

LA ENSEÑANZA DE LAS HABILIDADES EN LA CONDUCCIÓN DE LA BICICLETA DE LOS NIÑOS DEL CÍRCULO DE INTERÉS DE CICLISMO

THE TEACHING OF SKILLS IN DRIVING THE BICYCLE OF CHILDREN OF THE CIRCLE OF INTEREST OF CYCLING

Autores: Lic. Zulema Valdivia Cervantes

Dr.C. Marcia Julia Salt

Institución: Universidad de Ciego de Ávila Máximo Gómez Báez,
Cuba

Correo electrónico: marcia@unica.cu

RESUMEN

El perfeccionamiento de la iniciación deportiva en el Ciclismo, es el motivo que conduce a la realización de la investigación, que toma como referencia el trabajo que se desarrolla en el Círculo de Interés de Ciclismo, donde se manifiesta una contradicción entre las insuficiencias en el tratamiento metodológico para el desarrollo de las habilidades en la conducción de la bicicleta, resultando evidente la necesidad de su perfeccionamiento. La investigación aborda la temática desde una óptica metodológica, con adecuación a las características de los niños del segundo ciclo de la enseñanza primaria. Se plantea como objetivo: Perfeccionar la metodología de la enseñanza de las habilidades en la conducción de la bicicleta en el Círculo de Interés de Ciclismo, del municipio Majagua, a través de ejercicios que contribuyan a una adecuada relación hombre máquina, potenciando su desempeño en el contexto ciclístico. Se aplicaron métodos y técnicas de investigación, a partir del diagnóstico, además de la valoración de expertos que contribuyeron a la concepción definitiva de la propuesta de la metodología. En la investigación se brinda la posibilidad de dar una mejor orientación al proceso pedagógico deportivo desde la formación, la actualización de conocimientos y la concepción de la iniciación, en el contexto escolar y comunitario. El trabajo fue validado por el criterio de expertos y aplicado con excelentes resultados.

Palabras clave: Iniciación Deportiva, Habilidades.

ABSTRACT

The improvement of sports initiation Cycling is the reason leading to the conduct of research, which draws on the work that takes place in the Circle of Interest Cycling, where a contradiction between the weaknesses manifested in the methodological treatment to develop skills in riding your bicycle resulting clear need for its improvement. The research approaches the subject from a methodological point of view, with adaptation to the characteristics of children in the second cycle of primary education. As it arises as objective: To improve the methodology of teaching skills in driving the Circle Interest Cycling municipality Majagua, through exercises that contribute to a proper relationship between man and machine, enhancing its performance in the cycling context. methods and research techniques were applied, from diagnosis, in addition to the assessment of experts who contributed to the final design of the proposed methodology. In researching the possibility of giving better guidance to the sports teaching process from training, updating knowledge and conception of initiation into the school and community context is provided. The work was validated by expert judgment and applied with excellent results.

Keyword: Sports initiation, Abilities.

INTRODUCCIÓN

El Ciclismo es un deporte que depende de la relación que el hombre logre establecer con un vehículo sin motor, propulsado gracias al esfuerzo del pedaleo, conocido como bicicleta. Como deporte se inicia a partir de 1865, con las primeras competiciones ciclistas. El 14 de abril de 1900 se constituyó en París la Unión Ciclista Internacional (UCI), es la organización internacional que se dedica a regular las normas en los eventos de Ciclismo a nivel competitivo en el mundo. También celebra periódicamente competiciones y eventos y es el organismo principal que rige el Ciclismo mundial, tanto las pruebas oficiales de cualquier tipo como las normativas de cada una de sus disciplinas.

En Cuba, se crea la Federación Cubana de Ciclismo en 1964, la cual surge por la necesidad de organizar todo un movimiento ciclista que se venía gestando en el país. Dirige toda la estructura deportiva del país en este deporte, que conforma la pirámide, que va desde el área deportiva hasta el alto rendimiento. En Ciego de Ávila, el Ciclismo es de esos deportes que provoca largos suspiros y grandes algarabías. Es un deporte de gran arraigo popular en esta provincia, y por eso la llaman la Capital del Ciclismo cubano.

En el año 2005, se realizó en Ciego de Ávila un proyecto, que llevó a cabo un estudio de la selección, formación y desarrollo de los ciclistas, donde se propone desarrollar determinadas habilidades en la conducción de la bicicleta y elevar la cultura ciclista para niños del segundo ciclo de la enseñanza primaria. Se estableció un círculo de interés como una etapa previa a la formación en el área deportiva, contribuyendo a perfeccionar el proceso de iniciación deportiva, aportándole un enfoque educativo en un contexto no competitivo.

Tomando como referencia el trabajo que se realiza en el Círculo de Interés de Ciclismo, del municipio Majagua, se constatan insuficiencias en el tratamiento metodológico para el desarrollo de las habilidades en la conducción de la bicicleta, lo cual exige el perfeccionamiento del proceso pedagógico que se realiza, tomando en consideración los dos componentes fundamentales del mismo, los personales y los no personales.

En cuanto a los componentes no personales, se deben enfatizar en los métodos, medios, procedimientos y formas organizativas que garanticen el proceso de enseñanza y aprendizaje. Brindando, además, especial atención a los componentes personales del proceso, que incluye tanto al profesor como a los niños, considerando sus características y particularidades psico-sociales, en función de perfeccionar las relaciones que se establecen entre ellos.

Según la Real Academia de la Lengua Española, habilidad es la capacidad y disposición que tiene una persona para realizar una cosa con destreza.

En el ámbito de la Educación Física y el Deporte, los conceptos de habilidad y destreza han sido ampliamente estudiados por diversos autores, no obstante,

aún no se ha logrado llegar a conceptualizar absolutamente las fronteras que los diferencian.

Guthrie (1957), definió las habilidades básicas como un componente de las denominadas habilidades motoras, entendiendo como habilidad motora la capacidad adquirida por aprendizaje para alcanzar resultados fijados previamente con un máximo éxito y a menudo con mínimo tiempo, energía o ambas conjuntamente.

Según Cratty (1974), es la tarea que incluye la necesidad, por parte del sujeto, de moverse con precisión y fuerza y/o potencia en diferentes combinaciones.

Las definiciones valoradas, aportan criterios comunes que expresan la posibilidad de adquirir por aprendizaje la capacidad del sujeto, de moverse con precisión y fuerza y/o potencia. Consideraciones que requieren ser contextualizadas en el ámbito del proceso de enseñanza aprendizaje que se desarrolla en función de la correcta planificación de la clase deportiva.

En el campo de la Educación Física, se considera «habilidad a la capacidad que se adquiere por aprendizaje para realizar acciones motrices por medio de las que se logra el objetivo esperado con un mínimo gasto de energía y/o de tiempo» (Generelo y Lapetra, 1993).

Otros autores la definen como «las propiedades psicofisiológicas del hombre de las que depende la dinámica de adquisición de las habilidades y hábitos, así como el éxito en la realización de una determinada actividad» (Colectivo de Autores, 2006).

El niño ha de aprender habilidades específicas, para que la ejecución de la técnica se realice con éxito. Debe transitar por un aprendizaje de destrezas motoras, para alcanzar una elevación del nivel de las capacidades coordinativas, las cuales se van mejorando en el transcurso de las actividades. Debe adquirir por aprendizaje, el conocimiento del medio donde va a desarrollar las actividades prácticas, y realizar acciones motrices por medio de las que se logra el objetivo esperado: conducir la bicicleta, con un mínimo gasto de energía y/o de tiempo

Los patrones motores se adquieren en los primeros años de vida y su práctica permanente, conduce al desarrollo de las habilidades básicas, las que, ya

constituidas y afirmadas, condicionan el dominio motriz del medio que garantiza la autonomía del niño. Los procesos educativos y de interacción social altamente determinados por el contexto y la cultura, se constituyen en la base indispensable para el aprendizaje de habilidades específicas. Dentro de ellas se encuentran las habilidades en la conducción de la bicicleta, las que constituyen el tema de estudio de la presente investigación.

DESARROLLO

La distribución de los contenidos en la Educación Física Escolar, según Sánchez Bañuelo (1989), establece cuatro fases en el proceso de desarrollo de las Habilidades Motrices Básicas en las edades escolares, y las considera especialmente significativas para el desarrollo, la distribución y aprendizaje óptimo de los diferentes contenidos de la Educación Física.

La primera fase la denomina: desarrollo de las habilidades perceptivas a través de las tareas motrices habituales, va desde 4–6 años y corresponde al último ciclo de la educación infantil y primer ciclo de la enseñanza primaria.

La segunda fase llamada: desarrollo de las habilidades motrices básicas, corresponde a las edades de 6–9 años y coincide con los ciclos inicial y segundo de la educación primaria.

La tercera fase: iniciación a las habilidades motrices específicas y de desarrollo de los factores básicos de la condición física, abarca desde los 10 – 13 años y se corresponde con el segundo ciclo de enseñanza. En esta fase supone la culminación de la primera, y permite desarrollar todas aquellas habilidades específicas, a partir de las transferencias de los aprendizajes realizados anteriormente.

Finalmente, la cuarta fase: desarrollo de las actividades motrices específicas y desarrollo de la condición física general, abarca desde los 14 a los 16 años y corresponde al segundo ciclo, incluyendo la secundaria y el bachillerato. Esta fase se caracteriza por el desarrollo de un número importante de habilidades específicas, entre ellas los deportes.

El trabajo en el Círculo de Interés se verifica en el segundo ciclo de la enseñanza primaria, a la cual corresponde la tercera fase, y requiere de la

consolidación de las dos fases anteriores, encargadas de contribuir al desarrollo de las habilidades motrices básicas equilibrio, coordinación y ritmo, que sirven de base para el desarrollo de las habilidades en la conducción de la bicicleta, a partir del cumplimiento de las siguientes indicaciones metodológicas:

- 1- Definición de los objetivos
- 2- Enseñanza gradual y progresiva
- 3- Ambiente psicológico adecuado
- 4- Profilaxis del ejercicio para evitar las lesiones
- 5- Desarrollar una forma de enseñanza demostrativa
- 6- Fomentar el autoaprendizaje y la creatividad
- 7- Empleo de medios audiovisuales
- 8- El juego como método fundamental para su desarrollo
- 9- Una adecuada y oportuna corrección de errores

Premisas para el desarrollo de las habilidades en la conducción de la bicicleta:

- 1- Adoptar una correcta posición básica en la bicicleta.
- 2- Adecuada ejecución de agarre del timón, la parada en biela, las formas de doblar las curvas y las formaciones.
- 3- Carreras en grupos.

CONCLUSIONES

Durante la infancia, un gran número de cambios morfológicos y emocionales se producen en el sistema nervioso central del niño. Sin cesar, su experiencia motriz se enriquece por vía de los mecanismos de reflejos condicionales. Las costumbres motrices adquiridas durante la infancia, se caracterizan por su gran estabilidad, lo cual indica la importancia de perfeccionar la metodología de las habilidades en la conducción de la bicicleta.

BIBLIOGRAFÍA CONSULTADA

ALGARRA, J.L.: *Ciclismo Total. El ciclista y su mundo*, Ed. Gymnos, España, Madrid, 1996.

- ALGARRA, J. L.: *Preparación Física para la Bicicleta*, Ed. Deportiva, Bilbao, 1991.
- ALGARRA, J.L.: *Ciclismo Total. La formación del ciclista*, Ed. Gymnos, Madrid, 1996.
- BARRIOS, J. Y RANZOLA, A.: *Deporte iniciación y desarrollo*, Ediciones Deportes, La Habana, Cuba, 1995.
- BERMÚDEZ, R. Y RODRÍGUEZ, M.: *Metodología de la Enseñanza y el Aprendizaje*, Ed. Pueblo y Educación, La Habana, Cuba, 1996.
- CRATTY, B. J.: *Juegos didácticos activos*, México, Pax México, 1974.
- COLECTIVO DE AUTORES: *La investigación científica en la actividad física: su metodología*, Ed. Deportes, La Habana, Cuba, 2006.
- DELGADO, M.A.: *Los estilos de enseñanza de la Educación Física. Propuesta para una reforma de la enseñanza*, Granada, Universidad de Granada, 1991.
- GENERELO, E. Y LAPETRA, S.: *Fundamentos de Educación Física para Enseñanza Primaria*, Vol. I, Barcelona, INDE, España, 1993.
- GUTHRIE, E. R.: *The psychology of learning*, New York, Harper Brothers, United States, 1957.
- LINDER, W.: *Ciclismo de Ruta*, Ed. Martínez Roca, Barcelona, España, 1995.
- LÓPEZ, A.: *El proceso de enseñanza-aprendizaje de Educación Física. Hacia un enfoque integral físico educativo*, Ed. Deporte, Ciudad Habana, Cuba, 2003.
- SÁNCHEZ BAÑUELOS, F.: *Bases para una didáctica de la E.F y el deporte*, Madrid, Gymnos, España, 1989.