



“DEPORTE ADAPTADO”

Autor: Barroso Hernández Donaciano Enrique.
Escuela del Deporte de Teoloyucan CCT 15EEF0099N
Teoloyucan, Estado de México.
24 de febrero de 2023.



CC BY-NC



INTRUDUCCIÓN

En el presente trabajo, realizo una descripción de las razones por las que seleccioné el modelo comprensivo de iniciación deportiva, el cual es una forma innovadora de trabajar con los alumnos de primaria, ya que les permite irse introduciendo en los deportes a trabajar de una forma muy noble e incluyente; cabe destacar que, los alumnos menos hábiles son los que, de cierta forma, suelen ser los más beneficiados, sin embargo, no puede descartarse a los más hábiles, que de alguna forma también logran entender mejor las cuestiones tácticas (Sánchez, et al., 2011). De esta manera, todos logran comprender mejor la táctica de los juegos.

Continuando con los elementos que llevaron a seleccionar el modelo comprensivo, la modificación de los espacios, reglas y demás situaciones, hacen que los alumnos puedan jugar de una forma más divertida, y aunque puede afirmarse que, en general, jugar es divertido, no siempre resulta así para los que no logran comprender el juego, por lo que algunos alumnos permanecen en los juegos, ya sea para evitar burlas, o bien solo para convivir con sus compañeros y, en algunas ocasiones, hasta evitan de forma deliberada tener contacto con el móvil en cuestión, luego entonces, es obligación del docente crear juegos o actividades atractivas para todos y que puedan ser ejecutadas sin tener muy en cuenta su habilidad motriz.

Ahora bien, existen algunas cuestiones que deben contemplarse a la hora de plantear los juegos modificados para la enseñanza comprensiva, entre ellas están: poner juegos considerando el nivel motriz correspondiente al grado con el que se va a trabajar, es decir, el grado de complejidad que logra entender el alumno; el tamaño de los móviles, la cancha o espacio donde se va a trabajar; la cantidad de alumnos que formaran parte de la dinámica y por último, la duración de los juegos. Por ejemplo, con algunas actividades de cancha dividida, podrían jugar niños de 2º grado, uno contra uno, en una cancha pequeña y con la red baja, lanzando la pelota con poco aire sobre la red para que caiga en la cancha contraria; de esta forma se respetan las capacidades de los niños, además, es una actividad que pueden repetir varias veces y no esperar turnos tan largos como en el cachibol.

De esta manera, se aprecia una forma bastante razonada de laborar en el modelo comprensivo, en el cual, dentro de su forma de trabajo, se encuentran los juegos modificados, como ya se mencionó anteriormente citando un ejemplo. Cabe mencionar que los juegos modificados son, como su nombre lo indica, una actividad deportiva con diversas

modificaciones de elementos y de ejecución, con la premisa de mantener la esencia del deporte en cuestión. Para los fines prácticos de este proyecto, como ya se mencionó anteriormente, se llevó a cabo la modificación del voleibol.

Otra de las razones por las que se eligió la enseñanza comprensiva, fue el sustento didáctico que se menciona en uno de los escritos: “La influencia de Brunner le acerco a la obra de Vygotsky, de la que adapto las ideas de ‘andamiaje y zona de desarrollo próximo’ (ZDP)”. (Sánchez, et al., 2011, P. 3). Esto hace ver y pensar que, la enseñanza es progresiva y busca que el alumno tenga ideas previas, para generar un nivel motriz más avanzado del que cuenta inicialmente, y que se encuentra básicamente estancado, así mismo el alumno, además de ir aprendiendo el juego, va creando un conocimiento que le permita avanzar en juegos futuros.

Para continuar, y reforzando los planteamientos realizados anteriormente en este trabajo, mencionaremos que, cuando se analizan las formas de trabajar los juegos, Sánchez., et al (2011) plantean que los juegos son el espacio donde los alumnos deben manifestar la toma de decisiones y las habilidades técnicas y estas, por lo tanto, deben coincidir con las habilidades motrices que corresponden a la edad del alumno, al igual que la toma de decisiones. Como se puede apreciar entonces, se habla de tener consideración de la complejidad de los juegos y actividades, acordes a la edad, y debe tomarse en cuenta también la habilidad motriz que presente el grupo.

Los juegos modificados, en la enseñanza comprensiva, utiliza sus propios fundamentos para ser y tener características de juegos modificados, entre ellas están: las modificaciones de la estructura del deporte o juego a enseñar, las cuales deben ser convertidas a sus mínimas expresiones, para que al alumno le resulte fácil comprenderlo y jugarlo; también debe contar con los menos elementos técnicos posibles, pues la intención es aprender y conocer la dinámica del juego sin tantas especificaciones que compliquen su comprensión y ejecución, ya que estas podrán irse integrando más adelante, conforme el alumno vaya comprendiendo dicho deporte.

DESARROLLO

Microciclo: 1	Unidad de entrenamiento: 1 de 1	Nivel: Principiante	Rama: mixta	Categoría: infantil menor	Profr: Donaciano Enrique Barroso Hernández	Fecha: abierto
Deporte: voleibol						
Juego adaptado: cachibol						
Intención de la secuencia de entrenamiento: Que el alumno distinga las trayectorias de la pelota o balón al recibir, y a su vez, logre lanzar con intención al lugar objetivo.						
Intención de la unidad de entrenamiento: Lanzar con precisión la pelota de paliacates						
Método de entrenamiento: inductivo						
Evaluación: logra atinar con precisión a los objetivos.						
Materiales: paliacates.						
Situación didáctica						
<p>Adecuación morfofuncional</p> <ul style="list-style-type: none"> - Con los paliacates distribuidos en el piso, los alumnos se desplazarán por el espacio y a la indicación se colocarán sobre un paliacate en diferentes posiciones, según los indique el entrenador, y estas podrán ser, sentados, hincados, tendidos o de pie, repetir 2 veces cada posición. - Sentados en el paliacate, separaran las extremidades inferiores y trataran de tocar la punta de sus pies sin flexionar las rodillas, durante 16 tiempos. - Con los paliacates distribuidos en el piso, los alumnos se desplazarán y a la indicación se reunirán por equipos de x número de integrantes, según indique el docente, repetir 8 veces variando el número de integrantes. - Sentados en el paliacate, con las extremidades inferiores juntas y trataran de tocar la punta de sus pies sin flexionar las rodillas, h16 tiempos. - Con el paliacate colocado en la parte posterior del pants, se desplazarán por el espacio y a la indicación intentarán quitarle el paliacate a la mayor cantidad de compañeros que puedan, evitando que les quiten el suyo, termina el juego hasta que concluya el tiempo indicado, después entregan a sus dueños el paliacate, se los vuelven a colocar e inician nuevamente, todo esto solo se realizará tres veces. <p>Estimulación</p> <ul style="list-style-type: none"> - En la cancha de voleibol, se formarán 4 filas por cancha, en parejas unirán ambos paliacates para formar una pelotita de paliacates, con ella, uno lanzará la pelotita sobre la red, para que caiga dentro del círculo que formará su compañero con los brazos, y caiga dentro o no, cambiaran de fila, el que lanzo se pasa a la fila que recibirá y su compañero realiza lo contrario. - En equipos de 6, usando la formación del voleibol, con la pelotita de paliacates, buscaran lanzando la pelotita sobre la red, que ésta caiga dentro del círculo que formaran con los brazos los integrantes del equipo contrario, no sin antes de que pase la red, la pelotita la deben pasar entre todos los integrantes del equipo, una vez lanzada la pelotita sobre la red, si esta logra pasar por los círculos que forman los niños 						

del equipo contrario es un punto para el equipo que lanzo, de lo contrario, es punto para el equipo que recibía y además le toca iniciar la jugada.

- Reglas: 1. La pelotita debe pasar y ser atrapada por todos los integrantes del equipo antes de que este pase sobre la red. 2. Todos los integrantes del equipo que van a recibir la pelotita deben formar un círculo con los brazos y no deben desplazarse ni mover los brazos una vez que ya haya lanzado el equipo contrario.

- Si la pelotita no cae en ningún círculo, el punto es para el equipo contrario y le vuelve a tocar iniciar la jugada con un saque o servicio.

- Si se cae la pelotita sin entrar en ningún círculo, el punto es para el equipo receptor, si logra entrar, el punto es para el equipo lanzador, el equipo que logra el punto inicia la jugada nuevamente.

- Van a realizar una rotación de acuerdo a las reglas del voleibol. A los 5 puntos entra otro equipo.

Cierre

- Comentar sus experiencias en el juego, escuchar propuestas de reglas o ajustes al juego

Microciclo: 1	Unidad de entrenamiento: 2	Nivel: Principiante	Rama: mixta	Categoría: infantil menor	Profr: Donaciano Enrique Barroso Hernández	Fecha: abierto
Deporte: voleibol						
Juego adaptado: cachibol						
Intención de la secuencia de entrenamiento: Que el alumno distinga las trayectorias de la pelota o balón al recibir, y a su vez, logre lanzar con intención al lugar objetivo.						
Intención de la unidad de entrenamiento: Lanzar con precisión la pelota o balón al lugar indicado						
Método de entrenamiento: inductivo						
Evaluación: logra atinar con precisión a los objetivos.						
Materiales: pelotas o balones ponchados y aros.						
Entrenamiento						
<p>Adecuación morfofuncional</p> <p>- Por parejas distribuidos en el espacio, a la indicación comenzarán a desplazarse e irán lanzando y atrapando su pelota estando ellos colocados de lado y corriendo hacia delante 16 veces.</p> <p>- De pie, con las extremidades inferiores separadas y extendidas, por parejas, de espaldas uno a otro, se pasarán las pelotas rodando o arrastrando por el piso por un lado y por el otro, manteniendo la flexión del tronco todo el tiempo, realizarlo 8 veces.</p>						

- Por parejas, colocados uno frente al otro, separados dos metros entre ellos, correrán de lado por el espacio lanzándose y atrapando la pelota 16 veces.
- En dos equipos, formarán dos círculos, separados uno de otro y jugarán ensalada de frutas, con una pelota ponchada en el centro.

Estimulación

Voleibol desinflado

- Con la formación de los integrantes como en el voleibol, se colocarán en la cancha y tendrán un aro frente a ellos en el piso, los integrantes del equipo contrario antes de lanzar la pelota a campo opuesto, deberán pasarse la pelota entre todos los del equipo y el último la enviará sobre la red, para intentar que caiga dentro de los aros colocados en el piso de equipo contrario, si cae dentro y ahí se mantiene es un punto para el equipo que lanzo, el alumno que sea el dueño del aro donde cayó la pelota, o bien, que no haya caído dentro pero quedo cerca, toma la pelota para pasarla entre los tres compañeros correspondientes y seguir con la dinámica del juego, a los 5 puntos entra otro equipo.
- Si existe un equipo que se mantiene mucho tiempo ganando, a los tres turnos ganados entra otro equipo por ellos.

Cierre

- Realizar los comentarios de opciones diferentes en el juego.

Microciclo: 1	Unidad de entrenamiento: 3	Nivel: Principiante	Rama: mixta	Categoría: infantil menor	Profr: Donaciano Enrique Barroso Hernández	Fecha: abierto
Deporte: voleibol						
Juego adaptado: cachibol						
Intención de la secuencia de entrenamiento: Que el alumno distinga las trayectorias de la pelota o balón al recibir, y a su vez, logre lanzar con intención al lugar objetivo.						
Intención de la unidad de entrenamiento: Lanzar con precisión y velocidad la pelota						
Método de entrenamiento: inductivo						
Evaluación: logra atinar con precisión a los objetivos.						
Materiales: pelota o balón de voleibol						
Entrenamiento						
Adecuación morfofuncional						

- En la cancha de voleibol se formaran dos equipos del mismo número de integrantes, y cada equipo en cada lado de la red, la finalidad es pasar al otro lado del campo y sobre la red, la mayor cantidad de pelotas posible en un minuto y gana el equipo que menos pelotas tenga al cabo de ese tiempo en su campo.
- Variantes, con las mismas normas de juego, pero ahora la pasaran solo lanzando hacia atrás, otra forma es golpeándola con la palma de la mano.

Estimulación

- Con uno equipo de 6 en cada campo de la red y cada equipo con una pelota, entonces son dos pelotas, lanzaran la pelota entre ellos y el sexto lanzara la pelota al otro campo, si logra pasar la pelota y lo hace antes que el otro equipo gana un punto, después de ganar o perder el punto vuelve a iniciar la jugada a la indicación del docente o bien, pueden acordar iniciar al mismo tiempo.
- Después de cada punto ganado o perdido realizaran una rotación.
- Los pases inician desde la posición uno en la cancha de voleibol, es decir, inicia el que se encuentra en la parte de atrás del lado derecho.
- Al llegar a los 5 puntos sale el equipo que pierde y entra otro equipo.
- A los tres eventos ganados, el equipo debe salir.

Cierre

Realizar comentarios sobre la actividad y si existiera laguna propuesta registrarla para llevarla a cabo en otro entrenamiento

Microciclo: 1	Unidad de entrenamiento: 4	Nivel: Principiante	Rama: mixta	Categoría: infantil menor	Profr: Donaciano Enrique Barroso Hernández	Fecha: abierto
Deporte: voleibol						
Juego adaptado: cachibol						
Intención de la secuencia de entrenamiento: Que el alumno distinga las trayectorias de la pelota o balón al recibir, y a su vez, logre lanzar con intención al lugar objetivo.						
Intención de la unidad de entrenamiento: Lanzar con precisión y velocidad la pelota						
Método de entrenamiento: inductivo						
Evaluación: logra atinar con precisión a los objetivos.						
Materiales: pelota o balón de voleibol						
Entrenamiento						

Adecuación morfofuncional

- En equipos de 6 jugadores al demonio y los ángeles, formados en filas de x número de integrantes, el compañero de adelante tratará de evitar que el demonio, que está delante de la fila pueda quitarle el paliacate al último de la fila, si se lo quita o no, después de cierto tiempo, el que estaba de ángel pasa a ser demonio y el último de la fila se recorre hacia delante, concluye el juego hasta que todos pasen por todas las posiciones.

Estimulación

- En la formación de los equipos de voleibol con seis integrantes en cada campo, utilizando dos pelotas, el juego consiste en pasar la pelota del otro lado del campo, pero antes deben de pasarse la pelota entre ellos dos veces, es decir, deberá dar dos vueltas en el equipo y al último integrante en recibir por segunda vez la pelota debe lanzarla al campo contrario, en esta ocasión deben atrapar la pelota para evitar que les hagan un punto, si cae, el punto es para el equipo que lanzó primero.

- Existen dos formas de ganar punto, si logran pasar la pelota antes que el equipo contrario suma un punto, si se les cae la pelota que le lanzan también suman un punto.

- Después de un punto ganado o perdido, deben realizar rotación ambos equipos.

- Al igual que en las sesiones anteriores, a los 5 puntos sale el equipo que perdió.

- Si un equipo gana 3 veces seguidas debe salir.

Cierre

Realizar comentarios sobre la actividad y si existiera laguna propuesta registrarla para llevarla a cabo en otro entrenamiento

Microciclo: 1	Unidad de entrenamiento: 5	Nivel: Principiante	Rama: mixta	Categoría: infantil menor	Profr: Donaciano Enrique Barroso Hernández	Fecha: abierto
Deporte: voleibol						
Juego adaptado: cachibol						
Intención de la secuencia de entrenamiento: Que el alumno distinga las trayectorias de la pelota o balón al recibir, y a su vez, logre lanzar con intención al lugar objetivo.						
Intención de la unidad de entrenamiento: Pasar la pelota y lanzarla con precisión						
Método de entrenamiento: inductivo						
Evaluación: logra atinar con precisión a los objetivos.						
Materiales: pelota de pilates						

Entrenamiento

Adecuación morfofuncional

- En equipos de 6, formando un círculo de 5 integrantes y tomados de las manos, giraran hacia donde eviten que el sexto integrante que esta fuera del círculo le quite o atrape al compañero designado para ser tocado o atrapado, no deben soltarse de las manos y el que atrapa no debe jalar ni empujar a los demás.

Estimulación

- En equipos de 6 con la formación de voleibol, en esta ocasión, antes de lanzarla formaran una fila con todos los integrantes de un equipo y la pasaran de mano en mano por arriba de la cabeza y el último de la fila correrá hasta la posición más cómoda cerca de la red que el alumno considere y lanzara la pelota sobre la red, el equipo opuesto se mantiene en formación de un equipo de voli, y ya que es atrapada realiza la misma acción.

- Si la pelota cae en el campo contrario es un punto.
- La fila la pueden formar en cualquier parte del campo.
- A los 5 puntos cambio de equipo
- Si un equipo gana 3 veces seguidas entra un equipo de cambio

Cierre

Realizar comentarios sobre la actividad y si existiera laguna propuesta registrarla para llevarla a cabo en otro entrenamiento

Microciclo: 1	Unidad de entrenamiento: 6	Nivel: Principiante	Rama: mixta	Categoría: infantil menor	Profr: Donaciano Enrique Barroso Hernández	Fecha: abierto
Deporte: voleibol						
Juego adaptado: cachibol						
Intención de la secuencia de entrenamiento: Que el alumno distinga las trayectorias de la pelota o balón al recibir, y a su vez, logre lanzar con intención al lugar objetivo.						
Intención de la unidad de entrenamiento: Pasar la pelota con un bote, atraparla y lanzarla con precisión						
Método de entrenamiento: inductivo						

Evaluación: logra pasar la pelota entre los compañeros con precisión
Materiales: pelota de voleibol o balón
Entrenamiento
<p>Adecuación morfofuncional</p> <p>En equipos jugarán a alcanzar la pelota, formados en círculo pasarán la pelota de mano en mano evitando que el compañero que esta fuera del círculo alcance la pelota corriendo, si en tres vueltas no la alcanza cambian de jugador perseguidor, o si la alcanza antes de las tres vueltas, todos deben pasar y termina el juego.</p> <p>Estimulación</p> <p>Con 6 jugadores en cada campo de la cancha, para pasar la pelota del otro lado de la cancha, deben pasar la pelota todos los integrantes del equipo lanzándosela con un bote intermedio, al llegar al último éste la pasará al otro lado de la cancha, el otro equipo debe atraparla, de lo contrario es punto para el equipo que la lanzo, sino pasa, el punto es para el equipo receptor, si hay más equipos, a los 5 puntos sale el equipo que perdió.</p> <p>De igual forma que la actividad anterior, pero ahora con una pelota cada equipo y gana el punto el equipo que logre pasar la pelota primero al campo contrario.</p> <p>Cierre</p> <p>Comentar la importancia de la precisión en los lanzamientos y velocidad de pase.</p>

Microciclo: 1	Unidad de entrenamiento:	Nivel: Principiante	Rama: mixta	Categoría: infantil menor	Profr: Donaciano Enrique Barroso Hernández	Fecha: abierto	
Nombre del alumno:							
Deporte: voleibol							
Juego adaptado: cachibol							
Autoevaluación				Pocas veces	Algunas veces	Muchas veces	Siempre
- Lance con precisión el balón a los lugares indicados							
- Atrape el balón cuando fue lanzado por el equipo contrario							
- Lance el balón a mis compañeros de forma adecuada							
- Recibí el balón lanzado por mis compañeros							
- Mostré una actitud positiva en todo momento en el juego							
- Anime a mis compañeros durante el juego							

REFERENCIAS

Sánchez, G., Devís, J y Navarro, V. (2011). Los juegos modificados y las modificaciones según el alumnado en el modelo comprensivo. *Tándem Didáctica de la Educación Física*, 37, 20 – 30.

Sánchez, G., Devís, D y Navarro, V. (2014). El modelo teaching games, understanding en el contexto internacional y español: una perspectiva histórica. *AGORA PARA LA EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE*, 16 (3), 197-213.