

Actividades recreativas para la incorporación de niños de 9-13 años a la práctica del boxeo en zonas rurales

Recreational activities for the incorporation of children of 9-13 years to the practice of boxing in rural areas

Kleiby Luperón-Barrientos¹

¹*Lic. Profesor Asistente. Universidad de Guantánamo. Guantánamo, Cuba.*
kleibys@cuq.co.cu

Fecha de recepción: 5 de octubre de 2018.

Fecha de aceptación: 10 de noviembre de 2018.

RESUMEN

La investigación consiste en un conjunto de actividades recreativas que propicien la incorporación de los niños a la práctica del boxeo. Se ofrecen elementos teóricos acerca de las actividades recreativas, se aportan sugerencias metodológicas que pueden ser utilizadas por los profesores y técnicos de boxeo. El objetivo es dotar a los entrenadores de variantes, que contribuyan a incentivar a los niños a la práctica de este deporte. Se aplicaron métodos de investigación tales como observación, entrevistas y encuestas, entre otras. Los resultados de la valoración son satisfactorios y se corresponden con los intereses de resolver una problemática de la actualidad.

Palabras clave: Boxeo; Actividades recreativas; Zonas rurales; Tiempo libre

ABSTRACT

The research consists of a set of recreational activities that encourage the incorporation of children into the practice of boxing. Theoretical elements are offered about the recreational activities, methodological suggestions that can be used by the professors and boxing technicians are provided. The objective is to provide coaches with variants that help to encourage children to practice this sport.

Research methods such as observation, interviews and surveys, among others, were applied. The results of the evaluation are satisfactory and correspond to the interests of solving a current problem.

Keywords: Boxing; recreational activities; Rural zones; Free time

INTRODUCCION

El deporte, es una de las actividades que se desarrollan para impulsar la ocupación del tiempo libre en cada rincón de nuestro país, donde a través de su organismo rector, tiene entre sus objetivos incrementar y perfeccionar la educación física, la cultura física, el deporte y la recreación sana, en los diferentes sectores de la población, mediante el desarrollo de actividades que garantizan la incorporación de los habitantes de una comunidad.

Los juegos físicos recreativos, según Pérez Sánchez, A. (2003) y Watson Brown, H. (2008), constituyen una de las vías que más se emplean, debido a la gran aceptación y posibilidad de participación de los niños de diferentes edades y sexos. Sin embargo, en ocasiones no se aprovechan las posibilidades que estos brindan, para la movilización de la población y motivar a estos a la práctica deportiva.

Es de vital importancia, plantea Blázquez Sánchez, D. (1995), reconocer que este espacio constituye también una vía primordial, para propiciar la incorporación a la práctica de determinados deportes por un interés propio de la institución deportiva de base, desde el conocimiento de las potencialidades que se presentan en la comunidad y en determinadas edades.

Sin embargo, es común observar que en muchas comunidades, los profesores de la cultura física y el deporte no las aprovechen, y como consecuencia sea muy baja la incorporación a la práctica de algunos deportes como el boxeo. En esto juega un papel fundamental el conocimiento del origen histórico socio cultural de la población que se asesta en la comunidad.

Los prejuicios y tabúes, así como el bajo nivel cultural constituyen obstáculos para que se prefiera practicar un deporte por encima de otro, en ambos sexos. Muchas veces los padres son la principal barrera, según el criterio de Vigostky, L. (1966).

En las actividades deportivas – recreativas, donde se inserta el boxeo como Deporte Para Todos, con niños de 9 a 13 años de edad, es significativo que se utilicen los juegos como una vía para iniciarlos en este deporte, de una forma multilateral, alejado de toda especialización innecesaria para el momento deportivo. En esta etapa de iniciación, los juegos tienen como propósito principal desarrollar las capacidades y habilidades naturales, propias de la herencia y adquiridas, como resultado de su tránsito por la Educación Física, y el aprendizaje de la técnica de los ejercicios principales del boxeo. Es necesario en este inicio, desarrollar un conjunto de capacidades motrices, que garantizarán, en el futuro, su especialización deportiva.

Para contribuir al logro de importantes propósitos, especialistas cubanos mantienen sus expectativas al realizar investigaciones en la búsqueda de vías que posibiliten elevar la incorporación a la práctica del boxeo, y perfilar la calidad de este proceso desde la óptica comunitaria. Algunas de estas investigaciones son Domínguez García, J. (1999), Domínguez García, J. y Llanos, J.L. (1984), entre otros.

En la actualidad, en nuestra provincia existen asentamientos en zonas periféricas de la ciudad, donde cada vez más se aglomeran familias y llegan a formar comunidades. Esto trae consigo, que el gobierno lleve a cabo diferentes procesos de desarrollos comunitarios, entre los que se incluyen la práctica deportiva.

Tal es el caso de la comunidad Ho Chi Min del municipio Guantánamo, donde la Universidad de Guantánamo a través de la Facultad de Cultura Física, tiene una proyección de trabajo donde interviene de manera directa el Proyecto “Piti en las calles”, el cual tiene como protagonistas fundamentales el estudiantado de esta facultad.

A partir de las visitas realizadas a esta comunidad por motivo al desarrollo comunitario, y actividades recreativas planificadas por la Dirección Municipal de Deportes y la Universidad de Guantánamo, se pudo apreciar que existía una gran población de niños entre las edades de 9-13 años. Sin embargo, los profesores de boxeo que laboraban en esta área, contaban con una baja matrícula entre sus atletas.

Lo anterior trajo consigo la motivación para la realización de este trabajo, que en conjunto con los entrenadores y técnicos de boxeo de esta área, buscaran una vía de solución a esta problemática. Esto propició la aplicación de diferentes instrumentos de investigación, que permitieron detectar algunas irregularidades como insuficientes actividades recreativas, que incentiven a los niños de la comunidad Ho Chi Min del municipio Guantánamo a la práctica del boxeo; existe un poco conocimiento de las características del boxeo por parte de los niños de 9 - 13 años de esta comunidad; existe un insuficiente conocimiento por parte de profesores y activistas del deporte y la recreación, de las actividades recreativas boxísticas que propicien la incorporación de niños de estas edades de la comunidad Ho Chi Min a la práctica del boxeo.

Estas insuficiencias permitieron definir como objetivo de la investigación elaborar un conjunto de actividades recreativas que propicien la incorporación de niños de 9 -13 años a la práctica del boxeo en las zonas rurales.

DESARROLLO

Se plantea, que los juegos responden a factores biológicos, y sirven por igual para todos los seres humanos, por cuanto, los factores son similares para todos. Sin embargo, es conocido que los juegos responden a cada sociedad humana y agrupación tecnológica. Es decir, para hablar del origen de los juegos se deben tener presente ambos factores, plantea Watson Brown, H. (2008), los biológicos y los sociales, ya que estos desarrollan hábitos de conducta, habilidades y capacidades físicas. Es conocido que los niños antes de trabajar juegan, en ocasiones, imitando los instrumentos de trabajo. Lo que para el hombre es una labor cotidiana, para el niño es una actividad que lo prepara para cuando se convierta en adulto.

Plantea Medina, A. (1967), que la aparición y el desarrollo de los juegos, están estrictamente relacionados con la aparición de las actividades laborales del hombre.

Los juegos han estado influenciados por varios factores, entre los que se encuentran:

1. Donde aparecen sociedades humanas, surge el juego como una necesidad del hombre.
2. Son muy variados atendiendo a la edad de los participantes, al ambiente social de los que lo ejecutan, el nivel cultural, y a las relaciones sociales o de la sociedad.
3. Son atractivos para menores y adultos.
4. Son semejantes a las actividades que realiza el hombre, ya sean laborales, de guerras, o de arte.

En esta investigación, se asume que el juego puede ser convertido, mediante una correcta discusión, en un medio para la educación, ya que brinda la posibilidad de desarrollar en los menores cualidades morales, intereses y aspectos positivos de la personalidad, teniendo en cuenta la necesidad y sus derechos. Este interés es una tarea permanente dentro de la sociedad.

El juego permite que se desarrolle el lenguaje, la imitación, la imaginación, la memoria, el pensamiento, las percepciones, el compañerismo, la ayuda mutua, la valentía, entre otros valores, por lo que se presta para orientar y organizar a los niños y las niñas de forma acertada. A criterio de Elkonin, D. (1984), además, permite a los niños mejorar sus facultades físicas en general, un mayor equilibrio emocional controlando sus impulsos, los ayuda a agudizar la atención y también fortalece su voluntad.

La temática de los juegos ha sido muy estudiada por los especialistas cubanos, por su influencia directa sobre los órganos y sistemas del ser humano. Sin embargo, estos exigen como premisas fundamentales la planificación y dosificación con un adecuado rigor científico, seleccionando los tipos de juegos asequibles, por su complejidad técnica y las características de los practicantes.

Por tales motivos, deben preverse las diferencias de edades, el estado de salud y la actividad que se realice. Plantea Bermúdez, R, (1996), que de igual forma deben tenerse presente las condiciones físicas, los tipos de juegos, las posibilidades de ejecución de movimientos, las limitaciones físicas, las características de la personalidad, y otros muchos factores que puedan influir.

El juego es un medio importante en la vida de los niños, pues a través de este se pueden lograr cambios conductuales, así como un correcto desarrollo psíquico, ayudándolos en sus relaciones personales. La tarea real que se puede cumplimentar por medio del juego, es la educación de una aptitud positiva en los niños. Es erróneo interpretar al juego como una manifestación de los instintos puramente biológicos, plantea en su investigación Watson Brown, H. (2008).

En las clases de boxeo en la iniciación deportiva, se utiliza al juego como un medio para la motivación de los niños. Más que para llamar la atención de los niños, en cuanto al desarrollo de hábitos y habilidades, el juego es una actividad con capacidad enorme para ser utilizada en materia de educación, pero es indiscutible que su aplicación es pura, es decir, donde conserva intacta sus características esenciales y pueden llevarse al máximo de rendimiento.

En las zonas rurales, existen profundas limitaciones para promover la incorporación de los niños de 9 - 13 años de edad a la práctica del boxeo. Esta realidad irrefutable, ha demostrado la necesidad de llevar el proceso de enseñanza-aprendizaje del boxeo, como Deporte para Todos, a un nivel cualitativamente superior. Más allá del impacto directo que se pretende con el aumento de practicantes incorporados a este tipo de actividad, se hace impostergable la implementación de vías alternativas, que propicien transformaciones estructurales en este proceso hacia una formación integral y un modo de actuación correcto hacia la práctica de tan importante disciplina.

El éxito de esto depende de la dedicación e interés por parte de los agentes educacionales y socializadores, de la relación que se puede fomentar entre los profesores y la comunidad. Es por ello, que en nuestro trabajo se propone un conjunto de actividades recreativas para la incorporación de niños de 9 - 13 años a la práctica del boxeo en las zonas de la montaña.

Estas actividades recreativas tienen por característica que en su contenido se van a observar elementos técnicos propios del boxeo como las paradas de combate, los desplazamientos y los golpes, así como algunas actividades que forman parte de su preparación. Esto permite, que independientemente del placer que experimentan al jugar, tengan incidencia en el deporte, el conocimiento y

aprendizaje de las habilidades que se van adquiriendo durante el juego, lo que contribuye a la motivación por el mismo. A su vez permite que los espectadores disfruten de muchos de los juegos y en algunos sean partícipes de los mismos, pues se necesita de su colaboración para realizarlos.

Características de la propuesta.

El conjunto de actividades recreativas que se propone no compone un sistema, porque cada una de ellas, o sus subconjuntos eventuales, será adecuada a las necesidades individuales de los niños que reciben clases de boxeo como Deporte para Todos cumpliendo un objetivo determinado. Sin embargo, puede existir cierta subordinación o jerarquización entre estas actividades, atendiendo a las etapas y al comportamiento personalizado de los niños.

La significación social de esta propuesta radica en la formación de valores humanos como el compañerismo, la solidaridad, la reciprocidad afectiva, la disciplina y el respeto a los demás, en estrecha relación con los requerimientos de una sociedad socialista, cultivando la personalidad de cada niño, propiciando que sean capaces de descubrir sus propias potencialidades, aptitudes y capacidades para el desarrollo de determinadas capacidades físicas.

Los juegos que conforman la propuesta están concebidos para contribuir a la interacción grupal, el análisis, la reflexión y la comunicación asertiva, por lo que deben transcurrir en un ambiente psico-social y una atmósfera emocional agradable, sin tensiones, donde los errores se conviertan en experiencias positivas o peldaños de acceso al cultivo de la ayuda bien intencionada y oportuna.

Objetivo general:

Contribuir a la incorporación de los niños de 9 a 13 años de edad residentes en las zonas rurales a la práctica del boxeo.

Objetivos específicos:

1. Incorporar a los niños de 9 - 13 años de edad residentes a las zonas rurales a la práctica del boxeo.
2. Encaminar acciones metodológicas para los profesores, técnicos y activistas del deporte de manera que les ayude a pertrecharse de métodos,

herramientas y vías que les ayuden a promover la práctica del boxeo desde el combinado hacia la comunidad.

3. Promover el apoyo y participación de diferentes sectores que intervienen en la comunidad de manera, que ayuden a promover la práctica de esta importante disciplina deportiva.

Metodología para la aplicación del conjunto de juegos recreativos

- Nombre del juego y motivación.
- Explicación del juego.
- Organización de los participantes.
- Demostración del juego.
- Entrega de los materiales.
- Práctica del juego por los atletas y aclaración de las reglas.
- Desarrollo del juego y sus variantes.
- Evaluación del juego.

Orientaciones metodológicas:

- En ningún momento se deberá obligar o exigir la participación de un niño que esté indispuesto.
- Tener en cuenta que los niños que participen en los juegos de contacto y enfrentamiento, sean de características físico-funcionales similares.
- Exigir el cumplimiento de las reglas de golpes en los juegos de enfrentamientos.
- Evitar los golpes fuertes en regiones del cuerpo que puedan ocasionar daños morfo funcionales al organismo.
- Se utilizarán preferentemente las voces de mando utilizadas en el deporte de boxeo: (box) para iniciar la acción; (stop) para culminar los asaltos o la acción.

1- Nombre: El boxeador listo.

Este juego por sus características es una actividad sana, con actividades físicas de rapidez de reacción. Se realiza con varios competidores a la vez, según la cantidad de implementos con los que se cuente en el área.

Objetivo: Familiarizar a los niños con las indumentarias del boxeador a través de juegos, donde se ponga en práctica la rapidez de reacción al ponerse y quitarse los guantes y la cabecera del boxeador.

Materiales: guantes, cabeceras, protector bucal, silbato.

2- Nombre: Gira y golpea.

Este juego por sus características es una actividad sana, con actividades físicas del aparato vestibular. Se realiza con varios competidores a la vez, según la cantidad de implementos con los que se cuente en el área.

Objetivo: Desarrollar la capacidad de ubicación en tiempo y espacio.

Materiales: guantes, silbatos, saco de boxeo.

3- Nombre: ¿Quién golpea más al saco?

Este juego por sus características es una actividad sana, con actividades físicas. Se realiza con 2 competidores y 2 jueces.

Objetivo: Desarrollar la perseverancia y el afán de triunfo así como la velocidad de golpeo.

Materiales: guantes, silbatos, saco de boxeo y cronómetro.

4- Nombre: Peleas de gallos.

Objetivo: Desarrollar la fuerza de los músculos de los miembros inferiores, la tracción, el desplazamiento y el empuje.

Materiales: silbato, cronómetros.

5- Nombre: Combate con almohadas.

Este juego por sus características es una actividad sana, con actividades físicas, y se realiza con 2 competidores.

Objetivo: Desarrollar la habilidad de golpear y defender a través del golpeo con almohadas en las zonas validas del cuerpo, propiciando la seguridad y confianza del niño en el combate.

Materiales: Almohadas suaves, cronómetros, cuerda.

6- Nombre: Boxeo a ciegas.

Este juego por sus características es una actividad sana, con actividades físicas, y se realiza con 2 competidores.

Objetivo: Desarrollar la perseverancia y el afán de triunfo.

Materiales: Pañoletas, cuerdas, guantes, cabeceras.

7- Nombre: El tocadito con estilo.

Objetivos: Ejecutar acciones de ataques y defensas tocando los hombros, a través de imitación a un combate de boxeo.

Materiales: cronometro, polvo de tizas.

8- Nombre: Caballito boxeador.

Objetivos: Desarrollar la efectividad del golpeo y la coordinación en los movimientos a través de la sincronización de los competidores en la búsqueda de la distancia de combate.

Materiales: Guantes, cabeceras, cronómetros.

9- Nombre: Salta y golpea

Objetivos: Desarrollar la capacidad de coordinación a través del salto de la cuerda en combinación con la rapidez en el golpeo.

Materiales: Suiza de saltar, curda, placas de radiografía.

CONCLUSIONES

El conjunto de actividades recreativas propuestas, contribuye a la incorporación de los niños de 9 - 13 años de edad residentes en las zonas rurales a la práctica del boxeo. Estas hacen asequible la forma de trabajar los elementos técnico tácticos del boxeo y constituyen elementos motivacionales que favorecen mediante el trabajo en equipo la integración de acciones donde participan los sectores implicados como elemento esencial para lograr el incremento de las potencialidades intelectuales, las habilidades motrices, las capacidades físicas, etc.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bermúdez, R, (1996). *Teoría metodología para el aprendizaje*. La Habana: Pueblo y Educación.
- Blázquez Sánchez, D. (1995). *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. Barcelona: INDE.
- Domínguez García, J. y Llanos, J.L. (1984). *La preparación básica del boxeador*. La Habana: Científico Técnica.

- Domínguez García, J. (1999). *Fundamentos biológicos y metodológicos del aprendizaje de técnica y la táctica del boxeo*. (Material no publicado) Facultad de Cultura Física. Universidad de Holguín. Holguín, Cuba.
- Elkonin, D. (1984). *Psicología del juego*. La Habana: Pueblo y Educación.
- Medina, A. (1967). *El juego creador de valores humanos*. Barcelona: Labor, S. A.
- Pérez Sánchez, A. (2003). *Recreación. Fundamentos teóricos metodológicos*. (Material no publicado) Instituto Superior de Cultura Física “Manuel Fajardo”. La Habana. Cuba.
- Vigostky, L. (1966). *El juego y su papel en el desarrollo del niño. Cuestiones de Psicología*. Moscú: Raduga.
- Watson Brown, H. (2008). *Teoría y práctica de los juegos*. Ciudad de La Habana: Deportes.