

JUEGOS DIDÁCTICOS PARA LA ENSEÑANZA DE ESCALADA DEPORTIVA EN NIÑOS DE 6 A 8 AÑOS.

DIDACTIC GAMES FOR SPORTS CLIMBING IN CHILDREN FROM 6 TO 8 YEARS OLD

Pérez E. Juan C.

Juancarlos87perez@gmail.com
Escuela de Educación
Facultad de Humanidades y Educación
Departamento de Educación Física
Universidad de los Andes
Venezuela

Araque M. Ramón E.

araquer@ula.ve
ramon.araque.marquez@gmail.com
Escuela de Educación
Facultad de Humanidades y Educación
Departamento de Educación Física
Universidad de los Andes
Venezuela

Fecha de recibido: 02-09-2019
Fecha de aceptado: 2020-03-23

Resumen

El propósito de este trabajo fue diseñar un programa de juegos didácticos para la enseñanza de escalada deportiva en niños con edades comprendidas entre los 6 a 8 años, en la escuela de escalada deportiva del Estado Mérida- Venezuela, ubicada en la Avenida Las Américas, pasos abajo del seguro social. Para su realización se llevó a cabo una investigación de enfoque cualitativo de tipo exploratorio, con un diseño de campo no experimental donde se desarrolló observaciones directas durante la práctica en la escuela deportiva y se aplicó entrevista no estructurada con preguntas abiertas, a una población de (20) veinte niños de ambos géneros. Se utilizó la técnica de registro de observaciones y se procedió a revisar el material producto de los instrumentos utilizados para el diagnóstico inicial y comprender la realidad en cuanto a las habilidades motrices y reconocimiento básico de operaciones de matemáticas, deletreo y colores y formas. Permitiendo recolectar información a través del material utilizado con la aplicación de los juegos didácticos en la escuela de escalada. Los resultados del diagnóstico inicial permiten concluir que durante las clases teóricas hubo falta de atención y participación por parte de los niños; mientras que en las clases de práctica en el rocódromo se mostraron entusiasta. Se observó carencias de material y recursos didácticos para la enseñanza del tipo de técnica que se desea implementar. Luego de la aplicación de los juegos didácticos se observó interés, organización y aprendizaje eficaz en los niños. Finalmente, la enseñanza de la escalada deportiva busca acercar a los niños a este deporte a través de

juegos didácticos y motivarlos a la práctica, de tal manera asegurar la generación de relevo para nuestra entidad.

Descriptor: Escalada deportiva, Juegos didácticos, motivación, recreación, matemáticas, lenguaje, arte.

Abstract

The purpose of this work was a program of educational games for the teaching of sports climbing in children between the ages of 6 and 8, at the sports climbing school of the State of Mérida-Venezuela, located on Avenida Las Américas, steps down from social insurance. So that an investigation of a qualitative approach of an explorer can be carried out, a design of a non-experimental field. 20) Twenty children of both genders. This involves the technique of recording the observations and processing the material product of the instruments used for the initial diagnosis and the objective of the motor skills and the basic recognition of operations of mathematics, spelling and colors and shapes. Allowing to collect information through the material used with the application of the didactic games in the climbing school. The results of the diagnosis are based on the children; while in the practice classes in the climbing wall he is enthusiastic. They are considered lacking materials and teaching resources for teaching the type of technique that can be implemented. After the application of the games. Finally, the teaching of sports climbing seeks to bring children to this sport through educational games and motivators to practice, thus ensuring the generation of energy for our entity.

Keywords: Sport climbing, didactic games, motivation, recreation, mathematics, language, art.

1. Introducción

La escalada deportiva es una disciplina que consiste en ascender paredes en donde los anclajes ya se encuentran fijos a la pared, de esta manera el escalador se asegura en cada uno de ellos durante el ascenso, utilizando solo como puntos de apoyo las manos y los pies. En la escalada deportiva, como lo expresa Martínez y Francisco (2014) "intervienen los tres mecanismos: percepción decisión y ejecución" es por ello que la práctica requiere de concentración, habilidades motrices básicas y específicas.

El desarrollo de esta disciplina como deporte surge del interés y curiosidad del ser humano por alcanzar la cima en las cumbres más altas del mundo. No obstante, surgen en paralelo las escuelas de escalada con la creación de estructuras llamadas rocódromos. Actualmente en nuestro país, la escalada deportiva es una disciplina relativamente nueva e innovadora, tanto que no se encuentra como disciplina en la carrera deportiva impartida por las universidades. En nuestra identidad solo existen dos escuelas estatales y diez escuelas a nivel nacional ubicadas en Anzoátegui, Carabobo, Caracas, Guárico, Lara, Mérida, Miranda y Zulia. Sin embargo, con estas limitantes Venezuela ha participado en eventos internacionales y ha logrado campeonatos mundiales en la modalidad de

velocidad como es el caso del escalador guariqueño Manuel Escobar quien logró el campeonato de velocidad en Rusia en 2006.

Por otro lado, la escalada permite crear estrategias donde se pretende interrelacionar la práctica de la disciplina con el juego didáctico basado en tres pilares fundamentales el psicomotor, el cognitivo y el afectivo a través de ejercicios físicos, operaciones básicas de matemáticas y actividades recreativas con palabras y deletreo en niños entre seis y ocho años. Para ello se diseñó un programa basado en los juegos didácticos como herramientas a utilizar en este proceso de aprendizaje dentro de la escalada deportiva. Cada juego posee un objetivo educativo, se rige por un conjunto de normas y que incluye un momento de acción reflexivo o apropiación lógica de la experiencia vivida para lograr un objetivo en común.

El uso de los juegos busca llevar a cabo una variedad de propósitos dirigidos hacia alguna capacidad física básica. Por esta razón es importante tener conocimiento de las destrezas y habilidades que se pueden desarrollar mediante el juego, en cada área de desarrollo del niño: física, mental, emocional, cognitiva y social. Así como también, es importante conocer las características que debe tener cada uno de los juegos para que este sea didáctico, de esta manera tener un conocimiento para saber cuál de ellos utilizar para una determinada área y dirigirlo con una intención para el desarrollo de una determinada capacidad o habilidad del niño.

La Escuela de Escalada del Estado Mérida no contaba con un programa de juegos didácticos para su enseñanza, específicamente para niños, por lo tanto su diseño está estructurado de manera sencilla para lograr la eficacia en cada uno de los juegos planteados, además al aplicar cada uno de ellos en diferentes sesiones se puedan realizar de forma agradable y cómoda tanto para el instructor como para los niños. Todo esto con la finalidad de generar un aprendizaje significativo a través de la diversión.

Objetivos

Objetivo General

Diseñar un programa de enseñanza de escalada deportiva para niños de (6) seis a (8) ocho años a través de juegos didácticos en la escuela de escalada deportiva del Estado Mérida Venezuela.

Objetivos específicos

- Explorar habilidades y capacidades en los niños seleccionados en escalada deportiva.

- Diseñar una serie de juegos didácticos relacionadas con la escalada que permita relacionarla con áreas académicas escolares como matemáticas, lenguaje y educación física.
- Aplicar los juegos didácticos en los niños durante diversas sesiones de escalada.
- Evaluar el aprendizaje de escalada deportiva y su relación con las áreas académicas a través de los juegos didácticos.

Metodología

El estudio se encuentra enmarcado en la modalidad del eje de aplicación, esta metodología de estudio se estructura en tres fases: diagnóstico, aplicación y evaluación, cada una de estas etapas hace referencia a los siguientes aspectos:

I fase, Diagnóstico; en esta fase se observó las capacidades físicas y cognitivas en el área de matemáticas, arte geometría y lenguaje en los niños para determinar cómo, por qué y para qué, de la investigación. A su vez se creó un instrumento para evaluar las debilidades y fortalezas en los niños que permitiera crear el programa con los diferentes juegos didácticos, mediante dos registros, uno contentivo de tres 3 tipos de ejercicios y técnicas básicas de la disciplina, y el otro basado en imágenes para colorear, operaciones básicas de matemáticas, completar oraciones, dicho instrumento fue aplicado a veinte 20 niños entre (6) seis y (8) ocho años de ambos géneros.

II fase, Aplicación; realizado el diagnóstico y comprobada la necesidad de llevar a cabo el estudio se procedió a diseñar el programa para la enseñanza de escalada en niños teniendo en consideración los pasos para una buena ejecución según Arocena y Patxi. (1997) A través de diversos juegos recreativos, igualmente teniendo en cuenta algunos juegos de Bernal (2002) como modelo. Se realizaron diversas actividades para motivar a los niños a la práctica de esta disciplina, ya que en la mayoría de los casos los entrenadores siguen implementando los métodos tradicionales de series y repeticiones de un mismo ejercicio, de este modo pocos se motivan a practicar esta disciplina. Una de las actividades es la “gallinita ciega” el cual consiste en escalar libremente por la pared con los ojos vendados, otra de ellas es el remolque: una pareja de niños escalara libremente; uno de ellos deberá utilizar como presa una mano o una pierna de su compañero para seguir avanzando.



Figura 1. Actividad Gallinita Ciega



Figura 2. Actividad del Remolque

III fase, Evaluación; en esta etapa se evaluó en los juegos didácticos los agarres y técnicas básicas de escalada y su proceso, ejercicios relacionados al área de matemáticas, lengua y arte y las habilidades físicas de cada niño. Este proceso se realizó en función de la comparación de la evaluación diagnóstica y final, resultados relevantes, las acciones planificadas y las acciones concretadas y el procedimiento llevado a cabo para la realización del estudio. También se apoyó en la investigación de campo a través de una entrevista que consta de cinco preguntas referentes a las clases de escalada a los veinte niños participantes del programa pertenecientes a la escuela.

Resultados

En la figura 3 podemos apreciar los diversos tipos de agarre según su forma más utilizada en la escalada deportiva, en esta investigación se obtuvo como resultado que en el tipo de agarre romo hubo un aumento del 45%, en las regletas un 50% y en las pinzas un 30%. Estos resultados significativos para las regletas se deben al tamaño de los dedos de los niños, esto se debe a la superficie que abarcan en el agarre por parte de las manos, siendo de este modo los romos y pinzas los agarres que se les dificultan a ellos por el tamaño de las presas, para ello se usaron agarres progresivos de diversos tamaños para mejorar en los mismos. En cuanto a los agujeros según el tipo tenemos que en el mono dedo aumento un 60% y para los bidedos y tridedos el resultado fue el mismo, debido a las características explicadas anteriormente. Estos resultados comparados con los obtenidos por Bonilla, Rosa Angélica y Guillén, Joan (2016) en la escuela de escalada deportiva del Estado

Mérida con niños discapacitados son semejantes para los diversos tipos de agarre, la metodología empleada fue similar a la usada en este trabajo de investigación.



Figura 3. Tipos de agarres según su forma

Uno de los juegos empleados para mejorar en los tipos de agarre se llama Jugando aprendiendo las letras, el cual tiene por objetivo identificar las letras, desarrollar la resistencia y mejorar el tipo de agarre. Los niños deben escalar libremente por la pared y en el momento que se apoyan de manos de una presa con forma de letra deben reconocer la letra, cada presa de letra tiene diversas formas, como podemos apreciar en la imagen, de esta manera el niño poco a poco va mejorando el tipo de agarre según el caso.



Figura 4. Aprendiendo las letras

Otro punto fueron las técnicas básicas de escalada deportiva, Hepp y Tilmman (2001) afirman que el empleo de una buena técnica minimiza el gasto energético, donde personas que se enfocan en el uso exclusivo de la fuerza impiden un buen aprendizaje en la técnica. Primero que nada, la técnica “cambio” que se aplica tanto para las manos como para los

pies se obtuvo un aumento del 40% para ambos, siendo el cambio de pies más complicado para los niños debido a las exigencias del mismo.



Figura 5. Técnica Básica Cambio de Mano



Una de las actividades empleadas para desarrollar este tipo de técnica era el dos más dos (2+2), el cual tiene por finalidad realizar 2 movimientos, luego el siguiente niño realiza los 2 movimientos anteriores y agregara 2 nuevos movimientos, de esta manera construir una secuencia desde una presa inicial hasta una presa final. Este tipo de actividad tiene por objetivo aumentar la resistencia, ayudar tanto a la memorización como la visualización y el desarrollo de las técnicas básicas como lo es el cambio de manos en este caso.

Figura 6. Cambio de mano



Figura 6. Técnica Básica Cambio de Pie

Otra de las actividades es la escalada de dificultad, el cual consiste en el ascenso de diversas rutas de acuerdo al nivel de cada niño, poniendo en práctica las diversas técnicas básicas, en este caso el cambio de pie, tienen por objetivo aumentar la resistencia, practicar la técnica de chapaje y mejorar en las diferentes técnicas básicas, haciendo énfasis en la primera de ellas que es el cambio.

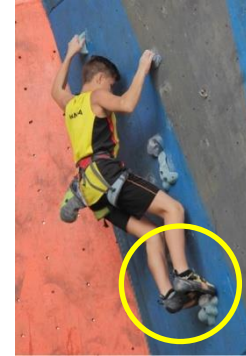


Figura 7. Cambio de pie

La segunda técnica básica “cruces” de igual modo se aplica para las manos: cruce por abajo, cruce por arriba y para los pies: cruce por delante y cruce por detrás se obtuvieron grandes resultados por parte de ellos en un aumento del 80% para las manos y 85% para los pies, seguidamente la técnica del “rebote” de igual modos para manos y pies que consiste en el apoyo de un agarre intermedio para avanzar el siguiente como medio de estabilizador y apoyo hubo mejoras de un 100% para las manos y un 70% para los pies.



Figura 8. Cruce de manos

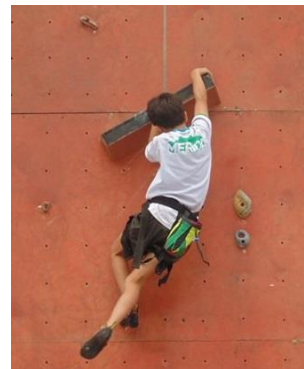


Figura 9. Cruce de Pies



Figura 10. Técnica Basica Rebote

Por último, tenemos las técnicas del talón y del empeine, ambas presentan las mismas acciones que son las de estabilizador, tracción y de apoyo, se diferencian en que la primera

el apoyo es con la parte exterior del talón y la segunda con la parte dorsal del pie, se obtuvieron avance de 70% y 75% respectivamente para este tipo de técnica.



Figura 11. Técnica del Talón

En la relación con las áreas académicas Barbero y Marta (2015) aplicaron un programa de escalada deportiva en el área de educación física, al igual que Ibáñez y Luis (2015) en donde los resultados fueron significativos de manera que los niños se motivaron por la práctica deportiva a través de esta disciplina. En esta investigación los juegos no solo se relacionaron con el deporte sino con otras áreas como matemáticas, que fue la de mayor dificultad, al final hubo avances en esta área de un 30% realizaban operaciones matemáticas sin equivocarse, en geometría todos están relacionados con los diversos agarres que presentan las paredes de escalada, siendo estos de diversas formas, tamaños y colores, lo que permite al niño interactuar de manera directa con el área de geometría y arte, se observó que el 70% de los niños reconocen las formas de manera correcta. En el área de lenguaje también hubo avances significativos, ya que hubo un aumento del 40% en esta área. Finalmente, en el área de arte de reconocimiento de colores en el diagnóstico inicial un 70% reconocía los colores de manera correcta y un 30% no, debido a que confundían algunos colores como rojo por el naranja y el gris por el negro. Una vez realizada la evaluación final todos los niños reconocían los colores de manera correcta.

Conclusiones, recomendaciones y aportes

La aplicación de los juegos didácticos en la enseñanza de escalada deportiva a niños entre 6 a 8 años de edad, resultó un trabajo productivo, debido a que se logró promover la enseñanza de técnicas básicas, tipos de agarres según su forma y según la posición de los dedos, así como también mejorar en algunas áreas académicas a través de los juegos como matemáticas, lenguaje, geometría y arte. Perfeccionaron las habilidades básicas de escalada, utilizando una metodología didáctica mediante juegos didácticos y recreativos que lograron motivar a los niños a la práctica de esta disciplina. De igual manera, garantizar que dichos juegos son una herramienta útil para la enseñanza educativa de

diversas áreas académicas, así como también para mejorar las habilidades motrices básicas.

La didáctica desde el punto de vista metodológico y organizativo en el área educativa y deportiva promueve de manera positiva los niveles cognitivos en el aprendizaje.

Al evaluar los resultados de la aplicación de los juegos didácticos de acuerdo a los elementos técnicos, se confirmó la importancia de esta investigación, ya que hubo la motivación en nuevas áreas de aprendizajes que permitieron incluir a niños a la escuela de escalada y estos se vieron beneficiados.

Este conjunto de juegos didácticos, sirve como una herramienta para futuras investigaciones de escalada deportiva, así como también una guía para entrenadores para las sesiones de escalada deportiva y de esta forma motivar a nuestros niños a practicar esta disciplina y sean la generación de relevo. De igual modo para los docentes de educación física para enseñar a los niños más pequeños en áreas académicas como enseñar a sumar, restar, leer, reconocer colores y formas a través de la escalada deportiva.

Se recomienda a los entrenadores motivar a los niños constantemente en la práctica de la escalada deportiva a través de actividades, juegos y ejercicios, para ello es preciso la actualización en los nuevos métodos de entrenamientos, sin olvidar que el proceso de aprendizaje va de la mano con la evaluación por lo que el monitoreo a los niños es esencial cuyo propósito es observar el progreso de los mismos.

REFERENCIAS

Arocena y Patxi. (1997). *Manual de escalada deportiva y entrenamiento*. Madrid. Desnivel.

Barbero, Marta. (2015). *La trepa como habilidad física básica: escalar como habilidad física específica*. Trabajo de grado de licenciatura en educación primaria, mención Educación Física. Universidad de Valladolid en Palencia España.

Bernal, Javier. (2002). *Juegos y deportes de aventura*. España. Wanceulen, editorial deportiva.

Bonilla, Rosa Angélica y Guillén, Joan. (2016). Programa de enseñanza de la escalada deportiva aplicado a escolares con discapacidad auditiva. Trabajo de grado de licenciatura en Educación. Universidad de Los Andes, Mérida.

Hepp y Tilmman. (2001). La escalada deportiva, libro didáctico de teoría y práctica. Barcelona. Paidotribo.

Ibáñez y Luis. (2015). *La escalada en pared artificial (Rocódromo) en educación primaria*. Trabajo de grado de licenciatura en educación primaria, mención Educación Física, Universidad de Valladolid, Palencia.

Martínez y Francisco. (2014). *Enseñanza e iniciación de la escalada deportiva a través del juego*. España. Wanceulen, editorial deportiva.