilibrada. Así, nuestras acciones tendrán una cierta continuidad.
3. Debemos mantener la situación de tensión, una tensión excesiva producirá rigidez, y poca tensión hará que no estemos preparados para la acción.
4. Tendremos una pierna adelantada sobre la otra con las rodillas algo flexionadas, así lograremos un mejor equilibrio y estaremos listos para el siguiente movimiento.

Errores más comunes:

1. Tener las dos piernas en paralelo: se produce un desequilibrio, que retrasa la acción siguiente.

DESPLAZAMIENTOS SIN BALÓN

Moverse de un lado a otro será la manera correcta de llegar a la siguiente acción. El jugador se adelantará a los movimientos del contrario, por lo que será la base de todos los elementos, por tanto, los desplazamientos lo definiremos como el medio para crear y ocupar los espacios en el terreno de juego.

Debemos tener en cuenta:

1. Está relacionado con la posición básica, siendo importante coger éste antes y después del desplazamiento.
2. Mantener buen equilibrio será importante ya que esto nos ayudará en los cambios de ritmo.

3. Tenemos que mantener visión amplia de la zona ya que los cambios de desplazamiento habrá que hacerlos según nuestros compañeros y contrarios
4. Al principio y final de cada desplazamiento será importante tener un pie hacia adelante. Esto nos dará el equilibrio y la rapidez para el siguiente desplazamiento.

Errores más comunes:

1. Cruzar los pies (crea desequilibrio y dificultad para hacer cambios de sentido rápidamente).
2. Hacer siempre los mismos desplazamientos (damos información al contrario y nos atacará o defenderá más fácil).
3. No dominar distintos tipos de desplazamiento (nos quedaremos limitados).
4. Bajar la cabeza (no podremos cambiar el ritmo o el desplazamiento según el juego).

AGARRE DEL BALÓN

Constituye la base de todos los elementos de ataque; sin él es imposible utilizar adecuadamente los demás elementos técnicos. Habremos de conseguir adaptar el balón a las manos y, a la vez, conocer y dominar el balón. La adaptación y utilización adecuada del balón nos ofrece las siguientes ventajas:

- Seguridad de mantener el balón
- Predisposición adecuada para las acciones siguientes
- Naturalidad para cualquier movimiento

Debemos tener en cuenta:

1. Hay que sujetar el balón firmemente en la mano (para mantener la posesión) pero sin rigidez (para facilitar el uso).
2. Es importante no mirar continuamente al balón cuando se esté utilizando
3. Es necesario aprender a utilizar ambas manos en el uso del balón.
4. Para aumentar la seguridad de la posesión el balón no tiene que tocar la palma de la mano.

Errores más comunes:

1. Tocar el balón con la palma de la mano

2. Rigidez de los dedos o contacto escaso
3. Mirar continuamente al balón

RECEPCIÓN DEL BALÓN

La recepción del balón, al igual que el pase, es un elemento muy importante para relacionarnos con nuestros compañeros de equipo. No dominar este elemento no hará sino aumentar la dificultad de las acciones siguientes. Por lo tanto, el desarrollo de este elemento traerá consigo mejoras en el seguimiento del juego, en la seguridad y en la velocidad.

Debemos tener en cuenta:

1. Hay que ir a buscar el balón, hay que atacar. Estirar los brazos hacia el balón, dirigiendo la palma de la mano y los dedos al balón
2. Una vez hecha la recepción, habrá que mantener el balón bajo control (lejos de los contrarios).
3. Es importante mantener el mayor campo visual posible (en el momento en el que nos viene el balón, fijar la mirada en él).
4. Hay que intentar hacer la recepción en movimiento, debemos dirigir la continuidad del juego hacia la acción (separación de brazos y piernas, disociación).

Errores más comunes:

1. Rigidez en brazos, manos y/o dedos (falta de amortiguación)
2. Separación excesiva de las manos (el balón pasa entre las manos)
3. Recepción del balón estando quieto (ruptura de la continuidad)
4. Orientación inadecuada de las piernas (ruptura del ritmo de juego)
5. Momento de contacto del balón:
 - Adelantado (brazos completamente extendidos)
 - Atrasado (brazos completamente retraídos)

PASE

Junto con la recepción, se trata de un elemento para mantener la relación con los compañeros. Es un elemento muy importante en el juego del balonmano, pues es la forma más rápida de avanzar en el campo. Asimismo, el pase es el elemento principal para lograr un lanzamiento adecuado. Se

relaciona directamente con la recepción del balón y deben trabajarse conjuntamente (no tiene sentido trabajar el pase contra la pared).

Debemos tener en cuenta:

1. Los pases han de ser precisos: además de la dirección correcta, también hay que medir la altura. Además, habremos de tener en cuenta la velocidad de los compañeros y aplicar al balón la dirección y fuerza adecuadas, es decir, cuando nuestro compañero esté corriendo, hay que hacerle el pase hacia adelante para que no pierda velocidad.
2. Hay que pasar a la persona mejor situada (al más próximo o a la más próxima a la meta contraria de entre aquellos o aquellas que no tengan un marcaje cercano).
3. Al realizar el pase el contrario o contraria no deberá saber a quién se va a dirigir (no mirar continuamente a la que será receptora o receptor). Asimismo, deberemos mantener el mayor campo visual posible.
4. Hay que adelantar la pierna contraria del brazo con el que hacemos el pase; así conseguiremos un movimiento equilibrado. Asimismo, hay que disociar las secciones superior e inferior. Por ejemplo, las piernas deben mirar a la portería y el cuerpo a la derecha, para hacer el pase.
5. La muñeca es la que define la precisión del pase. Por tanto, hay que ejercitar los movimientos de la muñeca.
6. En la enseñanza del pase también hay que trabajar los pasos.
7. Hay que dominar los pasos con la izquierda y la derecha.
8. Como ya hemos apuntado, hay que trabajar los pases junto con la recepción, porque hacerlo contra la pared no vale para nada.

Errores más comunes:

1. No coordinar los pasos con la sección superior. Adelantar la misma pierna con la que haremos el pase
2. Falta de precisión (cálculo equivocado de distancia, fuerza)
3. No utilizar el cuerpo (utilizando sólo el brazo)
4. Llevar el codo demasiado bajo a la hora de realizar el pase, dificultará el movimiento y así se pierde precisión y fuerza
5. Rigidez en el movimiento

6. Mirar continuamente al receptor
7. No pasar al mejor situado
8. No mantener un campo visual amplio al hacer al pase

LANZAMIENTO

Los goles se consiguen mediante los lanzamientos, por tanto, el lanzamiento es la culminación del juego de ataque. El objetivo será realizarlo con la mayor verticalidad y profundidad posible. La eficacia de los lanzamientos depende de una serie de condiciones, la más importante de las cuales es elegir el momento y la dirección del lanzamiento, precisa e inesperada para el adversario. Es importante la rapidez con la que envía la pelota, que determina su fuerza, es decir, depende de la masa y la aceleración. La técnica del lanzamiento: se trabaja y se tiene en cuenta la inercia y la masa del cuerpo, crea condiciones óptimas para los movimientos del brazo que ejecuta el lanzamiento, de contracción del músculo y todos los grupos musculares importantes del cuerpo

Debemos tener en cuenta:

1. Hay que encontrar el equilibrio entre fuerza y precisión: más fuerte cuanto más lejos, y más preciso cuanto más cerca.
2. El lanzamiento debe ser lo más rápido posible para coger desprevenidos tanto a los contrarios como al portero.
3. Hay que aprender a lanzar de formas diferentes. Asimismo, se trabajarán también las direcciones de los tiros.
4. Hay que ejecutar los lanzamientos en el momento adecuado (buscar la distancia y ángulo adecuados).
5. Como ya comentamos para el pase, la muñeca es fundamental para la dirección y la precisión.
6. Hay que adelantar la pierna contraria (para lograr un lanzamiento equilibrado).
7. Hay que tener un campo de visión amplio.

Errores más comunes:

1. Falta de precisión (rigidez de la muñeca).
2. Lanzamiento desequilibrado (adelantar la misma pierna que el brazo que lanza).

3. Si el lanzamiento es en salto, estar pensando en la caída mientras estamos lanzando.
4. Calcular mal la fuerza y precisión.
5. Lanzar en situación inadecuada: situación contrarios o portero, colocación de compañeros, distancia y ángulo.

DRIBLE

Es una acción técnica que permite el máximo de posibilidades de progresión espacial con el balón. En el deporte evolucionado se puede considerar como una técnica de recurso para la progresión individual sin compañeros en proximidad. En la iniciación adquiere mayor importancia, pero no se debe permitir el abuso en un deporte que se caracteriza por la traslación del balón a través del pase entre los atacantes.

Debemos tener en cuenta:

1. Mientras se driblea no hay que mirar continuamente al balón. (Mantener el campo de visión).
2. Hay que trabajar todo tipo de desplazamientos, velocidad y movimientos al driblear, para poder dominar el drible en diferentes situaciones.
3. Antes de driblar, se recomienda utilizar el ciclo de pasos (tres pasos-bote-tres pasos).
4. Hay que dominar el drible tanto con la derecha como con la izquierda.
5. Al driblear se debe mantener el balón tan lejos del contrario como sea posible.

Errores más comunes:

1. Mirar continuamente al balón mientras se driblea (debemos controlar el balón, no el balón a nosotros).
2. No adecuar el drible a la velocidad.
3. Cometer dobles (hay que golpear el balón).
4. Driblear sin defender el balón.
5. Recibir y driblear el balón inmediatamente.
6. Utilizar el drible para avanzar cuando los compañeros se encuentran en buena situación.

7. Rigidez excesiva en el brazo o en la muñeca, ya que dificultará el control de la dirección del balón.

DEFENSA

Al defender hay que tener en cuenta la situación de los contrarios y del balón, no sólo la del rival directo.

Utilizaremos controles diferentes en función de la posición de los contrarios:

a) Marcaje lejano:

- Seguiremos al contrario con la vista
- Habrá de estar entre el contrario y la portería
- En función de la distancia del contrario se ofrecerá más o menos ayuda a los compañeros

b) Marcaje cercano: habrá dos opciones principales:

- No dejar avanzar al contrario
- No permitir que el contrario se haga con el balón

Debemos tener en cuenta:

1. Lo que pretendemos con el marcaje:

- Impedir el lanzamiento
- Obstaculizar el pase
- Impedir el avance del contrario
- Recuperar el balón

2. La posición básica es importante para ejecutar el movimiento en el momento adecuado.

3. Hay que "atacar" al jugador en posesión del balón, no hay que defender en función de su reacción (tenemos que intentar que haga lo que nosotros queremos).

4. Hay que tener el movimiento del atacante bajo control para poder defender en el momento adecuado. Además, hay que mantener un campo visual amplio teniendo en cuenta a todos los atacantes.

Errores más comunes:

1. Llegar desequilibrado al momento del contacto (piernas en paralelo, parar tarde).
2. Defender sólo con los brazos (hay que utilizar las piernas y el cuerpo)

3. Llegar tarde para defender al atacante.

A través del capítulo I que concluye, se han tomado en consideración los criterios de los autores consultados, los cuales servirán de base para la elaboración del Manual de juegos para la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano. La revisión de la literatura especializada, favoreció la recopilación de la información necesaria y permite proceder al análisis de los resultados de las herramientas investigativas aplicadas.

CAPÍTULO II. DISEÑO METODOLÓGICO DE LA INVESTIGACIÓN

En este capítulo, se presenta el manual de juegos para la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano en la categoría 7 - 8 años del municipio de Jovellanos, así como la estrategia metodológica de la investigación la cual será abordada a partir de la lógica interna asumida durante el desarrollo de la misma, en ella se incluyen dos momentos fundamentales: la elección de la muestra para llevar a cabo la investigación y la selección de los métodos y las técnicas estadísticas necesarias para procesar posteriormente la información obtenida.

2.1 Estrategia investigativa

La investigación fue concebida a partir de un diseño científico, que consideró el estudio teórico de la bibliografía referente a la utilización de los juegos pre deportivos durante la etapa de iniciación deportiva para favorecer la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano, específicamente en la categoría 7 – 8 años, y valorar sus tendencias actuales. Abordó además, los principales acontecimientos que caracterizan a este grupo etario, así como las características fundamentales de los elementos técnicos del balonmano. A continuación, se desarrolló un diagnóstico, reflejado en la guía de observación (Anexo 1), para valorar el estado actual en cuanto al dominio de los elementos técnicos de los jugadores de balonmano de la categoría 7 – 8 años del municipio de Jovellanos.

2.2 Población y muestra

Mediante un muestreo no probabilístico de manera intencional se seleccionaron 11 entrenadores de balonmano de diferentes municipios de la provincia, que realizan su trabajo con niños de la categoría de iniciación (7 - 8 años), con un promedio de experiencia en la actividad de 14,4 años, los cuales fueron utilizados en el diagnóstico de la investigación. De ellos, ocho son Licenciados y dos Técnicos Medios, (Anexo 2). Por otro lado, se encuestaron 15 entrenadores de balonmano de la provincia de Matanzas,

con un promedio de años de experiencia de 25,27 años que fungieron como especialistas de la presente investigación para validar el manual elaborado, (Anexo 3). El 6,7 % es Máster en Ciencias y Especialista respectivamente, el 13,3 % son Técnicos Medios en Educación Física y el 73,3 % son Licenciados en Cultura Física.

Se utilizaron además, la población de los niños de estas edades que practican balonmano en el municipio de Jovellanos, los que suman un total de 20 del sexo masculino de la categoría 7 - 8 años, con una edad cronológica de 8 años como promedio y 9,8 meses de edad deportiva como promedio. (Anexo 4).

2.3 Métodos de investigación empleados

Los métodos seleccionados para cumplir con los objetivos propuestos en la investigación fueron los siguientes:

2.3.1 Métodos Teóricos

Los métodos teóricos se requirieron para el proceso de búsqueda de información, y seleccionar los aspectos más importantes, con el fin de elaborar una base teórica actual para este trabajo, además de la interpretación de los resultados del diagnóstico.

a) Histórico-lógico: Ayudó a esclarecer la historicidad del estudio referido a la enseñanza del balonmano en su etapa inicial, a la vez permitió indagar sobre el proceso de desarrollo de la iniciación deportiva y de los juegos como elemento rector de dicho proceso.

b) Analítico-sintético: Se utilizó para procesar el marco referencial de la investigación al tomar como base la periodización del conocimiento científico vinculado al proceso de enseñanza del balonmano, permitiendo analizar por separado de cada una de las partes, para después relacionarlas como un todo armónico. Además, fue la herramienta ideal para la interpretación de la información, la cual nos hizo llegar a conclusiones precisas.

c) Inductivo-deductivo: Fue necesario para comprender, el proceso de enseñanza de los elementos técnicos del balonmano y sus generalidades, y determinar así el problema científico al diferenciar las tareas fundamentales

a desarrollar en la investigación, que condujeron al autor a la elaboración del manual de juegos.

d) Hipotético-deductivo: Utilizado para confrontar las inferencias lógico – deductivas de la posible solución al problema científico (formulación de la hipótesis) y de esta forma arribar a conclusiones particulares, que se confirmaron posteriormente a través del criterio de especialistas.

e) Sistémico-estructural-funcional: Permitió el estudio exhaustivo del objeto de estudio, para determinar los componentes y la estructura del manual de juegos propuesto, a partir de la bibliografía consultada y de las necesidades concretas de su escenario de aplicación.

2.3.2 Métodos del nivel empírico

a) **Análisis de documentos:** Se utilizó en el estudio de documentos oficiales de la Federación Internacional de Balonmano (IHF) y de la Federación Nacional de dicho deporte, entre los que figuran documentos oficiales del Curso N° 1 impartido por el profesor Jesús Rivilla García, el Programa Integral de Preparación del Deportista del año 2013, (42), el Programa Integral de Preparación del Deportista del año 2016, entre otros. Se asumió como unidad de análisis el tema de la utilización de los juegos pre deportivos para la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano, y se precisó como categorías del referido análisis los contenidos y la metodología para el empleo de los mismos.

b) Observación:

❖ **Objetivo:** realizar un diagnóstico para valorar el nivel técnico de cada uno de los jugadores.

❖ **Tipo de observación:** se utiliza la observación simple, no participativa y abierta. Los períodos en que se produjo la observación fueron: en el inicio del periodo preparatorio, al finalizar el periodo preparatorio y en el periodo competitivo.

❖ **Las unidades de observación fueron:** 60.

❖ **Modo de realización de la observación:** se observaron 60 unidades; desglosadas de la siguiente forma: 20 en el inicio del periodo preparatorio, 20 al finalizar dicho periodo y 20 en el periodo competitivo.

❖ Guía de observación: Las guías de observación para valorar el nivel técnico de cada uno de los jugadores aparecen en el (Anexo1).

❖ Forma de evaluación e interpretación de los resultados: Se confeccionó una tabla con los resultados alcanzados por cada jugador en la que se encuentran reflejado los indicadores para cada uno de los elementos técnicos evaluados (desplazamientos sin balón, recepción, pase, lanzamiento, drible y familiarización con el contrario. Además, se evaluaron cada uno de los indicadores que componen el elemento técnico, se le otorgó una evaluación parcial por elemento técnico, (Anexo 5) y finalmente se concedió una evaluación final. (Anexo 6).

c) **Encuesta:** se aplica a 11 entrenadores de balonmano de diferentes municipios de la provincia que trabajan con la categoría 7 – 8 años, con el objetivo de determinar los conocimientos y la aplicación de los juegos pre deportivos en la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano. (Anexo 7).

d) **Triangulación metodológica:** permitió el entrecruzamiento de la información derivada de los métodos de análisis de documentos, la encuesta y la observación, para compararlos y contrastarlos entre sí, lo que posibilitó elevar la objetividad del análisis de los datos.

En el proceso investigativo fue necesario además, el **criterio de los especialistas** para demostrar la validez del manual propuesto. (Anexo 8).

Técnicas estadísticas y procedimiento para el análisis de los resultados

Los datos obtenidos se procesaron matemática y estadísticamente con el programa EXCEL, los paquetes estadísticos SPSS 21.0 y el STATGRAPHICS 5 sobre plataforma de WINDOWS, además, se utilizó el método porcentual y la significación de proporciones; esta última considerando el algoritmo de Bukač J. (1975) Critical Values of the Sign Test. Algorithm AS 85. Applied Statistics. V 24. N 2. Para la cual los valores son: 01 Muy significativo, 05 significativo y 1 Poco significativo; esto auxiliado en la tabla de significación porcentual "Hoja de Excel para el Cálculo de los Puntos Críticos de la Distribución Binomial" elaborada por

Folgueira R. (2003) en la que los datos son calculados considerando el referido algoritmo. (Anexo 9).

2.4 Análisis de los resultados de los métodos empíricos utilizados

a) Resultados del análisis de documento:

En la literatura especializada, a la que el autor tuvo acceso, existían diversos estudios sobre la enseñanza de los elementos técnicos en su etapa de iniciación a partir de juegos pre deportivos, como los realizados por Diemm, y citados por Barrios, J. (13).

Su análisis nos conduce necesariamente, a la valoración de los modelos de iniciación deportiva, en la que se puede observar cómo el modelo tradicional de iniciación deportiva va quedando atrás, dando paso a los modelos de iniciación alternativos, aunque existen diversos criterios, entre los que se destacan a favor del modelo tradicional lo expresado por Cagigal y citado por Rodríguez, J. (75,35) cuando concluyen que: "la perfecta ejecución de un movimiento se logra con repetición y automatización, sin embargo López, A. (49), critica este tipo de modelo, y se refiere a que en el proceso de enseñanza – aprendizaje el alumno es un ente pasivo, que se limita a procesar la información y a ejecutar acciones hasta lograr el dominio de lo que se le enseña. Autores como Sánchez, Bañuelos en Blázquez, D. (16) exponen sus críticas al modelo tradicional, al mostrar una serie de aspectos negativos que lo caracterizan. De ahí que, el autor defienda la teoría de los modelos alternativos de iniciación deportiva ya que ellos se basan en estrategias metodológicas con alta significación táctica, además los mismos se van a acercar más a las situaciones reales del juego y siempre van a estar acompañados de un alto componente lúdico.

Por otro lado y teniendo en cuenta lo expresado anteriormente, en el análisis de documentos que se realizó al Programa Integral de Preparación del Deportista del año 2013 (42) y el Programa Integral de Preparación del Deportista del año 2016 (43), con el objetivo de precisar la presencia de juegos pre deportivos para la enseñanza de los elementos técnicos en la categoría 7 – 8 años, se pudo constatar que aunque existen algunos juegos y están orientados fundamentalmente hacia el modelo alternativo de

iniciación deportiva, exponen muy pocos recursos para poder desarrollarlos, de ahí la necesidad de la investigación.

Resultados de la observación

En el diagnóstico realizado en la presente investigación fue llevado a cabo a través de la guía de observación elaborada por el autor, la cual se estructuró para ser realizada en tres momentos, el primero al inicio del periodo preparatorio, el segundo al culminar dicho periodo y el tercero tuvo su escenario en el periodo competitivo, específicamente en la competencia fundamental. La misma se realizó con el objetivo de evaluar las habilidades técnicas que tenían los niños de la categoría 7 – 8 años sobre los elementos técnicos del balonmano: los desplazamientos sin balón, la recepción, el pase, los lanzamientos, el drible y la familiarización con el contrario

En el primer momento se pudo observar el bajo nivel técnico mostrado por los jugadores en todos los aspectos evaluados. A continuación se presentan estos resultados en la siguiente tabla:

Tabla 2. Resultados de la observación al inicio del período preparatorio

Elemento técnico	Buena	Regular	Mal
Desplazamientos sin balón	-	3	17
Recepción	-	7	15
Pase	-	5	13
Lanzamiento	-	4	16
Drible	-	-	20
Familiarización con el contrario	-	1	19
Totales	-	20	100

Se puede apreciar que, ninguno de los jugadores pudo alcanzar una evaluación de buena en los elementos técnicos evaluados, y fueron los aspectos más críticos el drible en primer lugar, en la que todos los evaluados obtuvieron la calificación de mal, la familiarización con el contrario en segundo lugar, en la que solo alcanzó la evaluación de regular un jugador y los desplazamientos sin balón por último, en la que tres jugadores obtuvieron la calificación de regular. A continuación, se muestran en la figura 1 las evaluaciones correspondientes a la observación realizada al inicio del periodo preparatorio:

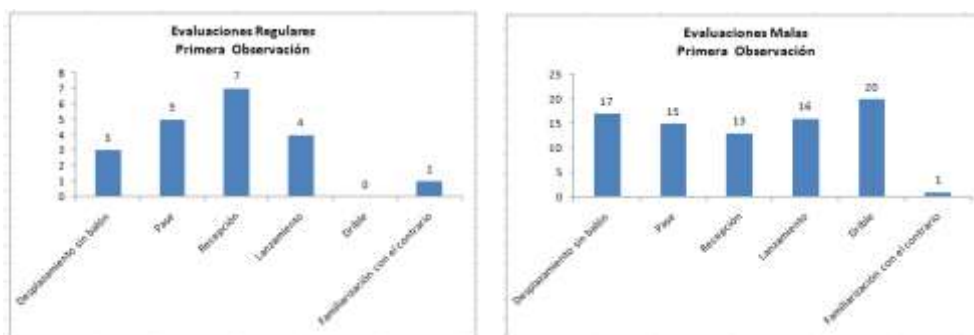


Figura 1. Resultados de la observación al inicio del periodo preparatorio.

Estos resultados tienen como cimiento, a criterio del autor, en primer lugar la dificultad del elemento técnico, fue el drible el de mayor complejidad y por otro lado, la escasa propuesta de medios ofrecida por el Programa Integral de Preparación del Deportista para la categoría 7 - 8 años.

La segunda observación realizada al finalizar el periodo preparatorio, tampoco fue muy alentadora, a pesar de que hubo cierta mejoría en cuanto a evaluaciones regulares, reflejado fundamentalmente en elementos como el pase, la recepción, los desplazamientos sin balón y el propio lanzamiento, si se observa detenidamente son los elementos técnicos de menor dificultad y que el niño los puede realizar casi de manera natural, precisamente a esto es que se le atribuye el resultado obtenido, sin embargo elementos como el drible y la familiarización con el contrario, todavía no muestran una clara mejoría, debido fundamentalmente, a lo referido en el análisis realizado en el párrafo anterior.

A continuación, se exponen los resultados resumidos en la siguiente tabla:

Tabla 3. Resultados de la observación al finalizar el período preparatorio

Elemento técnico	Buena	Regular	Mal
Desplazamientos sin balón	-	5	15
Recepción	-	6	14
Pase	-	9	11
Lanzamiento	-	5	15
Drible	-	-	20
Familiarización con el contrario	-	2	18
Totales	-	27	93

Se muestran además los gráficos respectivos de la segunda observación:

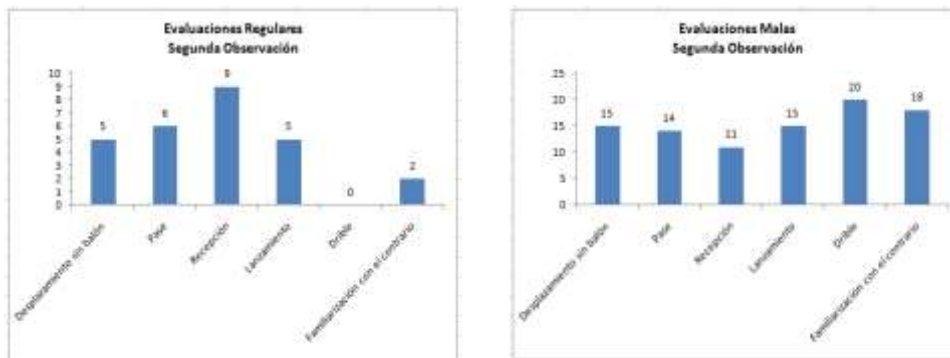


Figura 2. Resultados de la observación al finalizar el periodo preparatorio.

La observación realizada en el periodo competitivo, específicamente en la competencia fundamental (competencia de base), tuvo cierta mejoría, pero no se puede concluir que fue buena desde el punto vista evaluativo, ya que de los veinte jugadores que fueron observados, solamente cuatro lograron obtener la calificación de buena, tres en el elemento técnico de la recepción y uno en los desplazamientos sin balón, aunque cabe señalar que, de las 27 evaluaciones de regular observadas al finalizar el periodo preparatorio, en esta ocasión la cifra se elevó hasta treinta y ocho. A continuación, se muestran los resultados en la siguiente tabla y en los gráficos correspondientes:

Tabla 4. Resultados de la observación en el periodo competitivo

Elemento técnico	Buena	Regular	Mal
Desplazamientos sin balón	1	9	10
Recepción	3	6	11
Pase	-	9	11
Lanzamiento	-	8	12
Drible	-	2	18
Familiarización con el contrario	-	4	16
Totales	4	38	78

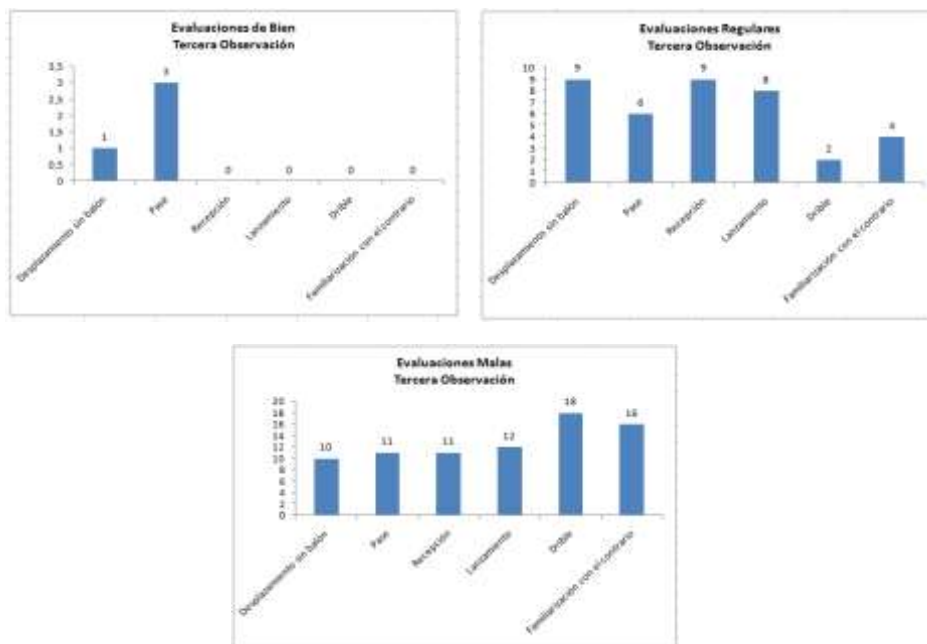


Figura 3. Resultados de la observación en el periodo competitivo.

De manera general se puede resumir que las unidades observadas permitieron constatar el pobre nivel técnico de los jugadores durante todo el macrociclo, que aunque fue mejorando de manera general en cada uno de los momentos, no fue significativo para ninguno de los jugadores.

Tabla 5. Resultados de la encuesta aplicada a los entrenadores de balonmano

Datos generales	Técnicos Medios			2		
	Licenciados			9		
	Máster			-		
Años de Experiencia	Promedio			14,4		
	Sí			No		
Preguntas	Número	%	Significación	Número	%	Significación
1. ¿Conoce usted qué son los juegos pre deportivos?	10	90,9 %	MS	1	9,1%	NS
2. ¿Considera usted que los juegos pre deportivos puedan ser un medio para favorecer la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano en su etapa de iniciación (categoría 7 – 8 años)?	9	81,8%	MS	2	18,20 %	NS
3. ¿Utiliza usted el juego pre deportivo para enseñar alguno o algunos de los elementos técnicos del balonmano?				Número	%	Significación
	Sí			5	45,45 %	S
	No			5	45,45 %	S
	A veces			1	9,1 %	NS
4. ¿En las preparaciones metodológicas recibidas se orienta el uso de juegos pre deportivos para la enseñanza de elementos técnicos en estas edades?	Sí			No		
	Número	%	Significación	Número	%	Significación
	-	-	-	11	100%	MS
5. ¿Considera usted útil la confección de un manual de juegos para la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano en la etapa de iniciación?	11	100 %	MS	-	-	-

Leyenda: MS=Muy significativo S= Significativo, PS= Poco significativo, NS= No significativo

b) Análisis de los resultados de la encuesta

Sobre la pregunta 1 ¿Conoce usted qué son los juegos pre deportivos?

Sí _____ No _____

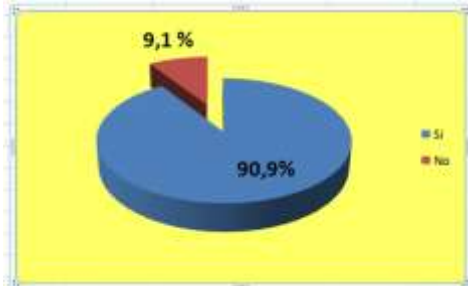


Figura 4. Resultado de la pregunta uno de la encuesta realizada a los entrenadores de base.

Se pretendía conocer, si los entrenadores tenían conocimientos sobre qué son los juegos pre deportivos, los valores obtenidos expresan que el 90,9 % de los entrenadores, o sea, diez conocen estos tipos de juegos, solamente uno de ellos que representa el 9,1 % desconocía lo anterior, se le puede atribuir a que precisamente este entrenador es uno de los graduados de nivel medio y posee pocos años de experiencia como entrenador.

Pregunta 2. ¿Considera usted que los juegos pre deportivos puedan ser un medio para favorecer la enseñanza los elementos técnicos del balonmano en su etapa de iniciación (categoría 7 – 8 años)?

Sí _____ No _____

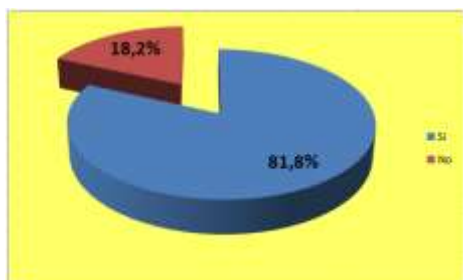


Figura 5. Resultado de la pregunta dos de la encuesta realizada a los entrenadores de base.

Esta pregunta estaba dirigida a conocer el criterio de los entrenadores sobre la importancia que ellos le atribuyen a los juegos como medio fundamental para encarar la enseñanza de los elementos técnicos de dicho deporte,

ahora nueve entrenadores se manifiestan positivamente, lo que representa el 81,8 % del total, y solo dos, que representan el 18,2 %, no le concedieron la importancia necesaria a estos para favorecer la enseñanza los elementos técnicos del balonmano en su etapa de iniciación.

Pregunta 3. ¿Utiliza usted el juego pre deportivo para enseñar alguno de los elementos técnicos del balonmano?

Sí _____ No _____ A veces _____

Si su respuesta es afirmativa o a veces, marque con una X cual es el elemento técnico.

Desplazamientos sin balón _____

Pases _____

Recepción _____

Drible _____

Lanzamiento a portería _____

Familiarización con el contrario _____

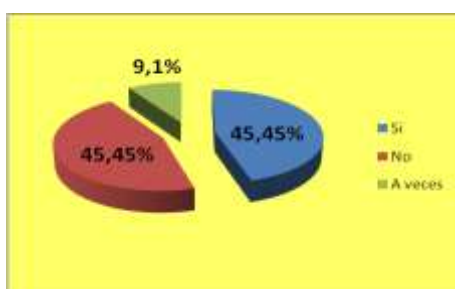


Figura 6. Resultado de la pregunta tres de la encuesta realizada a los entrenadores de base.

En esta pregunta el objetivo fue determinar si los entrenadores utilizaban los juegos pre deportivos en la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano. Los valores obtenidos expresan que el 45,45 %, o sea, cinco entrenadores utilizan los juegos pre deportivos en la enseñanza de los elementos técnicos, otro 45,45 %, dicen no utilizarlos en sus clases y un entrenador a veces los utiliza. Esto evidencia a primera instancia que existen dificultades en la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano en la etapa de iniciación, porque los juegos son el instrumento fundamental que se dispone para que el niño alcance un desarrollo motriz pleno en

correspondencia con su edad, y básicamente el 45,45 % se muestra como un dato significativo. Por otro lado, los elementos técnicos que señalaron los entrenadores que enseñan con los juegos pre deportivos son el pase, la recepción y el lanzamiento en seis ocasiones, los desplazamientos cuatro veces y el drible en dos ocasiones. Llama la atención como solo dos entrenadores manifestaron aplicar juegos pre deportivos para la enseñanza del drible y ninguno para la familiarización con el contrario, esto demuestra la necesidad de disponer de un manual de juegos.

Pregunta 4. ¿En las preparaciones metodológicas recibidas se orienta el uso de juegos pre deportivos para la enseñanza de elementos técnicos en estas edades?

Sí _____ No _____



Figura 7. Resultado de la pregunta cuatro de la encuesta realizada a los entrenadores de base.

Con la interrogante anterior se pretendía conocer si los entrenadores de base por alguna razón tenían orientaciones precisas sobre el uso de los juegos pre deportivos en la enseñanza del balonmano, evidentemente no existe ningún tipo de recurso que avale lo anterior ya que el 100 %, dice no recibir orientación, debe ser a juicio del autor que no existe ningún manual o documento que exponga los juegos pre deportivos para la enseñanza de los elementos técnicos.

Pregunta 5. ¿Considera usted útil la confección de un manual de juegos para la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano en la etapa de iniciación?

Sí _____ No _____

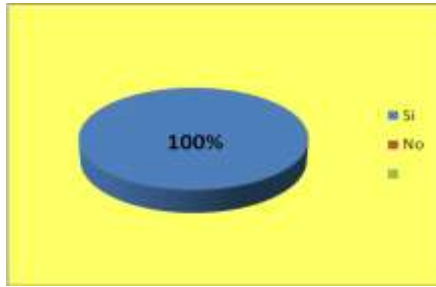


Figura 8. Resultado de la pregunta cinco de la encuesta realizada a los entrenadores de base.

Se quiso dejar despejado si era necesario o no un recurso pedagógico que ayudara a los entrenadores a facilitar la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano y el resultado de sus criterios se exponen en el gráfico anterior, en la que el 100 % de los entrenadores consideran útil la confección de un manual de juegos que facilite el trabajo de la propia enseñanza en la iniciación al balonmano. Estas opiniones justifican la necesidad del manual, de ahí la importancia del mismo como un documento que ayude a la planificación y organización de las clases.

c) Análisis de los resultados de la triangulación metodológica

Los resultados de los métodos empleados en el diagnóstico de la situación actual del objeto de estudio, permitió realizar una triangulación metodológica para la comparación de los datos, contrastar las informaciones recogidas en los métodos empíricos seleccionados, enriquecer los contenidos con el propósito de lograr una mayor objetividad, confiabilidad y validez en los resultados de la investigación.

En el empleo de los métodos empíricos seleccionados, se aprecia que existen dificultades en la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano en su etapa de iniciación. Se pudo constatar en el análisis realizado a los documentos rectores, la escasa propuesta de juegos que exponen para esa categoría. La observación realizada, demostró que existe un pobre nivel técnico en todos estos jugadores, reflejado específicamente en los resultados obtenidos en cada uno de los momentos en que se realizó la misma. En cuanto a la encuesta aplicada a los entrenadores que trabajan en la iniciación, confirma los resultados anteriormente expresados y demuestra los escasos

conocimientos que poseen los entrenadores sobre el uso de los juegos pre deportivos en la enseñanza del balonmano.

En sentido general, los resultados de la observación y la encuesta ratifican lo registrado en el análisis de documentos, especialmente en el Programa de Integral de Preparación del Deportista, ya que en el mismo se exponen solamente cinco juegos, lo que trae consigo que los entrenadores solo dispongan de una muy limitada oferta estos para enseñar los elementos técnicos y esto conlleva en la mayoría de los casos a deficiencias en la enseñanza de ellos.

2.5 Resultado del criterio de los especialistas sobre el manual elaborado

Para ello se utilizó la Matriz Chanlat (O. Paulas, 2009; J. Bringas, 2007) citados por Chica, P. (2009), propia de la estadística no paramétrica y referida al carácter demostrable de los modelos que se establecen en las ciencias sociales en la actualidad. La misma posibilita la validación teórica de la propuesta con un nivel de significación de 99,9 y un margen de error de 0,1; válido para la presente investigación. Dicha validación posibilita identificar las potencialidades e insuficiencias de cualquier propuesta que se construya desde un marco teórico de las ciencias como el manual elaborado.

Los criterios de selección de los especialistas fueron los siguientes:

- Tener disposición para participar en la investigación
- Experiencia en el trabajo del balonmano en cuanto a la dirección y preparación de balonmanistas, así como en la forma de aplicar juegos para el aprendizaje de los elementos técnicos

El manual se puso a consideración de los especialistas con la finalidad de establecer en el plano teórico la validez de la propuesta y posteriormente hacer los ajustes lógicos sobre la base de las sugerencias dadas. La encuesta aplicada a los especialistas se puede constatar en el Anexo 10.

A los especialistas se les solicitó que analizarán las variables siguientes:

- Impacto (I)
- Funcionalidad (F)
- Oportunidad (O)

•La Efectividad Esperada del Manual (E.E.M.) calculada a partir de la siguiente fórmula: $E.E.M. = \frac{I \times F \times O}{100}$

100

Se toman en consideraciones los siguientes indicadores:

Si E.E.M. es mayor que 27, el manual se considera con una validez fuerte

Si E.E.M. está entre 26 y 17 el manual se considera con una validez media

Si E.E.M. es menor que 17, el manual se considera con una validez débil

Los resultados obtenidos acerca de la validez del manual, a partir de la consulta a especialistas mediante la Matriz Chanlat se muestran en el anexo 7. Por tanto, como se puede apreciar en dicho anexo el análisis de los resultados de la Efectividad Esperada del Manual de ejercicios ofrece como resultado de la sumatoria de las ponderaciones promedios un nivel de significación de 29,6. Esta evaluación arroja que el manual de ejercicios propuesto es considerado con una efectividad fuerte lo que posibilita su aplicación. No obstante, se le realizaron los ajustes pertinentes sugeridos por los especialistas consultados.

El 13,3 % de los especialistas (2), señalan como insuficiencias del manual que no se incluyen juegos para potenciar las capacidades físicas, al respecto el autor considera que estos son juegos pre deportivos para la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano y que la preparación física está implícita en los propios juegos independientemente que este tipo de preparación debe planificarse y dosificarse en la unidad de entrenamiento teniendo en cuenta la edad y las características de los niños.

En cuanto a la segunda pregunta el 26,6 % de los especialistas (4) consideraron excesivas las modificaciones en las reglas, por lo que se disminuyeron y en otros casos se agruparon algunas de ellas, para mostrar la versión acabada del manual.

La cuarta pregunta formulada a los especialistas arrojó un resultado favorable en su totalidad, precisamente debido a que, ninguno de los encuestados precisó limitaciones en la propuesta realizada.

De ahí que el 100 % de los especialistas se manifiestan significativamente a favor del manual elaborado y reconocen su utilidad para la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano en su etapa de iniciación.

Completado este primer proceso de validación se está en condiciones de presentar el manual de juegos elaborado.

2.6 Estrategia metodológica para la concepción del manual y su contenido

A partir de la situación problemática que suscita la investigación, el autor profundiza en el objeto de estudio y logra interpretar mediante un análisis los elementos que fundamentan la necesidad de la presente investigación, en la que se alcanza como resultado científico un manual de juegos para la enseñanza del balonmano al seguir la metodología que plantea Palma, J. (61) y en la cual se reconocen los siguientes componentes:

1. Introducción
2. Utilidad
3. Conformación del manual
4. Fuentes de Información del manual
5. Preparación del manual
6. Bibliografía

II.1.1 INTRODUCCION

✓ Se comenta la situación problemática

En el Programa Integral de Preparación del Deportista de Balonmano del año 2016, se exponen para la categoría 7 - 8 años solamente los siguientes juegos: El Rescate del Balón, Tuya – Mía, Números y Letras, Los Cinco Pases y el Aro Móvil, lo que resulta insuficiente para la orientación del trabajo de los entrenadores de base.

Objetivo general: Contribuir a la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano en niños de la categoría 7 – 8 años.

✓ Se fundamenta la necesidad de un manual

Para contribuir a la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano en estas edades, el autor considera necesario que el entrenador de base disponga de un manual de juegos para orientar el trabajo en la unidad de

entrenamiento y que esté en correspondencia con las necesidades y las particularidades de los niños.

✓ **Se destaca la importancia de los juegos como eslabón fundamental en la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano**

El tema de la instrucción en un deporte como el balonmano, es complejo y delicado ya que existen diferentes concepciones en la enseñanza del mismo, por ello se elige el juego como medio fundamental de este proceso, ya que además de hacerlo de forma lúdica, la enseñanza estará estructurada, planificada y tendrá unos objetivos que servirán para adquirir conceptos y desarrollar procedimientos y establecer de esta manera los mecanismos de evaluación pertinentes.

Teniendo en cuenta que el manual va dirigido a un grupo etario con determinadas características, el mismo orienta al profesor en las actividades específicas a desarrollar para cada uno de los elementos técnicos que se enseñarán en la categoría 7 – 8 años, pudiendo utilizarse estos contenidos en las categorías 9 – 10 y 11 – 12 años.

✓ **Explicar los apartados que comprende el manual**

El manual de juegos es un material elaborado específicamente para la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano en la categoría 7 - 8 años el cual está en correspondencia con las características de la edad, aunque se puede utilizar también en otras categorías, el mismo facilita la enseñanza de dichos elementos; con un lenguaje accesible, de fácil comprensión y acompañado de imágenes que proporcionan su aplicación y el uso correcto del juego como método de enseñanza.

Una de las ventajas que tendrá el manual, es que el entrenador a la hora de hacer uso del mismo podrá seleccionar el juego que se haga corresponder con el objetivo que se pretenda alcanzar en la clase, contará con variantes que podrán ser adecuadas según las características del niño. El mismo ofrece una serie de elementos que se corresponden con:

- ✓ Algunos aspectos psicológicos a tener en cuenta en la iniciación al balonmano.

- ✓ La propuesta sobre juegos para la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano.
- ✓ Modificaciones en las reglas del juego.
- ✓ Recomendaciones generales de entrenamiento.
- ✓ Bibliografía.

Utilidad

El manual elaborado, es un instrumento eficaz para el trabajo de los entrenadores de base, ya que puede ser utilizado como guía al escoger al juego como el método fundamental para la enseñanza del niño en la iniciación al balonmano.

Metodológicamente ofrece al entrenador las orientaciones precisas para el desarrollo de diferentes componentes, en correspondencia con las características y edades de los niños, y ofrece la posibilidad de vincular su aplicación con las necesidades del grupo, de la misma forma podrá, individualmente orientar a cada niño en particular, sobre las tareas que debe realizar para lograr el desarrollo en correspondencia con su edad.

Conformación del manual

a) Identificación

- ✓ Nombre oficial de la organización

Universidad de Matanzas. Facultad de Ciencias de la Cultura.

- ✓ Denominación y extensión.

Manual de juegos para la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano en la categoría 7 - 8 años.

- ✓ Páginas (34)

Lugar y fecha de elaboración.

- ✓ Matanzas, 2019.

b) Índice o contenido

- Introducción
- Aspectos psicológicos a tener en cuenta en la iniciación al balonmano
- Juegos para la enseñanza de los desplazamientos sin balón
- Juegos para la enseñanza de las recepciones
- Juegos para la enseñanza de los pases

- Juegos para la enseñanza de los lanzamientos
- Juegos para la enseñanza del drible
- Juegos para la enseñanza de la familiarización con el contrario
- Recomendaciones generales de entrenamiento
- Modificaciones en las reglas de juego
- Bibliografía

c) Prólogo

El manual juegos para la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano en la categoría 7 - 8 años, fue concebido fundamentalmente por la poca información que precisa el Programa de Preparación del Deportista de Balonmano (última versión 2016) para esta categoría y es una necesidad de los entrenadores de base poder disponer de un manual que le sirva de ayuda metodológica para poder impartir los contenidos orientados en correspondencia con las características de los niños.

El manual elaborado es el resultado fundamentalmente de la experiencia práctica del autor durante 14 años de trabajo con niños comprendidos entre las edades de 6 a 11 años y sus objetivos están encaminados a ofrecer al entrenador un material lúdico - metodológico que contribuya a la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano, a la vez que propone una serie de elementos a tener en cuenta en la iniciación de este deporte.

La importancia del manual, está dada en que precisamente puede constituir un medio eficaz para la enseñanza del balonmano ayudando de esta manera a la correcta formación del futuro balonmanista.

d) Áreas de aplicación y/o alcance

- ✓ En las áreas deportivas donde se practique el balonmano
- ✓ Cursos de capacitación para entrenadores de base

e) Estructura del contenido del manual

Tabla 6. Estructura del manual

Contenidos	Aspectos a desarrollar
Aspectos psicológicos a tener en cuenta	Se hará una explicación general sobre las habilidades mentales, la personalidad, motivación principalmente, para entender las necesidades de los niños en estas edades
Juegos para la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano	Se propondrán juegos para desarrollar los elementos técnicos del balonmano: como son: los desplazamientos sin balón, recepciones, pases, lanzamientos, drible, y la familiarización con el contrario
Recomendaciones generales de entrenamiento	Se explicarán detalladamente
Modificaciones de las reglas del juego	Se hace necesaria la explicación detallada de algunas modificaciones de juego para esta categoría

Breve argumento de la estructura utilizada

El contenido del manual es necesario estructurarlo de acuerdo a las características de los niños de estas edades, a los elementos básicos del balonmano que se pueden impartir en dichas edades, porque de esta forma el entrenador podrá orientar al grupo e indicar individualmente a cada niño de acuerdo a las necesidades.

Fuentes de información

- Entrenadores de balonmano de la provincia de Matanzas
- Profesores de la Facultad de Ciencias de la Cultura Física de la Universidad de Matanzas
- Bibliografía especializada
- Diagnóstico

**MANUAL DE JUEGOS PARA LA ENSEÑANZA DE LOS ELEMENTOS
TÉCNICOS DEL BALONMANO EN LA CATEGORÍA 7 – 8 AÑOS**



Autor: Lic. Raúl Figueredo Denis

2019

ÍNDICE

I. Introducción

II. Aspectos psicológicos a tener en cuenta en la iniciación al balonmano

III. Juegos para la enseñanza de los elementos técnicos

- Juegos para la enseñanza de los desplazamientos sin balón
- Juegos para la enseñanza de las recepciones
- Juegos para la enseñanza de los pases
- Juegos para la enseñanza de los lanzamientos
- Juegos para la enseñanza del drible
- Juegos para la enseñanza de la familiarización con el contrario

IV. Modificaciones en las reglas de juego

V. Recomendaciones metodológicas para su implementación

VI. Bibliografía

Introducción

Son incontables los trabajos de investigación sobre la enseñanza, didáctica e iniciación de las diferentes modalidades deportivas que proponen la inclusión del balonmano como herramienta educativa, así como la necesidad de la utilización de unas condiciones lúdicas para el aprendizaje del mismo. Esta propuesta pretende aproximarse al diseño de actividades con una pedagogía apropiada, la misma nace, fundamentalmente, de la inquietud del autor hacia la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano en su etapa de iniciación (categoría 7 – 8 años) y más concretamente sobre cómo deben ser presentados los contenidos en esta etapa. En este sentido, se desea profundizar en la influencia de los factores relacionados con la técnica específica de la disciplina deportiva y de implicación cognitiva presentada en forma de juegos. Esta forma de abordar los contenidos, intenta por encima de todo, establecer una herramienta de trabajo que permita un mejor desarrollo metodológico en el proceso de entrenamiento del niño, busca un tratamiento diferencial de la iniciación al deporte, basado en un nuevo espíritu y una nueva filosofía. Se trata, de adaptarse completamente a las características físicas, psicológicas y emocionales del niño, para encontrar así su completa motivación y es precisamente el juego el instrumento ideal para el aprendizaje ya que forma parte de la propia naturaleza del ser humano y la pedagogía. En este documento, además de justificar el uso didáctico del mismo en el aprendizaje de un deporte como el balonmano, se presentan algunas propuestas prácticas para que los entrenadores, encargados de la formación de nuestros jóvenes, dispongan de una guía de acción que pueda orientar y ayudar a una mejor estructuración del proceso de enseñanza de este deporte.

Aspectos psicológicos a tener en cuenta en la iniciación al balonmano

Habilidades mentales

Una vez que los niños consigan una comprensión de cómo se pueden aplicar y desarrollar las habilidades será evidente que los beneficios se extenderán más allá del mundo del balonmano. Estas habilidades son de gran ayuda para entrenadores y atletas en la vida cotidiana. Las habilidades mentales no son solamente una forma de evitar o recuperarse de desastres. También juegan un papel importante en la organización eficaz de la práctica y el entrenamiento, para que las cosas vayan correctamente en el primer lugar, hay que recordar que no importa la denominación que le aplique a este aspecto de entrenamiento, la parte más importante de la responsabilidad del entrenador es llegar a conocer a los atletas.

No es posible ayudarles a pensar, si no se sabe cómo piensan

Las habilidades mentales requieren práctica exactamente de la misma forma que las habilidades físicas. Como en el caso de las habilidades físicas, algunos niños adoptarán las habilidades mentales con mucha más facilidad que otros. Pero, con la práctica, todos pueden mejorar sus habilidades mentales. Antes de estudiar las técnicas para el desarrollo de las habilidades mentales hay que entender lo que se entiende por los términos de personalidad y motivación.

Personalidad

Los psicólogos profesionales han intentado medir la personalidad de diferentes formas. La conclusión más importante de todas las investigaciones es la afirmación aparentemente obvia que no hay dos personas iguales. Esta es una afirmación importante para el entrenador porque significa que:

- Los niños interpretarán la misma información en forma diferente
- Los niños reaccionarán en forma diferente a la misma situación y el mismo niño también reaccionará en forma diferente ante distintas situaciones

Motivación

La motivación básicamente significa en qué medida un individuo desea alcanzar un objetivo y para entenderla, se necesita saber cuáles objetivos tiene el individuo. Los individuos tienen muchos objetivos diferentes en el balonmano. Unas razones típicas son:

- 1) Divertirse
- 2) Dominar habilidades
- 3) Competir y ganar
- 4) Hacer amistades
- 5) Ponerse en forma
- 6) Experimentar excitación

Comprender las razones de la participación de los atletas es muy importante. Si no consiguen lo que están buscando del deporte, es posible que no quieran seguir participando y por consiguiente optarán por retirarse de una forma definitiva.

Es improbable que la presión externa de la parte de los entrenadores y los padres aumente la motivación en los niños a largo plazo y en efecto puede reducirla.

La automotivación y realización son los factores que hacen a un atleta verdaderamente exitoso, no la ambición impuesta de otro. Como entrenador puedes motivar al atleta, ayudándole a entender lo que quiere conseguir, sus objetivos y como lo conseguirá.

Establecimiento de los objetivos

Conocer lo que tus atletas desean conseguir

Quizás una de las habilidades fundamentales de un entrenador es la de establecer objetivos. Los atletas necesitan objetivos bien definidos. Necesitan saber exactamente que tienen que hacer para conseguirlos y necesitan saber cuando los hayan alcanzado. Ellos se deben establecer para la próxima sesión de entrenamiento, la próxima semana, el próximo mes y toda la temporada, se deben construir hacia eventos bien definidos e importantes en la experiencia del deportista. El buen establecimiento de los objetivos aumenta la motivación y también ayuda a crear la autoconfianza del atleta.

La clave del éxito en el establecimiento de los objetivos es dirigir la atención del atleta hacia un objetivo apropiado. La opción precisa del objetivo puede estar influenciada por casi todo lo que influye sobre la actuación, pero el atleta debe creerlos como apropiados. Si no, el objetivo no motivará ni guiará su conducta. Los jugadores sólo harán un esfuerzo para conseguir los objetivos que ellos acepten.

Consecuentemente, el establecimiento de los objetivos debe ser una experiencia compartida.

¿Cuán difíciles deben ser los objetivos?

Sabemos que el éxito engendra éxito y los atletas conseguirán los mejores resultados si tratamos de ayudarles a experimentar el éxito establecer sus objetivos como corresponde.

Si se establecen objetivos que no se puedan conseguir, por lo menos en un 50% de las veces el deportista no tendrá éxito. Para ser eficaz, el niño debe considerar el objetivo como desafío realista. Se debe considerar el objetivo como lo suficientemente difícil para valer la pena, pero lo suficientemente fácil para poder alcanzarlo.

Los objetivos deben anotarse. Siempre hay que discutir las posibilidades de una situación antes de hacerlo. Los objetivos no tienen que ser siempre logros físicos, pero se pueden utilizar para cambiar y modificar tanto la actuación física como mental.

Técnicas y habilidades

Enseñar a los niños las habilidades del balonmano es una tarea esencial para los entrenadores. Es importante que estas habilidades sean enseñadas al mismo nivel que ellos operan. Estos no dominan los lenguajes tan bien como los adultos. Necesitan explicaciones muy claras, en primer lugar sobre lo que están tratando de aprender y en segundo lugar con respecto a cómo debieran de hacerla tarea. Muchas veces los entrenadores cometen el error de no tener en cuenta lo que los niños ya saben, o de suponer que tengan más experiencias de lo que en efecto tienen.

Aprendizaje de las habilidades

El aprendizaje de las habilidades es un proceso invisible. Los resultados de este proceso son evidentes con el mejoramiento del nivel del atleta, pero el proceso se encuentra dentro del cuerpo y la mente. El sistema nervioso, el cerebro y la memoria son todos incluidos en el proceso. Cuando practicamos una habilidad el recuerdo de las tentativas anteriores nos ayuda a ejecutar físicamente la acción de nuevo. Con el entrenamiento continuo se forma un recuerdo claro y preciso de la acción, se denomina un " programa motor" y se puede considerar como una serie de instrucciones.

El programa motor empieza a formarse en las primeras fases del proceso de aprendizaje de las habilidades. A medida que vaya progresando este proceso, el mismo se desarrollará, y en su consecuencia en el caso del atleta avanzado este constituirá una serie completa de instrucciones que le permitirá la realización constante de las acciones.

Por lo que, analizaremos las fases del aprendizaje:

Fases del aprendizaje

Fase Inicial

Es la fase de pensamiento – calcular que hacer

Antes de que sean capaces de aprender, los principiantes deben tener una idea clara de lo que están intentando de conseguir. Demasiados entrenadores con poca experiencia empiezan por decir o demostrar cómo realizar una tarea sin explicar primero lo que es que atleta quiere conseguir. Suponen, erróneamente, que este ya lo sepa.

Durante esta fase el proceso puede ser lento, según el atleta y la forma de la habilidad misma.

Fase Intermedia

La fase de aprendizaje – probar varias formas de realizar la tarea

Hemos visto que las habilidades tienen como fundamento lo que ya sabemos y somos capaces de hacer

El atleta tardará más en aprender las habilidades complejas debido a la dificultad de coordinar la frecuencia de movimientos. Durante esta fase es importante sugerir como realizar la habilidad con referencia a la experiencia anterior del atleta.

Fase avanzada

La fase hábil – realizar la habilidad

El control del movimiento se hace más automático y los atletas aprenden a dedicarse a elegir que hacer y cuando hacerlo, en lugar de concentrarse en cómo hacerlo. Esta es la fase de la realización hábil de la actividad. Ahora el atleta puede aprender más acerca de la aplicación del esfuerzo y la estrategia a la nueva habilidad.

Juegos para la enseñanza de los desplazamientos sin balón

Nombre: “**La persecución**”

Objetivo: Realizar desplazamientos variados con cambios de dirección

Materiales: Balón adaptado, silbato

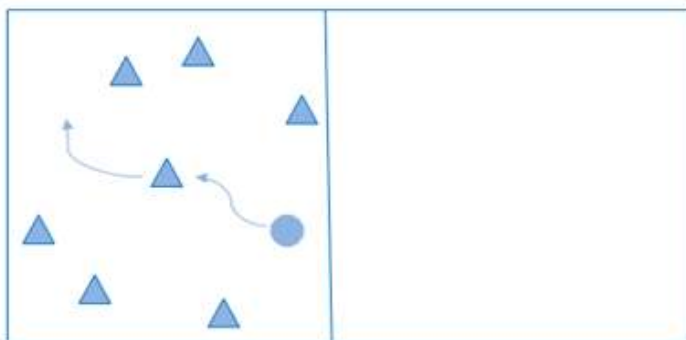
Participantes: De diez a doce

Edad: 7 a 12 años.

Espacio: Mitad de la cancha de balonmano

Organización y desarrollo:

Todos los jugadores se ubican en una mitad de la cancha, uno de ellos el perseguidor llevará un balón adaptado, a una señal del profesor, el jugador con balón tratará de eliminar al resto de los jugadores tocándolos con el balón.



Reglas:

- ✓ El jugador que sea tocado con el balón queda eliminado y se convierte en perseguidor.
- ✓ Una vez que haya más de un perseguidor se pueden realizar pases entre los perseguidores.
- ✓ El jugador que con el afán de ser tocado salga de los límites del área de juego quedará eliminado.

- ✓ No se puede dar más de tres pasos con el balón.
- ✓ No se puede lanzar el balón al jugador perseguido.
- ✓ Ganará el último jugador que quede en la cancha.

Variante: Igual, pero en equipos y ganará el equipo que elimine a todos los jugadores en menos tiempo.

Nombre: **“Zorro sin cola”**

Objetivo: Realizar desplazamientos variados con oposición

Materiales: Pañuelos, silbato

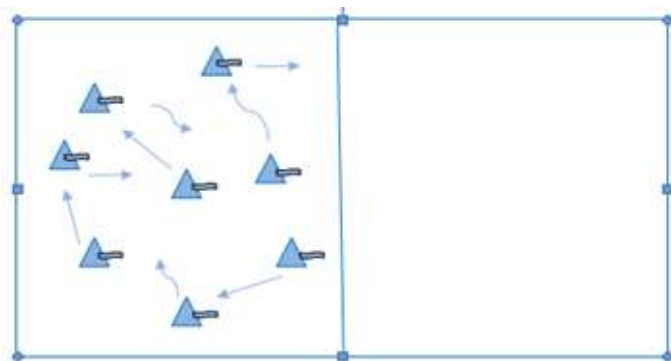
Participantes: De catorce a veinte

Edad: 7 a 12 años

Espacio: Mitad de la cancha de balonmano

Organización y desarrollo:

Todos los jugadores se ubican en una mitad de la cancha y se colocan previamente un pañuelo en la parte posterior el cual será sujetado por el short para imitar la cola de un zorro, a la señal del profesor, cada participante tratará de quitarle el pañuelo (cola) a cualquiera de los otros participantes.



Reglas:

- ✓ No se debe agarrar a ningún jugador para quitarle la cola
- ✓ Al jugador que le quiten la cola queda eliminado

Un jugador queda eliminado además:

- ✓ Cuando con el afán de ser eliminado se sale de las líneas que limitan el campo de juego
- ✓ Ganará el último jugador que quede en la cancha

Variante: Igual, pero en equipos

Nombre: **“La Muralla”**

Objetivo: Realizar desplazamientos variados con oposición

Materiales: Silbato

Participantes: De 14 a 20 jugadores

Edad: 7 a 12 años

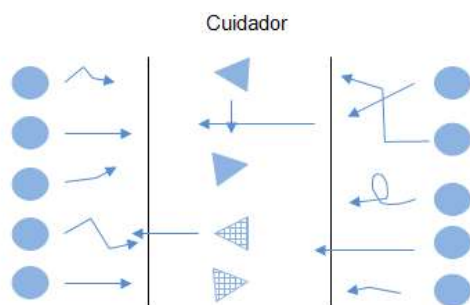
Espacio: Mitad de la cancha de balonmano

Organización y desarrollo:

Todos los jugadores se ubicarán a ambos extremos del terreno y uno en el sector central (cuidador). A una señal, todos los jugadores intentan llegar al otro extremo atravesando la zona central.

El cuidador debe atrapar a los jugadores sin salirse de dicha zona

Los que son atrapados son situados por el cuidador en distintos sectores, en el que permanecerán inmóviles, formando una muralla y así disminuyendo el espacio a atravesar por los otros jugadores



Reglas

- ✓ Si algún jugador perseguido, con el afán de no ser alcanzado, sale de los límites del campo de juego, será ubicado por el cuidador para formar parte de la muralla.
- ✓ Los jugadores ubicados como parte de la muralla deben permanecer inmóviles, con los brazos al lado del cuerpo, por tanto no pueden atrapar a ninguno que atraviese la zona central.
- ✓ Los jugadores que atraviesan la zona central tocan a los que forman la muralla, queda eliminado y se convertirá en parte de dicha muralla.
- ✓ Gana el último jugador que quede para atravesar la muralla.

Variante: Después de un tiempo de juego se pueden ir alternando los cuidadores.

Juegos para la enseñanza de las recepciones

Nombre: “Atrapar para ganar”

Objetivo: Recepcionar el balón en movimiento

Materiales: Seis balones adaptados, silbato

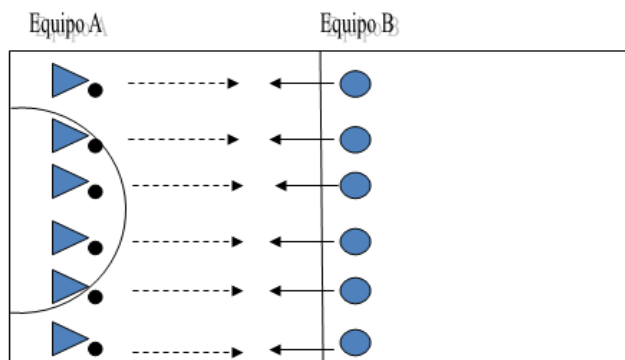
Participantes: Dos equipos de 6 jugadores

Edad: De 7 a 10 años

Espacio: Mitad de la cancha de balonmano

Organización y desarrollo:

En dos equipos, los jugadores del equipo A, se ubican en una línea imaginaria situada a dos metros de la portería, todos con balón y los jugadores del equipo B, se ubicarán en una línea trazada a diez metros de la portería, de frente y formando parejas con los jugadores del equipo A, a la señal del profesor, los integrantes del equipo A lanzan el balón hacia el frente, momento en que los integrantes del equipo B, se desplazan y reciben el mismo, después este haya picado una vez en el suelo, luego los jugadores del equipo B lo devuelven para que los jugadores del equipo A ejecuten un nuevo lanzamiento, y así sucesivamente hasta llegar a diez, posteriormente se intercambian los roles.



Reglas:

- ✓ Los lanzamientos desviados y los balones que se reciban después de realizar dos botes no tienen validez y por lo tanto el punto será para el equipo contrario.
- ✓ Cada recepción correcta dará un punto para el equipo que la realice..
- ✓ Gana el equipo que mayor cantidad de puntos obtenga.

Variante: Variar el tipo de pase.

Juegos para la enseñanza de los pases

Nombre: “El embajador”

Objetivo: Realizar pases y lanzamientos variados

Materiales: Un balón adaptado, silbato

Participantes: Dos equipos de siete jugadores

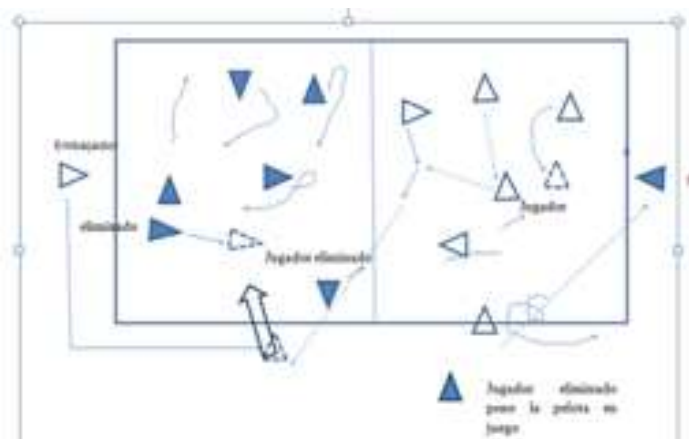
Edad: De 7 a 12 años

Espacio: Cancha de Voleibol (18 x 9 m)

Organización y desarrollo

Seis de los jugadores de cada equipo se ubican dentro de un cuadrado de la cancha. Los dos restantes se ubican detrás de la línea final del equipo contrario.

A la señal del profesor, un jugador del equipo que ganó el sorteo, debe pasarle el balón a su *embajador*, este devolverlo a su propio campo y allí el que posee el balón tiene la posibilidad de pasar a un compañero o bien realizar un lanzamiento al jugador del equipo contrario para tratar de eliminarlo.



Reglas:

Un jugador queda eliminado:

- Cuando es alcanzado por el balón de aire y luego este toca el suelo.
- Cuando con el afán de ser eliminado se sale de las líneas que limitan el campo de juego.
- Cuando el balón; después de haberlo tocado, es recibido por un jugador del equipo contrario sin que haya tocado el suelo.

Un jugador no es eliminado:

a) Si después de haberlo tocado el balón, es retenido por él o un compañero antes que toque el suelo.

b) Si lo toca el balón y antes ha tocado a otro compañero y luego se cae.

En este caso queda eliminado el último jugador en ser tocado por el balón.

Los eliminados:

a) Pasan a la parte de la cancha donde se encuentra su *embajador*, y continúan en el juego.

Un equipo pierde el balón:

a) Cuando comete alguna infracción de las reglas:

- Pisar la línea.
- Invadir el sector de juego del equipo contrario.
- Más de tres segundos sin jugar el balón.
- Más de tres pasos con el balón.

b) Cuando se elimina a un jugador. En este caso corresponde un saque desde la zona donde se encuentra el *embajador* del equipo del jugador eliminado hecho por este último.

El embajador:

a) Debe ingresar al campo cuando todos los compañeros han sido eliminados.

b) Con la eliminación del *embajador* finaliza el juego.

Variante: Se puede realizar con el brazo no hábil

Nombre: **“Pásala rápido”**

Objetivo: Realizar pases y recepciones para simular situaciones de juego

Materiales: Un balón adaptado, batón y silbato

Participantes: Dos equipos de igual número de jugadores

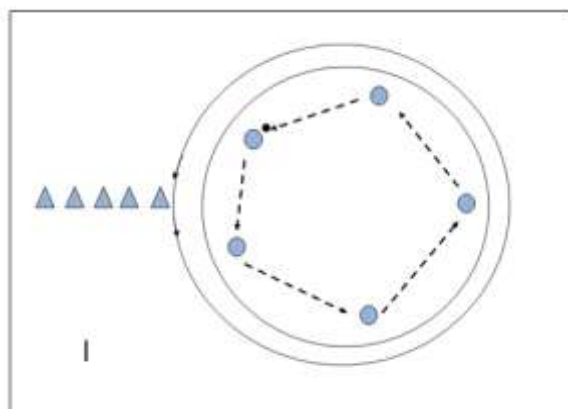
Edad: De 7 a 10 años

Espacio: Mitad de la cancha de balonmano

Organización y desarrollo:

Después de un sorteo, uno de los equipos se situará formando un círculo a unos cuatro metros de distancia de jugador a jugador y el otro se colocará en una hilera a un lado del círculo. A una señal del profesor el equipo A (situado en el círculo) deberá realizar el máximo número de pases consecutivos con

el balón mientras que el otro equipo realiza una carrera de relevos alrededor del círculo con todos los jugadores.



Reglas:

- ✓ Los pases no pueden saltarse a ningún miembro del equipo
- ✓ Si el balón se le cae a algún jugador deberá iniciarse el conteo nuevamente.
- ✓ Se puede realizar cualquier tipo de pase.
- ✓ Los pases podrán realizarse en cualquier sentido, pero una vez empezado no se podrá cambiar su dirección.
- ✓ Se deberá utilizar un batón para la carrera de relevo.
- ✓ Ganará el equipo que al terminar la carrera de relevos haya realizado mayor número de pases.

Variante: El relevo se puede realizar driblando el balón.

Juegos para la enseñanza de los lanzamientos

Nombre: **“Sálvese quien pueda”**

Objetivo: Realizar lanzamientos a un blanco en movimiento

Materiales: Balón adaptado, silbato

Participantes: De 14 a 20

Edad: De 7 a 12 años

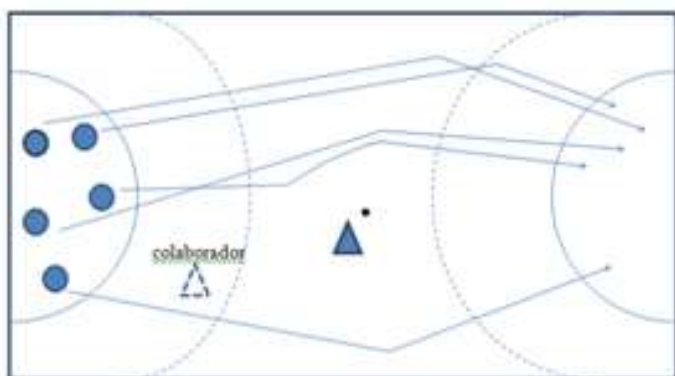
Espacio: Cancha de balonmano

Organización y desarrollo

Dentro de una de las áreas de los seis metros se ubican todos los alumnos, excepto uno de ellos que lo hará en cualquier sector de la cancha.

A una señal del profesor, todos los jugadores deberán desplazarse hacia la otra área, a riesgo de ser puestos fuera de juego si son alcanzados por el balón lanzado por el jugador que estaba dentro de la cancha, todos los que lleguen al área sin ser tocados, esperarán la voz del profesor para nuevamente desplazarse a la otra área y así sucesivamente.

Si algún jugador es alcanzado por el lanzamiento, se convierte automáticamente en *colaborador* y por lo tanto ya podrán realizar no solo lanzamientos, sino también pases entre ellos.



Reglas:

- a) Todos los jugadores que se desplazan de un área a otra, tienen tres segundos para abandonar la misma, luego de la señal del profesor, el que no lo haga se convierte en *colaborador* del lanzador.
- b) Ningún jugador podrá lanzar el balón a otro que se encuentre dentro del área de seis metros.
- c) Si el jugador – corredor, con el afán de no ser alcanzado por algún lanzamiento sale de los límites del campo de juego, pasa automáticamente a ser *colaborador*.
- d) Si el balón sale por las líneas laterales o finales se debe poner en juego mediante un pase o lanzamiento desde el lugar donde salió, el jugador que lo realice debe pisar la línea.
- e) Los jugadores que pasan y lanzan el balón no pueden caminar más de tres pasos ni retener la pelota más de tres segundos.
- f) Para que un lanzamiento sea considerado válido, debe realizarse sin cometer faltas reglamentarias y en forma directa, es decir sin que en su recorrido toque el suelo.

Variante: Colocar jugadores en ambas áreas del portero

Nombre: **“La Travesía”**

Objetivo: Realizar lanzamientos variados a un blanco en movimiento

Materiales: Cuatro balones adaptados, silbato

Participantes: Dos equipos de seis jugadores

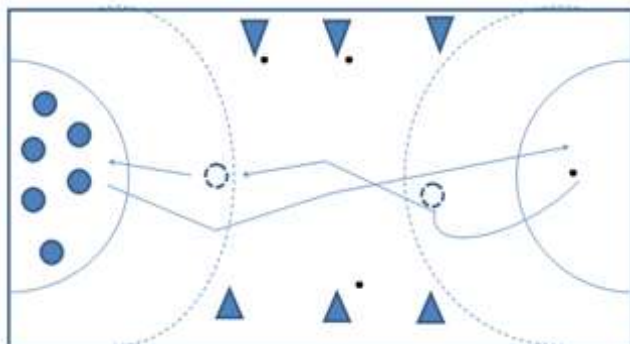
Edad: De 7 a 12 años

Espacio: Cancha de balonmano

Organización y desarrollo:

Los seis jugadores de un equipo (A), se ubicarán dentro de un área de arco. El otro equipo (B), se ubicará en dos grupos de tres jugadores colocados estratégicamente detrás de las líneas laterales de la cancha, y tendrán tres de ellos un balón adaptado cada uno. En el área opuesta donde se encuentra el equipo (A), se ubica un balón.

A una señal del profesor, un jugador del equipo (A), correrá al área opuesta para tomar el balón que se encuentra dentro y lo transportará hasta el área de donde salió. Durante el recorrido que este jugador hace con el balón, deberá evitar a través de desplazamientos (cambios de dirección, trayectorias curvas, y/o rectas, detenciones, saltos, entre otros.), que los jugadores del equipo (B) le den con los balones que lanzarán. Si logra llegar al área sin ser tocado por ningún balón, lo entregará a otro compañero para que haga el recorrido opuesto, a riesgo de ser tocado también por alguna pelota lanzada y así sucesivamente hasta que todos hayan hecho el recorrido.



Reglas:

- a) Si el jugador es alcanzado por algún lanzamiento, deberá regresar al área de donde partió y comenzar nuevamente el recorrido, ese regreso es sin riesgo de ser tocado.
- b) Todo jugador tiene tres segundos para lanzar. Si tardara más de ese tiempo para efectuar el lanzamiento y logra aceptar en el jugador – corredor, ese lanzamiento no sería válido.
- c) Los lanzamientos podrán realizarse en salto o en apoyo pero sin dar más de tres pasos.
- d) Gana el equipo que realice el recorrido en el menor tiempo.

Variante: Aumentar el número de balones.

Nombre: **“La olla”**

Objetivo: Realizar lanzamientos en apoyo

Materiales: Un balón adaptado, silbato

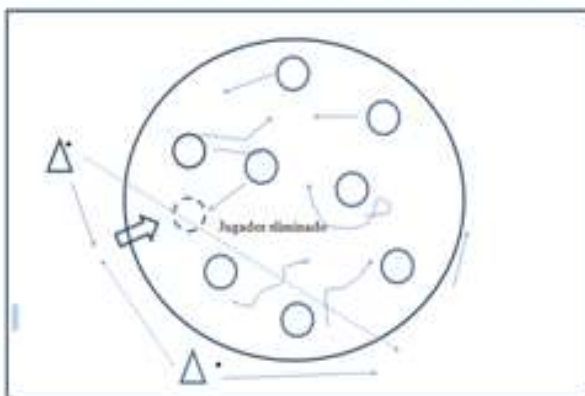
Participantes: De 10 a 12

Edad: De 7 a 12 años

Espacio: Circulo de seis metros de diámetro

Organización y desarrollo

Todos los jugadores se ubican dentro del círculo excepto dos, que lo harán fuera del mismo, uno de ellos tendrá un balón. A la señal del profesor, el jugador que lo posee deberá pasar el mismo a su compañero o bien efectuar un lanzamiento a cualquier otro de los que se encuentra dentro del círculo.



Reglas

- ✓ Cualquier jugador alcanzado por el balón en un lanzamiento debe salir del círculo y se convierte automáticamente en *colaborador* de los dos jugadores que comenzaron el juego como pasadores – lanzadores.
- ✓ Se deben tener en cuenta las reglas aprendidas anteriormente y además que los lanzamientos sean realizados fuera del círculo, y no debe el jugador que lance, pisar ni rebasar la línea que bordea al mismo.
- ✓ Se considera jugador eliminado a aquel que es alcanzado por un lanzamiento directo, siempre que el lanzador no hubiera cometido ninguna falta reglamentaria. Si el jugador cometió una falta al reglamento, y otro es tocado por el balón, el juego continúa pero prosigue dentro del círculo.

Variante: Realizar en equipos y ganará el que más rápido elimine al contrario.

Nombre: **“La oportunidad”**

Objetivo: Realizar lanzamientos en apoyo a un blanco defendido después de haber recibido un pase.

Materiales: Un balón adaptado, un cono y silbato

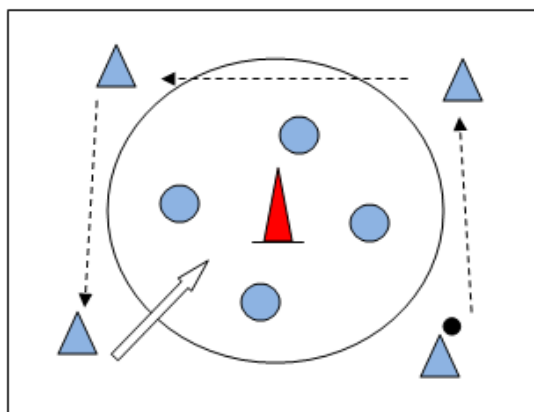
Participantes: Dos equipos de 4 - 6 jugadores

Edad: De 7 a 10 años

Espacio: Círculo de tres metros de diámetro

Organización y desarrollo:

Después de un sorteo, uno de los equipos se situará fuera del círculo y el otro dentro de este para defender un cono que se situará en el centro del círculo y que será blanco de los lanzamientos realizados por el equipo contrario. A una señal del profesor los jugadores del equipo que está fuera del círculo comienzan a pasarse el balón intentando crear espacios y buscar una oportunidad para lanzar al cono.



Reglas:

- ✓ Los jugadores del equipo que está fuera del círculo no pueden entrar dentro de la zona defendida.
- ✓ Cada vez que uno de los jugadores del equipo consiga hacer diana en el cono obtendrá un punto.
- ✓ El juego se desarrollará hasta un tiempo dado y luego se cambian los roles.
- ✓ El cono puede ser defendido con cualquier parte del cuerpo.
- ✓ Ganará el equipo que más puntos haya obtenido.

Variante: Variar el tipo de lanzamiento.

Nombre: “¿Quién lanza más rápido?”

Objetivo: Realizar lanzamientos en movimiento después de haber recibido un pase

Materiales: Un balón adaptado, silbato

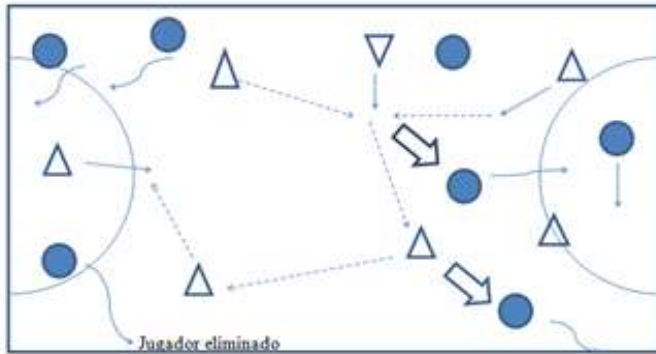
Participantes: Dos equipos de seis jugadores

Edad: 7 a 12 años

Espacio: Cancha de balonmano

Organización y desarrollo:

Antes de comenzar el juego se establece cual equipo actuará como perseguidor y cual como perseguido, los perseguidores se desplazarán pasándose el balón entre ellos de forma continua, procurando acercarse a uno de los perseguidos, para que por medio de un lanzamiento se le deje fuera del juego.



Reglas:

- ✓ No dar más de tres pasos con la pelota en la mano, ni permanecer más de tres segundos sin jugarla.
- ✓ Si el balón lanzado sale de los límites del campo de juego, se repone con un saque de banda desde el lugar por donde salió, siempre repone el equipo perseguidor.
- ✓ Si algún jugador perseguido, con el afán de no ser alcanzado por el lanzamiento, sale de los límites del campo de juego, queda eliminado
- ✓ Luego de que todos los jugadores han sido eliminados, se invierten las funciones.

Variante: El juego se puede realizar en un tiempo determinado y ganará el equipo que más jugadores haya eliminado durante el mismo.

Juegos para la enseñanza del drible

Nombre: "El Contrabando"

Objetivo: Realizar dribles múltiples con cambios de dirección

Materiales: 12 balones, diamante, silbato

Participantes: De diez a catorce

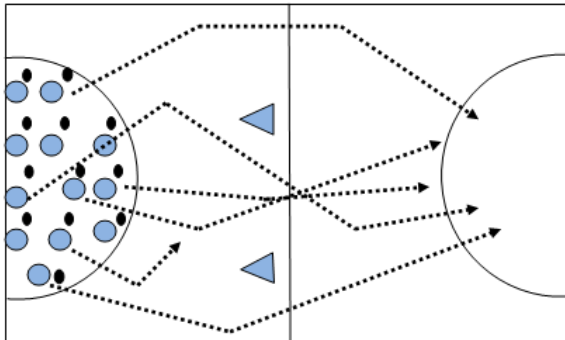
Edad: De 7 a 12 años

Espacio: Cancha de balonmano

Organización y desarrollo:

Todos los jugadores excepto dos se ubicarán con un balón dentro de una de las áreas de portería (contrabandistas) y los otros dos restantes fuera de esta área, ubicados en el centro de la cancha (policías), previamente los contrabandistas se ponen de acuerdo para que uno de ellos sea el que traslade el diamante. A una señal del profesor los contrabandistas salen driblando el balón en carrera y cambian de dirección para evitar ser tocados

por los policías y llegar a la otra área de portería en la que se prepararan para realizar un nuevo recorrido pero esta vez en sentido contrario.



Reglas:

- ✓ Todos los contrabandistas llevarán la mano contraria a la que realicen el drible cerrada.
- ✓ Si un policía toca a uno de los contrabandistas, este deberá detenerse inmediatamente y abrir la mano para ver si posee el diamante.
- ✓ Si el diamante es capturado, los policías obtendrán un punto.
- ✓ Después de un tiempo dado cambiar a los policías.
- ✓ Todos los participantes deberán adoptar ambos roles.
- ✓ Ganará la pareja que mayor cantidad de puntos obtenga.

Variante: Aumentar el número de policías.

Nombre: **“El Espejo”**

Objetivo: Realizar dribles múltiples en carrera variando la trayectoria

Materiales: De 12 a 14 balones, banderitas, silbato

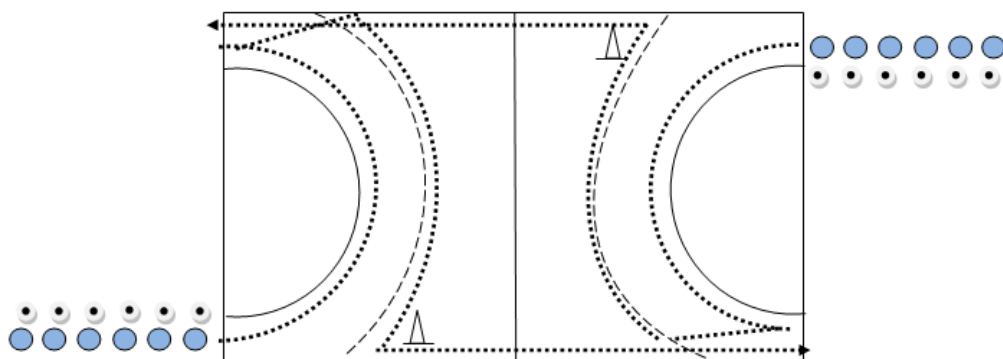
Participantes: Dos equipos de seis a siete jugadores cada uno

Edad: De 7 a 12 años

Espacio: Cancha de balonmano

Organización y desarrollo:

Todos los jugadores poseen un balón, uno de los equipos se ubicará en una mitad de la cancha detrás de la línea de fondo en el extremo derecho y el otro en la otra mitad detrás también de la línea de fondo del extremo derecho.



A

una señal de profesor los dos primeros jugadores de cada equipo realizarán dribles múltiples en carrera y bordearán los seis metros, posteriormente y sin dejar de driblear lo harán en la línea de los nueve metros hasta llegar al final de esta, de ahí continuarán realizando dribles pero en esta ocasión con una trayectoria recta en la que deberán llegar a la línea de fondo del extremo izquierdo, una vez terminado el recorrido el profesor ordenará a los segundos jugadores de cada equipo y así sucesivamente. Cuando todos los jugadores hayan terminado, se comenzará nuevamente, pero ahora por el extremo izquierdo.

Reglas:

- ✓ Cuando se comienza por el extremo derecho, al desplazarse por los seis metros los jugadores driblearán con la mano derecha, mientras que al bordear los nueve metros lo harán con la mano izquierda, es opcional la mano del drible para la trayectoria recta. En caso de comenzar por el extremo izquierdo será lo contrario.
- ✓ Por cada infracción que realice el equipo ya sea violación de la mano del drible o doble drible, el equipo perderá un punto cuantas veces lo haga
- ✓ Por cada jugador que llegue primero, el equipo obtendrá cinco puntos
- ✓ En cada línea de fondo se ubicarán respectivamente dos árbitros con una banderita que deberán levantar cuando llegue cada jugador señalando el ganador.
- ✓ Ganará el equipo que más puntos acumule.

Variante: Este juego se puede realizar sin balón y así el objetivo sería los desplazamientos sin balón.

Juegos para la enseñanza de la familiarización con el contrario

Nombre: "El Traslado"

Objetivo: Agarrar y manipular el balón con oposición

Materiales: 24 balones adaptados, silbato

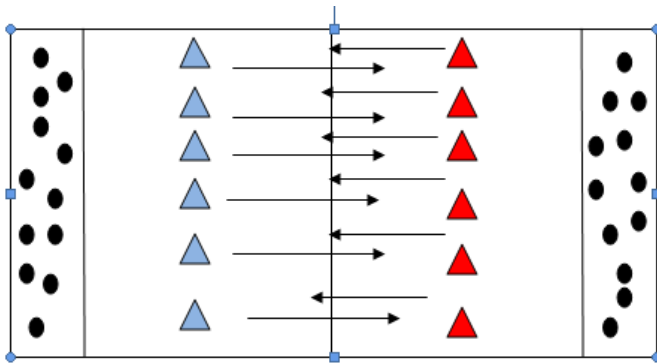
Participantes: Dos equipos de 6 jugadores

Edad: De 7 a 10 años

Espacio: Mitad de la cancha de balonmano

Organización y desarrollo:

Se divide el espacio de juego en dos mitades colocándose cada equipo en su campo, al final de cada campo se trazará una línea paralela a la línea de fondo que delimitará el área de colocación de los balones. A una señal del profesor todos los jugadores de ambos equipos deberán correr hacia el campo contrario, coger un balón cada vez y llevarlo a su propia área.



Reglas:

- ✓ Hay que coger y trasladar el balón con una sola mano.
- ✓ Si cuando estamos fuera de nuestro campo somos tocado por un jugador contrario, tenemos que devolver el balón, regresar a nuestra área y volver a comenzar.
- ✓ Gana el equipo que al cabo de un tiempo tenga más balones en su área.

Nombre: "La Invasión"

Objetivo: Simular condiciones del juego real para familiarizar a los jugadores con el contrario

Materiales: Un balón adaptado, silbato

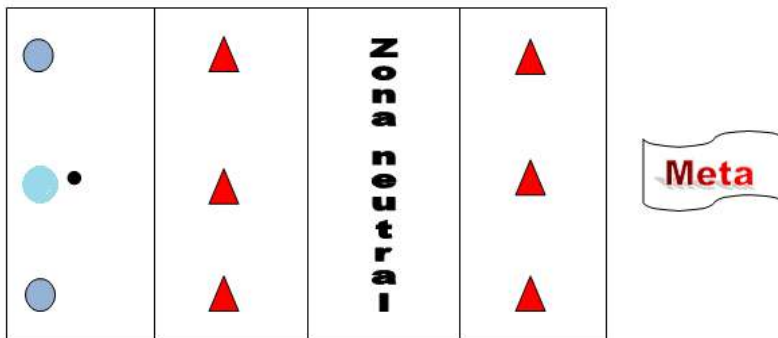
Participantes: De nueve en adelante y que la cantidad de participantes sea múltiplo de tres

Edad: 7 a 12 años

Espacio: Cancha de balonmano

Organización y desarrollo:

Se organizan los jugadores en tríos, dos de ellos formarán una barrera en zonas determinadas del campo de juego impidiendo el avance por su zona a una señal, el primer trío que estará a la ofensiva intentará a través de pases y desmarques sobrepasar a tres defensas que tienen como objetivo apoderarse del balón, si logran pasar la primera trocha llegarán a una zona neutral en la no se les puede quitar el balón y se prepararán para pasar una nueva trocha antes de llegar a la meta.



Reglas:

- ✓ No dar más de tres pasos con el balón en la mano, ni permanecer más de tres segundos sin jugarla.
- ✓ No se permitirá agarrar a ningún jugador, el balón solo se podrá obtener si se intercepta algún pase.
- ✓ Si un jugador es agarrado, el balón se pondrá en juego desde el lugar donde se cometió la infracción se respetará la regla de los tres metros.
- ✓ Si los jugadores atacantes logran llegar a la zona neutral obtendrán medio punto y si logran llegar a la meta final un punto.
- ✓ Ganará el equipo (trío) que obtenga mayor cantidad de puntos en un número de repeticiones dada.
- ✓ Los dos equipos (tríos) que menos puntos obtengan se convertirán en defensores para el próximo juego.

Modificaciones en las reglas de juego

A pesar de que los juegos pre deportivos antes mencionados van a servir para introducir a los niños en la práctica del balonmano como fase previa a los entrenamientos, en el que aprenderán los movimientos básicos que les ayudarán a desempeñarse mejor; existe una máxima en el entrenamiento que dice, que todos los días los niños tienen que jugar al balonmano y para ello se necesitan modificaciones en el reglamento, para adaptar el juego a sus necesidades, ya que en este sentido el balonmano tiene exigencias superiores a las capacidades de los recién iniciados, y para ello vamos a recurrir a lo planteado Ribeiro y Volossovitch,2004 y citado por IHF working group (44).

Las modificaciones del reglamento para adaptar el juego al niño, prioridad pedagógica

“Un niño no es un adulto pequeño”, consecuentemente el juego infantil no puede ser similar al juego adulto, es necesario adaptarlo para mejorar la enseñanza, para elevar el valor pedagógico. En este sentido el balonmano adaptado es una posibilidad que eleva significativamente el valor pedagógico del juego, su reglamento está totalmente en correspondencia con el niño.

El mismo establece modificaciones en el reglamento muy importantes, su relevancia se justifica por sus consecuencias para el juego, de gran valor pedagógico. A continuación se exponen los elementos más importantes para hacer más ameno el juego de balonmano:

Reducción del espacio de juego, del área de portería y del número de jugadores

Esta regla, supone, respecto al juego:

- ✓ Aumenta la participación de los jugadores (intensifica el juego).
- ✓ Se marcan más goles (hace que el juego sea más motivante, más atractivo).
- ✓ Genera un juego más fluido, con menos interrupciones y faltas. Y posibilita a nivel pedagógico.
- ✓ Una mejor comprensión del juego ya que se reduce significativamente la cantidad de estímulos y ello conlleva reducir las situaciones de conflicto individual.

- ✓ Un intenso desarrollo de todas las capacidades del niño (técnicas, tácticas, estratégicas) pues el contexto le obliga a desarrollarlas: la alta participación y el elevado número de acciones que debe realizar cada niño (pases, recepciones, lanzamientos, desmarques e intercepciones) lo obliga a desarrollar sus capacidades en gran medida.
- ✓ Un aumento significativo del índice motivacional ya que las acciones de éxito aumentan enormemente.

Reducción del tamaño de la portería

- ✓ Reduce la utilización sistemática de lanzamientos con trayectoria parabólica. La altura de la portería debe ser proporcional a la estatura de los porteros. Los lanzamientos parabólicos a estas edades aprovechan la poca estatura de los porteros en comparación con la altura de la portería.
- ✓ Aumenta significativamente los índices de éxito de los porteros.

La participación de todos los jugadores

Los jóvenes entrenan para jugar. El hecho de no hacerlo puede, por tanto conducir a una disminución de la motivación o incluso al abandono de la práctica del balonmano.

El problema como casi siempre, radica en pensar excesivamente en la victoria y, entonces utilizar exclusivamente a los mejores. Una situación injustificable desde el punto de vista pedagógico.

Consecuentemente, el buen entrenador deberá hacer a todos y cada uno de los jugadores y repartirá los minutos de juego en base a criterios estrictamente pedagógicos.

Prohibido realizar defensas mixtas (referido al balonmano: 5+1, 4+2, entre otros):

Limita en gran medida la participación en el juego de ambos niños (defensor y atacante) y sesga por tanto el desarrollo de sus capacidades.

Provoca situaciones ilógicas y muy alejadas del juego como la persecución defensor – atacante por toda la pista, sin ningún sentido, a veces incluso en zonas muy alejadas del balón.

Prohibido usar defensas cerradas (6:0, 5:1, poco profundas, las razones son:

Exige a los atacantes dominar habilidades que aun no poseen (lanzamiento a distancia, conseguir penetración en espacios reducidos, velocidad de circulación del balón).

Empobrece enormemente la actividad defensiva (disminuye la variedad de desplazamientos defensivos, las interceptaciones, el marcaje en línea de pase) y la actividad ofensiva (desmarques, variedad en los desplazamientos con balón y sin balón, búsqueda de apoyos y ser apoyo, 1 x 1 con y sin balón).

Disminuye la intensidad del juego (menos goles, más interceptaciones, menos acciones).

Reglas obligadas para una correcta pedagogía

No especializar, utilización de jugadores en diferentes puestos específicos

Prohibido realizar jugadas estereotipadas o juego dirigido. Juego libre, basado en los principios del mismo

Es nuestro objetivo formar “jugadores inteligentes”, capaces de decidir por sí mismos en función de los requerimientos del juego. Sin embargo, observamos como en la práctica, muchos entrenadores practican con niños “jugadas estereotipadas “¿Cómo es posible formar un jugador inteligente si le damos las respuestas programadas desde las primeras edades? ¿Cómo podrá decidir por sí mismo el día de mañana?

En las primeras etapas del aprendizaje, el juego debe ser libre, y atender solo a la interpretación que el niño hace del juego en cada instante e indicarles que principios deben regir su actuación (distribución de los jugadores en el campo, posición del oponente).

En estas edades el niño no comprende los principios del juego y pretendemos que aprenda a ejecutar las acciones en función de lo que ocurre en el juego. Sin embargo, ¿Cómo va a aprender a ejecutar según el entorno si lo limitamos haciéndole que realice esta o la otra jugada? El niño debe observar su entorno y actuar en consecuencia sin “traba” alguna que le obligue a realizar este u otro movimiento.

Recordamos además la importancia de aprender y mejorar las habilidades individuales en estas edades y como la realización de estas “jugadas “puede limitar ese aprendizaje. De igual manera limitará su creatividad, objetivo fundamental de las primeras etapas de aprendizaje.

Consecuentemente, el niño debe resolver por sí solo, los problemas que se presentan en el juego, sin recurrir a jugadas estereotipadas, de las cuales no comprenderá su por qué.

Norma defensiva 1: No permitir el contacto al jugador que lleva el balón (solo en la primera fase)

¿Por qué? Si observamos el juego en las primeras fases del aprendizaje se concluye que el contacto al jugador con balón genera:

✓ Que el poseedor del balón no mejore las habilidades propias de esta etapa tanto como podría hacerlo (no optimización del aprendizaje).

Se pretende que el niño que lleva el balón aprenda a mirar a sus compañeros y pasar el balón correctamente al que esté libre;

Se pretende que el niño pase el balón y después se resitúe rápidamente para ser apoyo y recibir de nuevo el balón;

Se pretende que el niño lance a portería de manera equilibrada y mirando al portero.

¿Esto es posible con contacto defensivo? Evidentemente, NO. Lo coherente será aprender primero sin contacto y después con contacto.

✓ Que el juego se interrumpa permanentemente debido a las continuas faltas sobre el poseedor del balón.

Norma defensiva 2: se limitará al mínimo el contacto defensivo a los jugadores sin balón

Dicho contacto se limitará al uso del cuerpo para impedir el avance del atacante con escaso uso de los brazos (ayuda). El defensor deberá colocarse entre el adversario directo y la portería que se quiere proteger.

Reglas pedagógicas

¿Podemos aplicar más nuevas reglas en el juego o en el entrenamiento para favorecer el proceso de aprendizaje? ¿Cuáles son esas reglas y qué fines persiguen?

Son muchos los autores y entrenadores que creen oportuno introducir nuevas normas para acelerar el proceso de aprendizaje (o eliminar acciones perjudiciales o promover acciones beneficiosas).

Las nuevas normas deben ser aplicadas con mayor asiduidad en las primeras etapas del aprendizaje mientras que en las etapas finales se utilizan en menor medida y con fines muy concretos (condicionales, psicológicos).

Utilización del pase picado

Si observamos el juego infantil, detectamos una enorme cantidad de pases parabólicos por encima de los defensores (con escasa precisión). Dichos pases provocan numerosas pérdidas de balón, hacen más lento el juego y lo empobrecen.

Utilizar el pase picado supone:

- ✓ Exige que los atacantes con balón deban buscar las líneas de pase pues no podrán superar al defensor con un pase parabólico.
- ✓ Exige que los atacantes sin balón deban desmarcarse permanentemente y creen líneas de recepción de pase (no podrá quedarse detrás del defensor).
- ✓ Permite a los defensores mejorar el marcaje de las líneas de interceptación de pase.
- ✓ Permite, igualmente, que los defensores se concienticen más de la importancia de sus tareas pues tienen más posibilidades de éxito.
- ✓ Una progresión del balón a través de pases cortos.

Resumiendo, esta norma supone para el juego: más desmarques, ningún pase parabólico, defensores más activos, motivados y conscientes.

No pasar al mismo (no pasar al mismo jugador del que ha recibido el balón)

Esta norma pretende:

- ✓ Aumentar el juego colectivo (circulación del balón más colectiva).
- ✓ Aumentar el campo visual de los jugadores (deben mirar a otros jugadores y no se pueden reducir al jugador que miraban cuando recibieron el balón).
- ✓ Evitar la monopolización del juego por parte de dos o tres jugadores, muy frecuente en la iniciación.

- ✓ Aumentar la diversidad de decisiones.

Limitar la utilización del drible

Muchos de los problemas que plantea el juego al niño con balón los resuelve mediante el drible, dando así de lado a otras posibilidades: pases y vuelvo a ser apoyo, utilización del ciclo de pasos, fintas. Esto, además de empobrecer el aprendizaje (el niño no es capaz de levantar la cabeza y ver a sus compañeros), provoca numerosos conflictos porque los defensores intentan permanentemente robarle el balón incurriendo en faltas.

Una inhibición total o parcial del drible posibilita un juego más rico, más inteligente desde el punto de vista táctico (el niño aprende a mirar delante de él para localizar a sus compañeros y seleccionar uno para darle un pase y, de nuevo, buscar el balón) Suprimiendo el drible obtenemos:

- ✓ Mas acciones sin balón (desmarques)
- ✓ Más pases y recepciones
- ✓ Menos situaciones conflictivas
- ✓ Aumentamos la toma de decisiones y por tanto mejoramos la inteligencia táctica y la creatividad

Saque de portería tras el gol

Una regla aconsejable en estas edades es el “saque de portería tras el gol”: tras un gol el portero efectuará el saque desde dentro del área (pisando la línea de 3 – 4m) sin que haga falta que el árbitro lo indique (el árbitro no tiene que pitar).

Esta regla permite:

- ✓ Contraatacar permanentemente y aumentar el ritmo de juego.
- ✓ Un mayor desarrollo de todas las capacidades del niño (sobre todo físicas) pues aumenta la velocidad del juego, el número de acciones y, por tanto, la participación.
- ✓ Un aumento significativo del índice motivacional ya que las acciones de éxito aumentan por el mayor número de contraataques.
- ✓ Marcar más goles (hace el juego más motivante, más atractivo).
- ✓ Cambiar de rol rápidamente (defensor o atacante) y tomar conciencia del mismo, objetivo de la primera fase.

- ✓ Que se pierda menos tiempo tras el gol, aumenta el tiempo de participación.

Evitar el ritmo lento de juego

Es evidente que en la “cabeza “de un niño no “cabe” perder tiempo o jugar lentamente para “mantener el marcador “. Sin embargo, existen entrenadores cuya obsesión por ganar les lleva a enseñar este tipo de juego. De la misma manera que en las reglas anteriores, consideramos que el ritmo lento de juego lo empobrece y frena enormemente el proceso de aprendizaje del niño.

Consecuentemente, propugnaremos un juego “vivo” cuyo ritmo sea, en la medida de lo posible, alto.

Recomendaciones metodológicas para su implementación

- Utilizar un correcto vocabulario durante la ejecución de los juegos.
- Observar un orden de realización de los juegos haciéndolos siempre de lo simple a lo complejo.
- Evitar que se fuerce al niño durante la actividad y dosificar el tiempo de realización del juego.
- Respetar las reglas requeridas por cada juego.
- Seleccionar los juegos previamente a la clase.
- Establecer la estructura y orden de los juegos.
- Evaluar siempre la posibilidad de formar parte de ellos y mantener la motivación del alumnado.
- Servir de juez imparcial.
- Observar en los niños, su reacción ante el fracaso y el éxito, su nivel de participación e integración, con el objetivo de promover una participación homogénea.
- Sostener las reglas del juego para todos los grupos que participen, aunque si es necesario pueden variar para equilibrar las fuerzas.
- Ofrecer indicaciones claras; pero debe dejarse espacio a la interpretación de los participantes.

Bibliografía

1. Bayer C. (1991). Aspectos psicológicos y sociológicos del balonmano Comunicación Técnica No 3, España, Ed. xyz.
2. _____, (2001). Reglas de juego. ED. R.F.E.B.M, Madrid
3. F.E.B.M. (1995). Mini balonmano (libro + video). ED. GYMNOS, Madrid.
4. F. F.H.B. (1979). Iniciación al Balonmano. ED. FEBM, Barcelona.
5. Fuentes - Guerra, F. J. G. (2002). El tratamiento de la iniciación deportiva en la revista 'Lecturas: Educación Física y Deportes' desde su inicio hasta la actualidad. <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital - Buenos Aires - Año 8 - N° 44
6. Giménez, J. (2001). La enseñanza del deporte durante la fase de iniciación deportiva. Revista Digital efdeportes. Buenos aires. Año 6 - # 31.
7. González Molina, A. (1991). La formación técnico – táctica del balonmano (I). Los medios teóricos tácticos. En revista deporte y salud. Canaria (4) p. 8-12.
8. Hjorth, S. (2005). Curso Internacional de mini balonmano para las Américas, parte teórica documento base, 2009, impartido en la Ciudad de Matanzas el 30 de abril de 2009 por el lector oficial de la IHF Lic Manuel Mañas Cortés.
9. Kissling, R. (1995). 1000 ejercicios y juegos de Balonmano. ED. Hispano Europea, S. A. Barcelona.
10. Lasierra, G.; Ponz, J. M.; De Andrés, F. (1999). 1013 ejercicios y juegos aplicados al Balonmano Vol. I y II (Fundamentos y ejercicios individuales). Editorial Paidotribo, Barcelona.
11. López Ríos, V. (1995). "La iniciación deportiva y el mini handball. En revista Fly Handball. Barcelona, págs. 19 – 21.
12. Marín, J. C. y M. Mañas (2007). Reglamento de mini balonmano. Propuesta de adaptación del reglamento del CEVO Al Curso Internacional de Mini balonmano IHF América. Cataluña. España.
13. Müller, M. y col. (1996). Balonmano. Entrenarse jugando. Sistemas de Ejercicios Contemporáneos. Editorial Paidotribo. Barcelona.

14. Pierre Bayer, Y. (1988). Proyecto para la formación del joven jugador. En revista Euro – Hand. París (4). Págs. 24 - 43
15. Román Seco, J. D.; Sánchez, F.; Torrecusa, L. C. (1989). Iniciación al Balonmano. Editorial GYMNOS, Madrid.
16. Schubert, R. (1988). “Sesiones de entrenamiento para niños de 8 a 10 años. En revista Euro – Hand. París (3). P. 44 – 47
17. _____, (1988). “Pequeños juegos y forma de competición”. En revista Euro – Hand. París (3). P. 48 – 50.
18. Suter, H. y col. (1986). Balonmano. Juegos y deportes para todos. Técnica metodológica. Basilea, Suiza. Ed. I.H.F
19. Valet Felices, J. A. (1996). Iniciación al balonmano. Zaragoza. Editorial Imagen y deporte. S.I.

CONCLUSIONES

- En el análisis de la literatura especializada, se reflejaron las tendencias teóricas actuales relacionadas con la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano, utilizando el juego como principal elemento dentro del proceso de instrucción. Además, se hace referencia a los modelos de iniciación deportiva, en la que se destaca la importancia de los modelos alternativos en el propio proceso de enseñanza.
- Los resultados del diagnóstico permitieron constatar que, los jugadores de la categoría 7 - 8 años del municipio de Jovellanos mostraron un pobre nivel en cuanto al dominio de los elementos técnicos del balonmano, lo que probablemente tenga su raíz en la escasa propuesta de juegos presentada por el Programa Integral de Preparación del Deportista para esa categoría.
- Se diseñaron 15 juegos para la enseñanza de los diferentes elementos técnicos, en la que cinco de ellos corresponden al lanzamiento a portería por ser este, a criterio del autor el de mayor motivación, tres se identifican con los desplazamientos sin balón, dos con el pase, el drible, y la familiarización con el contrario respectivamente y uno para la recepción.
- Se logra elaborar un manual de juegos para la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano en niños de la categoría 7 – 8 años en el que se incluyen juegos pre deportivos con un alto grado de motivación, así mismo se ofrecen una serie de aspectos psicológicos a tener en cuenta en estas edades y se exponen las modificaciones de las reglas propuestas que indudablemente constituirán un verdadero instrumento para lograr un juego más armónico y fluido.
- A pesar de que los especialistas encuestados realizan algunas sugerencias, el 100 % de ellos se manifiesta significativamente a favor del manual propuesto.

RECOMENDACIONES

- 1-** Proponer a la Comisión Provincial de Balonmano de Matanzas, que el Manual de Juegos elaborado, sea presentado en venideras preparaciones metodológicas provinciales para analizar y debatir su contenido.
- 2-** Sugerir a los profesores de base que laboran con niños pertenecientes a la categoría 7 – 8 años que valoren la posibilidad de utilización de este manual como material complementario para la organización y planificación del entrenamiento.
- 3-** Trabajar mancomunadamente por incorporar el mayor número de juegos posibles al manual para así fortalecer de una manera lúdica la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano.

BIBLIOGRAFÍA

1. Abad Modey, J. L. (1998). "Estrategia técnico – táctico de los jugadores de campo en el balonmano". Tesis de Maestría, "Ciencia y juegos deportivos". ISCF - Matanzas. Pág. 17.
2. Águila, C. (2000). Consideraciones metodológicas para la enseñanza de los deportes colectivos en edad escolar. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, N°20. Disponible en <http://www.efdeportes.com/efd20/metodol.htm>. Consultado el 25 de mayo de 2018.
3. Almaguer López, R. (2003). Estudio comparado entre dos metodologías de enseñanza: Una aplicación en la iniciación al Balonmano. Tesis en opción al grado científico de Doctor en Ciencias de la Cultura Física. Las Palmas de Gran Canarias.
4. _____, (s/f). Etapas y modelos para la enseñanza del Balonmano durante la iniciación deportiva.
5. _____, (2000). Las Situaciones Simplificadas del Juego: Condición metodológica para iniciar el Balonmano. Tesis de Maestría. Santiago de Cuba.
6. Álvarez del Villar, C. (1983). La preparación Física del Fútbol basada en el atletismo. Madrid. Editorial Gymnos.
7. Álvaro, J. (2000). Análisis y evaluación en balonmano. Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd0/b-hand.htm>. Consultado el 30 de abril de 2018.
8. Andux, C. (2003). Nuevo enfoque didáctico para el aprendizaje de los juegos deportivos: el voleibol. En la Universalización de la Cultura Física. Materiales bibliográficos. [CD-ROOM] La Habana, ISCF Manuel Fajardo.
9. _____, y E. George (1996). Referencias metodológicas para la enseñanza del voleibol: Clasificación de ejercicios. INDER. Ciudad de La Habana.
10. Antón, J. L. (1992). Balonmano. Fundamentos y etapas de aprendizaje. Madrid. Editorial Gymnos.

11. _____, (2004). Balonmano recreativo para todos en cualquier lugar. Madrid. Editorial Gymnos.
12. Barcala, R. J. y R. J. Annicchiarico (2003). Los principios del entrenamiento deportivo en el balonmano. Lecturas de Educación Física y Deportes, Revista Digital. (3), Pág. 63.
13. Barrios, J. y A. Ranzola (1998). "Manual para el deporte de Iniciación deportiva". Editorial Deportes. Ciudad Habana.
14. Baur, J. (1991). Entrenamiento y fases sensibles. Revista de entrenamiento deportivo, 5, 3. Págs. 24 – 29.
15. Bayer, C. (1986). La enseñanza de los juegos deportivos colectivos. Editorial Hispano Europea, S. A., Barcelona.
16. Blázquez, D. (1999). La iniciación deportiva y el deporte escolar. (Unidades didácticas I, II, y III). Editorial INDE. Barcelona.
17. _____, (1986). Iniciación a los deportes de equipo. Editorial Martínez Roca. Barcelona.
18. _____, y E. Sebastiani (2012). ¿Cómo formar un buen deportista? Un modelo basado en competencias. (Unidades didácticas II y IV). Editorial INDE. Barcelona.
19. Cagigal, J. M. (1878). ¡Oh deporte! Anatomía de un gigante.
20. _____ (1996): Obras selectas. Ed. COE. Cádiz, 1996. E más F, Revista Digital de Educación Física. Año 1, Núm. 2 (enero-febrero 2010) ISSN: 1989-8304 Depósito Legal: J 864-2009.
21. _____, (1996): Obras selectas. Ed. COE. Cádiz.
22. Carreño Vega, J. E. (2014). La iniciación deportiva en la contemporaneidad. Conferencia magistral. Fórum Científico Estatal de la Misión "Barrio Adentro Deportivo". Venezuela.
23. Chateau, J. (1973). Psicología de los juegos infantiles. Buenos Aires: Kapeluz
24. Cercel, P. (1980). Balonmano: Ejercicios para las fases de juego. Editorial Sport. Turism. Bucarest
25. Comisión Nacional de Balonmano. (2010). Curso Nacional para entrenadores de Base.

26. Contreras, O. R. (1998). Didáctica de la Educación Física. Un enfoque Constructivista. Editorial INDE. Barcelona.
27. Devís, J. y C. Peiró (1992). Nuevas perspectivas curriculares en la Educación Física: La salud y los juegos modificados. Editorial INDE. Barcelona.
28. _____, y R. Sánchez (1996). "La enseñanza alternativa de los juegos deportivos: antecedentes, modelos actuales de iniciación y reflexiones finales". En J. A. Moreno y P. L. Rodríguez. Aprendizaje deportivo. Murcia: Universidad de Murcia, Págs. 159 - 181.
29. Filin, V. P. (1987). Teoría y metodología del entrenamiento escolar. Moscú. Editorial Cultura Física y Deportes. Pág. 108 (Texto en ruso).
30. F. F.H.B. (1979). Iniciación al Balonmano. ED. FEBM, Barcelona.
31. Folgueira, R. S. y M. Mesa (2006). Selección de Lecturas de Análisis de Datos en la Cultura Física. La Habana, Editorial Deportes.
32. Forcades Ribalta, L. (2009). Selección de Texto. Balonmano.
33. Garaigordobil, M. (1992). Juego cooperativo y socialización en el aula. Madrid: Seco Olea.
34. Girón Tamayo, C. M.; R. Zayas y J. Fernández (s/f). Juegos pre deportivos de balonmano para la ocupación del tiempo libre de los adolescentes. Revista Olimpia de la Facultad de Cultura Física de Granma Vol. VIII No. 29, mayo-agosto 2011. ISSN: 1817-9088. RNPS: 2067. olimpia@inder.cu.
35. Guardo, M. E. (2009). Los componentes del diseño teórico de la investigación científica una reflexión praxiológica. Revista Pedagogía Universitaria. Vol. XIV. No. 3.
36. Hahn, E. (1988). "Entrenamiento en Niños" Barcelona. Ed. Martínez Roca.
37. Hernández Moreno, J. (1994). Fundamentos del deporte. Análisis de las estructuras del juego deportivo. Editorial INDE. Barcelona.
38. _____, (2001). La iniciación a los deportes de cooperación/oposición desde la estructura y dinámica de la acción de juego: Un nuevo enfoque. EFDeportes.com, Revista Digital Buenos Aires, Año 6, N° 33, marzo 2001. Disponible en

<http://www.efdeportes.com/efd33/inicdep.htm>. Consultado el 25 de mayo de 2018.

- 39._____, (1998). La Técnica deportiva su incidencia y significación: En la configuración y desarrollo de la acción de juego: Aplicaciones la iniciación deportiva y al entrenamiento. ULPGC. España.
- 40._____, (1998). La iniciación deportiva al Fútbol vista desde la Praxiología Motriz. ULPGC. España.
- 41.Hernández Sampieri, R. (2003). Metodología de la investigación Tomo I y II. La Habana, Cuba. Editorial Félix Valera. Págs. 266-276.
- 42.Hurtado, A. D. y col. (2013). Programa Integral de Preparación del Deportista. Balonmano. Federación Cubana de Balonmano. La Habana, Cuba.
- 43._____, y col. (2016). Programa Integral de Preparación del Deportista. Balonmano. Federación Cubana de Balonmano. La Habana, Cuba.
- 44.IHF working group. (2005). Handball at school.
- 45.Lago Peñas, C. y P. López Graña (2001). Las capacidades coordinativas en los juegos deportivos colectivos. El balonmano. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 5, Nº 30. Disponible en <http://www.efdeportes.com/efd30/balonm.htm>. Consultado el 7 de junio de 2018.
- 46.Leali, G. (1985). L ´ allenamento calcístico durante el periodo evolutivo. CONI. Roma.
- 47.Le Boulch, J. (1995). El desarrollo psicomotor desde el nacimiento hasta los 6 años (1ª De. en Paidós). Barcelona. Editorial Paidós.
- 48._____, (1991). El deporte educativo. Psicocinética y aprendizaje motor. Barcelona. Editorial Paidós.
- 49.López, A. (2006). El proceso de enseñanza-aprendizaje en la Educación Física. Editorial Deportes y editorial Científico-técnica. La Habana.
- 50._____, (2000). Tendencias de la Educación Física y el Deporte Contemporáneos: Aportes y limitaciones. ISCF. La Habana. Cuba.

51. _____, y V. González (2001). "Niveles de satisfacción por la clase de Educación Física" Revista Digital "Lecturas" N° 32. Disponible en [http:// www.efdeportes.com](http://www.efdeportes.com). Consultado en febrero del 2018.
52. López Hernández, J. Monografías.com. Juegos en movimientos para el desarrollo de habilidades motrices básicas en niños. Fecha publicación 15-09-2010.
53. Meinel, K. (1972). Didáctica del Movimiento. La Habana: Editorial Orbe, 197 p.
54. Méndez Jiménez, A. (2010). Modelos actuales de iniciación deportiva. Sevilla: Wanceulen. (Unidad didáctica II).
55. _____, (1999). Modelos de enseñanza deportiva. Análisis de dos décadas de investigación. Disponible en <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital - Buenos Aires – Año 4. N° 13 – Marzo. Consultado 16 de abril de 2018.
56. _____, (2001). Modelos de enseñanza deportiva: Análisis de dos décadas de investigación. Revista digital efdeportes. Buenos Aires.
57. Morera Gómez, L. (2016). Sistema organizacional para la planificación de las capacidades motrices durante el entrenamiento de iniciación del judo con la categoría 9 – 10 años. Tesis en opción al título de Máster en Ciencias de la Educación Física, el Deporte y la Recreación. Universidad de Matanzas.
58. Navarro Falgóns, S. (2007). La iniciación deportiva y la planificación del entrenamiento. Editorial Deportes. Ciudad de La Habana
59. Navarro, F. (1978). Pedagogía de la natación. Miñón. Valladolid
60. Orlik, T. (1990). Libres para cooperar, libres para crear. 3ª ed. Barcelona. Editorial Paidotribo.
61. Palma, J. (2006). Estructura de los manuales en la esfera de la educación física y el deporte. México.
62. Parlebas, P. (1996). Los universales de los juegos deportivos. Praxeología Motriz, Págs. 15 - 30.
63. _____, (1981). Contribution á un lexique commenté en sciencie de l` actino motrice. INSEP. Paris.

64. Piaget, J. (1975). La Composición de las fuerzas y el Problema de los Vectores. Ediciones Morata. Madrid.
65. _____, (1986). La Psicología Evolutiva. Madrid, Editorial Paidós.
66. _____, y col. (1973). La representación del mundo en el niño. Ediciones Morata. Madrid.
67. _____, y col. (1976). La Toma de Conciencia. Ediciones Morata. Madrid.
68. _____, y B. Inhelder (1969). Psicología del niño. Ediciones Morata. Madrid.
69. Platónov, V. N. (1988). El entrenamiento deportivo. Teoría y Metodología. Colección Deporte. Barcelona. Editorial Paidotribo.
70. _____, (1995). EL entrenamiento Deportivo. Barcelona: Editorial Paidotribo. Pág. 127.
71. Programa de Educación Física Secundaria (1990). Secretaria de Educación Pública. México. Pág. 33.
72. Quintana, D. (2014). Metodología para la evaluación del rendimiento competitivo de los jugadores de Balonmano del alto rendimiento. Tesis en opción al título de Doctor en Ciencias de la Cultura Física. Matanzas, Cuba.
73. Ranzola, A. y J. Barrios (1995). Manual para el deporte de iniciación y desarrollo. (1^{era} ed.). Caracas Venezuela. Editorial I.N.D.
74. Rivilla, y col. (2012). ¿Mejora las tic el proceso de enseñanza-aprendizaje deportivo del balonmano? Rev.int.med.cinc.act. fis. Deporte.
75. Rodríguez, J. (1995). Deporte y Ciencia. INDE Publicaciones. Barcelona.
76. Román, J. de D. (1987). "El niño y la actividad física deportiva. Guía metodológica del Balonmano". Editorial Gymnos. Madrid.
77. Román, J. de D.; F. Sánchez y L. C. Torrecusa (1989). Iniciación al Balonmano. Editorial Gymnos. Madrid.
78. Ruiz, O. (2005). La Triangulación como Estrategia de Investigación en Ciencias Sociales.

79. Taborsky, F. (2012). Phenomenon handball. EHF Scientific Conference 2011. Science and analytical Expertise in handball. 18-19 November. Viena (Austria). Págs. 7 - 13.
80. Thorpe, R. y D. Bunker (1982). "From theory to practice: Two examples of an understanding approach to the teaching of game". En Bulletin of Physical Education, Recreation and Dance, Portland. Disponible en <http://www.efdeportes.com/efd63/balonm.htm>. Consultado el 25 de mayo de 2018.
81. Torres Solís, J. A. (1989). Reflexiones sobre educación física. Editorial Didáctica Moderna, D. F. México, Págs. 32 – 33.
82. Torres Tobío, G. (1999). "Adaptación y manejo de balón. Variables de la práctica". R.F.E.BM. Comunicación técnica nº 193. Revista Asociación de Entrenadores de Balonmano. Número 12. Noviembre.
83. _____, (1991). "Pasar-recibir. Situaciones de aprendizaje". Comunicación Técnica nº 131, RFEBM, Madrid.
84. Watson Brown, H. (2008). Teoría y práctica de los juegos. Editorial Deportes. Ciudad de La Habana. Pág. 191.
85. Wojciech, J. (1991). Handball: juegos para el entrenamiento. Editorial Stadium. Buenos Aires. Pág. 144.
86. Zatsiorski, V. M. (1989). Metrología Deportiva. La Habana, Editorial Pueblo y Educación.
87. Zorrilla Henríquez, E. (2005). Estrategia metodológica para el perfeccionamiento del proceso de enseñanza aprendizaje de los elementos básicos en la etapa de iniciación deportiva. Tesis en opción al grado de Máster en Ciencias. Facultad de Cultura Física de Camagüey.

Anexo 1. Protocolo de observación para el diagnóstico

Nombre del jugador:

Etapa:

Periodo:

Edad:

Microciclo

Mesociclo:

Sexo:

Fecha:

Calificación del diagnóstico:

Elemento técnico Calidad de ejecución	Buena	Regular	Mal	Calificación general del elemento técnico
Desplazamientos sin balón <ul style="list-style-type: none"> • Equilibrio corporal • Posición de las manos • Parada • Colocación de las piernas en los cambios de dirección y sentido 				
Recepción <ul style="list-style-type: none"> • Posición inicial de los brazos • Movimiento de amortiguación 				
Pase <ul style="list-style-type: none"> • Armado del brazo de tiro • Flexión dorsal • Movimiento final de la muñeca 				
Lanzamiento <ul style="list-style-type: none"> • Posición de las piernas en el último apoyo • Proyección del brazo ejecutor • Posición final de la muñeca 				
Drible <ul style="list-style-type: none"> • Posición del brazo ejecutor • Posición del tronco • Golpeo del balón • Lateralidad 				
Familiarización con el contrario <ul style="list-style-type: none"> • Postura defensiva • Equilibrio corporal 				

Anexo 2. Características de los entrenadores encuestados

No	Profesores	Licenciado	Técnico Medio	Años de experiencia	Responsabilidad
1	Leodan Blanco García		X	2	Entrenador (Jovellanos)
2	Bárbaro Rivas Pedroso	X		10	Entrenador (Cárdenas)
3	Nelson Bello García	X		12	Entrenador (Jovellanos)
4	Maríanela Querol Morales	X		27	Entrenador (Cárdenas)
5	Ileana de los Reyes Pérez	X		28	Entrenador (Cárdenas)
6	Adiel Ramos Morales	X		11	Entrenador (Colón)
7	Nelson Ponce Enseñat	X		14	Entrenador (Cárdenas)
8	Marlon Abreu Guerra	X		5	Entrenador (Jovellanos)
9	Dayana Cárdenas Oviedo		X	5	Entrenador (Jovellanos)
10	Enrique Cárdenas Rosell	X		30	Entrenador (Jovellanos)
11	Reineris de León Aragón	X		15	Entrenador (Colón)
Totales y promedio		8	2	14,4	

Anexo 3. Características de los especialistas encuestados

No	Especialistas utilizados	MsC	Licenciados	Especialistas	Técnicos medios	Años de experiencia	Responsabilidad
1	Félix Crussier Quian	X				43	Entrenador (EIDE)
2	Juan Francisco Querol Morales		X			41	Entrenador (EIDE)
3	Juan Carlos Collin Pedroso			X		23	Entrenador (EIDE)
4	Octavio Cosme Mantrana González				X	33	Entrenador (EIDE)
5	Yoel Flores Ibañez		X			10	Entrenador (EIDE)
6	Alberto Pérez Piedad		X			30	Comisionado Provincial
7	Santiago E.Argudín Barrizonte		X			27	Entrenador (EIDE)
8	Bábaro Rivas Pedroso		X			10	Entrenador (Cárdenas)
9	Marianela Querol Morales		X			27	Entrenador (Cárdenas)
10	Ileana Milagros de los Reyes Pérez		X			28	Entrenador (Cárdenas)
11	Liván Alfonso Pedroso		X			25	Entrenador (EIDE)
12	Nelson Bello García		X			12	Entrenador (Jovellanos)
13	Adiel Ramos Morales		X			11	Entrenador (Colón)
14	Nelson Y. Ponce Enseñat		X			14	Entrenador (Cárdenas)
15	Lázaro Vargas Hernández				X	45	Entrenador (EIDE)
Totales		1	11	1	2	25,27	

Anexo 4. Relación de los jugadores involucrados en la investigación

No	Nombres y apellidos	Edad	Tiempo de práctica en el deporte (meses)
1	Kendry Muñiz Jordan	8	11
2	Roidel Morales Campos	8	10
3	Yoslen Cruz Herrera	8	11
4	Iván Castillo Walker	8	9
5	Darien Vinagera Pren	8	11
6	Yan Luis Rego Izquierdo	8	7
7	Denis Alejandro Valdivieso Álvarez	8	7
8	Alex Esteban Oviedo Galzagorry	8	9
9	Pedro Vázquez Hernández	8	11
10	Lucas Ramón Sánchez Alonso	8	11
11	Yomaikol Martínez Villamil	8	7
12	Yonathan Alejandro Amaya Fonseca	8	10
13	Yoisel Valdez Galzagorry	8	9
14	Aliansi González Abreu	8	11
15	Miguel Antonio Serra Peralta	8	10
16	Daniel David Alejo Velázquez	8	9
17	Flavio Darío Crespo de la Torre	8	9
18	Lisander Segura Zamora	8	11
19	Ángel Manuel Estévez	8	10
20	Yoel Faura Hernández	8	13
	Promedio	8	9,8

Anexo 5. Escala evaluativa de los elementos técnicos observados

Elemento técnico	Bien (2 puntos)	Regular (1 punto)	Mal (0 puntos)	Promedio del elemento técnico	Evaluación final
Desplazamientos sin balón					
Equilibrio corporal					
Posición de las manos					
Parada					
Colocación de las piernas en los					
Cambios de dirección y sentido					
Recepción					
Posición inicial de los brazos					
Movimiento de amortiguación					
Pase					
Armado del brazo de tiro					
Flexión dorsal					
Movimiento final de la muñeca					
Lanzamiento					
Posición de las piernas en el último apoyo					
Proyección del brazo ejecutor					
Posición final de la muñeca					
Drible					
Posición del brazo ejecutor					
Posición del tronco					
Golpeo del balón					
Lateralidad					
Familiarización con el contrario					
Postura defensiva					
Equilibrio corporal					

Anexo 6. Evaluación final del diagnóstico

Elemento técnico	Puntos obtenidos en los elementos técnicos	Promedio	Evaluación final del diagnóstico
Desplazamiento sin balón			
Recepción			
Pase			
Lanzamiento			
Drible			
Familiarización con el contrario			

Anexo 7. Encuesta para los entrenadores de base que trabajan con la categoría 7 – 8 años

Nos encontramos realizando una investigación relacionada con la elaboración de un manual de juegos para contribuir a la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano en niños de la categoría 7 - 8 años, de ahí que sus conocimientos y experiencia, pueden resultar decisivos en el logro de este proyecto, por lo que le solicitamos su cooperación, la cual agradecemos de antemano.

Muchas gracias.

I. DATOS GENERALES: La encuesta tiene un carácter anónimo, por lo que solicitamos de usted, solo que se identifique con alguna de las siguientes opciones:

Técnico medio ____ Licenciado ____ Máster ____

Años como profesor: _____

II. NECESIDAD E INTERÉS

1. ¿Conoce usted qué son los juegos pre deportivos?

Sí ____ No ____

2. ¿Considera usted que los juegos pre deportivos puedan ser un medio para favorecer la enseñanza los elementos técnicos del balonmano en su etapa de iniciación (categoría 7 – 8 años)?

Sí ____ No ____

3. ¿Utiliza usted el juego pre deportivo para enseñar alguno de los elementos técnicos del balonmano?

Sí ____ No ____ A veces ____

Si su respuesta es afirmativa o a veces, marque con una X cual es el elemento técnico.

Elementos técnicos	
Desplazamientos sin balón	
Pases	
Recepción	
Lanzamiento a portería	
Drible	
Familiarización con el contrario	

4. ¿En las preparaciones metodológicas recibidas se orienta el uso de juegos pre deportivos para la enseñanza de elementos técnicos en estas edades?

Sí _____ No _____

5. ¿Considera usted útil la confección de un manual de juegos para la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano en la etapa de iniciación?

Sí _____ No _____

MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

Anexo 8. Validez del manual de juegos elaborado

Variables	Ponderación	Ponderación promedio
IMPACTO (I)	58	14.5
Contribución al logro de los objetivos totales	15	
Necesidades que satisface	14	
Cantidad de componentes que involucra	14	
Contribución a la institución	15	
FUNCIONALIDAD (F)	73	14.6
Aceptación esperada	15	
Disponibilidad de recursos	14	
Aseguramiento de la implementación	14	
Calidad del proceso	15	
Factibilidad	15	14
OPORTUNIDAD (O)	56	
Demandas del entorno que favorecen la acción	13	
Deseabilidad del manual	15	
Urgencia de la necesidad de solución	14	
Apoyo general esperado	14	

$$EES = \frac{14.5 \times 14.6 \times 14}{100} = 29.6$$

Anexo 9. Valores obtenidos con el algoritmo: Bukač J. (1975) Critical Values of the Sign Test. Tabla de significación en hoja de Excel, elaborada por Folgueira R. (2003).

Valor
inicial:

11

se calculará hasta 160

N	Dos Colas					
	,001	,005	,01	,025	,05	,1
11	11	11	10	10	9	9
12	12	11	11	10	10	9
13	13	12	12	11	10	10
14	13	13	12	12	11	10
15	14	13	13	12	12	11
16	15	14	14	13	12	12
17	16	15	14	13	13	12
18	16	15	15	14	13	13
19	17	16	15	15	14	13
20	18	17	16	15	15	14
21	18	17	17	16	15	14
22	19	18	17	17	16	15
23	20	19	18	17	16	16
24	20	19	19	18	17	16
25	21	20	19	18	18	17

Anexo 10. Cuestionario aplicado a los especialistas

Compañero especialista:

Nos encontramos realizando una investigación que tiene como objetivo elaborar un manual de juegos para la enseñanza de los elementos técnicos del balonmano en la categoría 7 - 8 años del municipio de Jovellanos. Sería de gran utilidad el poder contar con su colaboración, por lo que le solicitamos de la manera más atenta que dé respuesta a las siguientes interrogantes. Muchas Gracias.

Ocupación actual: _____

Años de experiencia: _____

Graduado de: _____

Maestría: ____

Doctorado: ____

1. Marque con una X en caso de que considere que el manual propuesto tiene en cuenta los siguientes aspectos:

___ Contribución al logro de los objetivos totales

___ Necesidades que satisface

___ Cantidad de componentes que involucra

___ Contribución a la institución

___ Aceptación esperada

___ Disponibilidad de recursos

___ Aseguramiento de la implementación

___ Calidad del proceso

___ Factibilidad

___ Demandas del entorno que favorecen la acción

___ Deseabilidad del modelo

___ Urgencia de la necesidad de solución

___ Apoyo general esperado

2. ¿Cuáles son las insuficiencias de la propuesta?

3. ¿Cuáles son los excesos de la propuesta?

4. ¿Cuáles son las limitaciones de la propuesta?

5. ¿Cómo usted reformularía la propuesta a partir de los criterios anteriores?