



FACULTAD DE CULTURA FÍSICA

Licenciatura en Cultura Física

**Trabajo de diploma en opción al título de
Licenciado en Cultura Física**

**Propuesta de juegos para el desarrollo
del Balonmano en las clases de
educación física**

Autor: Alexander Aragón del Pino

Tutor: Dr. C. Orelbis Aróstica Villa

Sancti Spiritus

Año, 2019

Dedicatoria

Los sacrificios en la vida suelen tener un gusto a miel al final del camino, pero el proceso de caminar solo se puede emprender si existen personas como a las que dedico este trabajo al lado de uno.

Dedico este trabajo a: mi madre, mi niña, mi esposa, mi hermana...

Agradecimientos

- ❖ A mi tutor.
- ❖ Al colectivo de profesores que durante los seis años de carrera han tenido paciencia, conocimientos y amor para dar.
- ❖ Al MININT.
- ❖ Al Comandante en Jefe.
- ❖ A todo aquel que de una manera u otra hizo posible la realización de este trabajo y de esta licenciatura.

Resumen

El trabajo de diploma titulado Propuesta de juegos para el desarrollo del Balonmano en las clases de educación física, tiene como objetivo proponer juegos de **carácter táctico** para contribuir a la enseñanza-aprendizaje en el Balonmano en las clases de educación física en la secundaria 23 de diciembre de Sancti Spíritus. En la realización de este trabajo se utilizó el análisis de documentos y la encuesta los a métodos empíricos fundamentales. Una vez valorados los resultados se arribaron a las conclusiones y recomendaciones del trabajo las cuales están referidas a la variabilidad de las acciones y los aspectos pedagógicos como sustentos para el desarrollo del Balonmano en las clases de educación física, las principales problemáticas que surgieron del diagnóstico de necesidades así como los elementos constitutivos de los juegos con un fin táctico y a la valoración de la propuesta de juegos.

Índice	Pág.
Dedicatoria	
Agradecimientos	
Resumen	
Índice	
Introducción	6
Desarrollo	
1.1. Características del Balonmano, como deporte colectivo y variable	11
1.2. Los fundamentos teóricos y metodológicos del Balonmano en las clases de educación física	13
1.3. Particularidades del proceso de enseñanza-aprendizaje en el Balonmano	18
1.4. Análisis de los resultados de los métodos aplicados en el proceso investigativos	20
1.5. Fundamentación de la propuesta de juegos para contribuir al desarrollo Balonmano en las clases de educación física en la secundaria 23 de diciembre de Sancti Spíritus	
1.6. Propuesta de juegos con intención táctica	
Conclusiones	30
Recomendaciones	31
Bibliografía	
Anexos	

Introducción

El Balonmano cubano ha vuelto a reverdecer laureles, esto se ve en los resultados obtenidos en los concluidos juegos centroamericanos y en los juegos panamericanos de esta disciplina deportiva, alcanzando el primer lugar en el sector masculino y el tercer lugar en el femenino.

Sin embargo, la práctica de este deporte va en decadencia ya que solo se trabaja en algunas áreas deportivas de todo el país y en algunas escuelas en las que este deporte es motivo de clase en el deporte para todos.

Aseverando la afirmación anterior se puede tomar como referencia la provincia de Sancti Spíritus, la cual a finales de los años 70 y principios de los 80 tuvo grandes épocas de esplendor en este deporte, empero, en la actualidad solo se practica este deporte en los municipios de Trinidad, Sancti Spíritus, Yaguajay y Cabaiguán y excepto en los dos primeros casos en los municipios restantes se práctica este deporte en una sola área.

Se es del criterio que existe el escenario y la oportunidad para retomar en nuestra provincia la masificación de la práctica deportiva del Balonmano como deporte motivo de clase; se encuentra en esta provincia varias escuelas en perfeccionamiento de los programas de educación física en los diferentes niveles de enseñanza y la obtención del 2do lugar nacional en la categoría pioneril.

Es precisamente la educación física un escenario que jugará un papel determinante en el desarrollo de las diferentes habilidades motrices básicas específicas de este deporte ya que a partir de la concepción metodológica que se asumen los nuevos programas, con enfoque integral físico educativo, contempla no solo los objetivos, contenidos, las actividades de enseñanza-aprendizaje, las actividades de evaluación; sino que asegura el aprendizaje de conceptos, integrar el nuevo conocimiento a los conocimientos precedentes de los educando para imprimirle un significado y sentido personal a los nuevos aprendizajes.

El proceso docente educativo que propicia la puesta en práctica los nuevos programas de la educación física, debe asegurar que la adquisición de un nuevo conocimiento o una nueva habilidad, se realice sobre la base de los conocimientos precedentes y que ello posibilite su ejecución y consolidación en formas cada vez más complejas y con mayores exigencias hasta lograr aplicarlos en situaciones de juego.

Se propone desarrollar el proceso de enseñanza-aprendizaje de las unidades didácticas seleccionadas centrado en el juego y propiciando la construcción significativa del conocimiento a partir de acciones sociomotrices de cooperación y cooperación oposición, que tengan una significatividad lógica, dirigido a favorecer la autonomía e independencia cognitiva, a través de la utilización de métodos productivos, variabilidad y situaciones variables de contenidos, planificando estos de acuerdo al nivel de desarrollo real y potencial de los mismos, como problemas a resolver y no como soluciones a recordar.

Considerando la afirmación constituye una problemática provocada por la aparición en las clases de educación física términos que condicionan el trabajo del profesor para impartir el Balonmano, al carecer de ejercicios que contemplen las situaciones variables de este deporte, carencia de terrenos de juego con medidas oficiales por lo que se precisa de herramientas que permitan adquirir un mayor dominio para desarrollar el Balonmano en las clases de educación física.

La problemática anterior origina el siguiente **problema científico**: ¿Cómo contribuir al desarrollo del Balonmano en las clases de educación física en la secundaria 23 de diciembre de Sancti Spíritus?

Objetivo general: proponer juegos de carácter táctico para contribuir al desarrollo del Balonmano en las clases de educación física en la secundaria 23 de diciembre de Sancti Spíritus.

Preguntas científicas

- ¿Cuáles son los fundamentos teóricos y metodológicos del Balonmano en las clases de educación física?

- ¿Cuál es el estado actual del Balonmano en las clases de educación física en la secundaria 23 de diciembre de Sancti Spíritus?
- ¿Qué elementos deben contener los juegos de carácter táctico para contribuir al desarrollo del Balonmano en las clases de educación física en la secundaria 23 de diciembre de Sancti Spíritus?

Tareas científicas

- Fundamentación teórica y metodológica del Balonmano en las clases de educación física
- Diagnóstico del estado actual del Balonmano en las clases de educación física en la secundaria 23 de diciembre de Sancti Spíritus
- Elaboración de los juegos de carácter táctico para contribuir al desarrollo del Balonmano en las clases de educación física en la secundaria 23 de diciembre de Sancti Spíritus.

Muestras utilizadas en la investigación

En el desarrollo del proceso investigativo se seleccionó como muestra cuatro de los cinco profesores que imparten clases en la secundaria básica 23 de diciembre lo que representa. La muestra utilizada en el diagnóstico, a la cual se le aplicó una encuesta, fue tomada de una población de 5 profesores; y estuvo integrada por 4 profesores de educación física de la secundaria básica 23 de diciembre. Los profesores contaban con una edad y experiencia promedio de 37.2 años y 13.2 respectivamente. Además, cuatro de ellos eran licenciados y un técnico medio. Para la recolección de datos, durante el proceso investigativo, se hizo necesario determinar los métodos; y se tomaron en cuenta todos los momentos de la investigación.

Métodos del nivel empírico utilizados en el proceso de investigación

- **Encuesta:** se utilizó para constatar el estado actual del Balonmano en las clases de educación física en la secundaria 23 de diciembre de Sancti Spíritus. (Anexo # 1)

- **Análisis documental:** este método proporcionó información acerca del objeto de estudio y sirvió para determinar las regularidades de este. (Anexo # 2)
- Además se empleó al análisis de distribución de frecuencias.

Desarrollo

1.1. Características del Balonmano, como deporte colectivo y variable

Como rememora Taborky (2011), en todas las civilizaciones antiguas se pueden encontrar evidencias de juegos con pelotas controladas con las manos, que no solo cumplían la función de diversión, sino que muchas de las veces servían como medios de rituales de culto. Pero la verdadera génesis de nuevos juegos con carácter deportivo fue a finales del siglo XIX y principios del XX.

En 1906 aparecieron las reglas del Handball en Dinamarca y en 1908 del Házená en la República Checa, aunque se considera que el Balonmano actual nació en 1919 en Alemania, gracias a la creación de los Handball Sport Games, que dieron origen a la creación en 1946 de la International Handball Federation.

Según el Diccionario de la Real Academia de la lengua española (2001) el Balonmano es un juego entre dos equipos de siete jugadores cada uno, que consiste en introducir el balón en la portería contraria siguiendo unas determinadas reglas, de las que la más característica es servirse de las manos. El Comité Olímpico Español (1991) lo define como,

... “un deporte de asociación con adversario, con todas las características comunes a este grupo de deportes y además con una serie de condicionantes que lo diferencian de los otros y que marcan sus posibilidades de desarrollo. Los elementos diferenciadores más importantes son los siguientes: el móvil, el terreno de juego, el área de portería, la portería, el gol, la duración del partido, el número de jugadores, la posibilidad de jugar la pelota y el comportamiento con el contrario.”

Todas las instituciones, naciones o personalidades que han definido el concepto de Balonmano convergen en que el objetivo del juego es marcar y evitar goles. El equipo que meta más goles, en un período determinado de tiempo, gana el partido. El juego se desarrolla a una velocidad muy alta y el contacto corporal está permitido. Como resultado, el juego limpio tiene una importancia central.

Este objetivo puede ser conseguido también en las clases de educación física, de modo que basar la enseñanza del Balonmano centrado en el juego les ofrece a los alumnos la vía del disfrute para apropiarse de las habilidades a desarrollar.

En convergencia con del Rosal (2013), se es del criterio que los parámetros configuradores de la estructura formal del Balonmano son:

- ✓ El objetivo
- ✓ El terreno de juego
- ✓ El tiempo de juego
- ✓ El móvil
- ✓ Composición de los equipos
- ✓ El resto de reglamento: en principio todas las reglas condicionan el juego; pero desde un punto de vista formal, se pueden repartir el resto de reglas en 3 grupos con más o menos incidencias:
 - a) Como puede jugarse el balón y el juego pasivo (regla 7), lo que está o no permitido hacer con el balón.
 - b) Las faltas y conductas antideportivas (regla 8), regulan el comportamiento con el contrario en el juego; determinando la posibilidad de jugar el balón. También se definen las sanciones disciplinarias ante toda conducta antirreglamentaria.
 - c) Reglas referentes a los saques, el golpe franco, el lanzamiento de 7 metros.

Argumenta del Rosal (2013) que, lógicamente, las características de la estructura formal condicionan el rendimiento de los jugadores; pero estas no son suficientes para realizar una interpretación exacta de la dinámica general del juego.

Contextualizando los criterios del autor citado en el párrafo anterior, para comprender mejor el juego de Balonmano y aplicarlo en las clases de educación física, se debe recurrir a un análisis de la estructura funcional de este; y desde el punto de vista del autor de esta investigación, si se quiere ser más preciso, hay que hacer una interpretación de las acciones individuales, grupales, colectivas y hacerlas coincidir con los niveles de asimilación que está orientado trabajar en cada uno de los grados.

1.2. Los fundamentos teóricos y metodológicos del Balonmano en las clases de educación física

El carácter variable del Balonmano, radica esencialmente en las acciones de juego, y por ende han sido objeto de estudio por muchos autores.

Estos autores refieren que la variabilidad de las acciones es uno de los fundamentos que sustenta el trabajo del Balonmano en las clases de educación física y el entrenamiento deportivo

Según Hernández, (2006) la variabilidad es una característica presente en los sistemas biológicos (David, J; Fernandez, y Méndez, 2012), “somos variables, variables en nuestro, ánimo, en nuestros gustos, intereses, incluso en nuestras costumbres, por lo que no nos ha de sorprender que seamos variables también en nuestros movimientos”. (p. 6),

A partir de los criterios de Hernández (2006), se infiere que los estudios sobre variabilidad han estado dirigidos, tanto a la búsqueda de soluciones puntuales de problemas motores, como a la elaboración de modelos explicativos del control motor. Siendo estudiadas, por un lado, como una característica inherente de los seres biológicos y por otro lado, como herramienta para diseñar de manera intencionada condiciones de práctica en variabilidad con el objetivo de favorecer el aprendizaje.

La práctica variable, con el objetivo de favorecer el aprendizaje, ha sido objeto de estudio de diferentes autores que abordan, esencialmente, las habilidades de gestos abiertos y las habilidades de gestos cerrados.

En tal sentido, las habilidades de gestos abiertos: parecen requerir rápidas adaptaciones en un ambiente cambiante. (Hernández, 2006) Encontrándose sujetas a los diferentes estímulos que presenta el entorno. En este tipo de habilidades la variabilidad proviene del entorno con el cual interactúa el sujeto.

En el caso de las habilidades cerradas, de gestos cerrados: requieren ejecuciones constantes y estables en un entorno predecible. (Hernández, 2006) En una habilidad cerrada la fuente de variabilidad proviene del mismo

sujeto, el cual utilizaría la información propioceptiva para regularse (Caballero, Del Campo, y Sabido, 2012).

No solo desde esta perspectiva han sido valorado los efectos de la variabilidad en el Balonmano, según Morales (2016) la variabilidad ha sido fuente de numerosos estudios que han tratado de explicar los motivos por los que este fenómeno se produce, siendo cuestión principal de estudio el aprendizaje y la mejora de habilidades motrices. La variabilidad ha sido estudiada bajo diferentes perspectivas, donde cada una de ellas ofrece un punto de vista diferente sobre cuáles son las posibles características que pueden explicar su aparición durante la ejecución de diferentes gestos técnicos.

Las principales aportaciones al respecto las refieren, según Morales (2016), los siguientes autores:

- Ventura, C. (2004). Título del trabajo: El factor variabilidad en una tarea perceptivo-motriz. Este trabajo demuestra que hay una disminución progresiva de la precisión cuando mayor es el grado de variabilidad o erratismo.
- Hernández, F. (2006). Título del trabajo: Variabilidad, Adaptación y Aprendizaje de habilidades cerradas. El principal aporte de este trabajo está referido al aprendizaje motor como proceso de adaptación hacia la estabilidad de un comportamiento. Comportamiento coincidente con el de adaptación y compensación de los seres vivos como sistemas dinámicos complejos.
- Sabido, R., Caballero, C., y Moreno, F. (2009). Título del trabajo. Análisis de la variabilidad entre diferentes situaciones en el lanzamiento de tres puntos. Aportan lo referido a que la variabilidad del entorno parece repercutir en la del movimiento. La variabilidad puede ser concebida como carga de práctica, el nivel de destreza puede estar relacionado con la capacidad de adaptación a la variabilidad inducida externamente.
- Menayo, R., Fuentes, J., Moreno, F., Reina, R., y García, J. (2010). Título del trabajo. Relación entre variabilidad de la práctica y variabilidad en la ejecución del servicio. Estos autores ratifican la

importancia de la variabilidad como característica inherente al movimiento.

- García, J. A., Moreno, F. J., y Cabero, M. T. (2011). Título del trabajo. Efectos del entrenamiento sobre la precisión del lanzamiento de siete metros en balonmano. Aportan elementos sobre el efecto de la práctica variable como una carga de aprendizaje que se muestra funcional para provocar adaptaciones.
- Ruiz, L. M. (2013). Sistemas dinámicos, reflejos del niño y cintas rodantes: Esther Thelen y el estudio del Desarrollo Motor Infantil. Las aportaciones de este trabajo se refieren al medio como elemento que no puede dejarse al lado para explicar el desarrollo motor, proceso no lineal caracterizado por una historia de acoplamientos estructurales en co-determinación con el medio natural y social.

Estos trabajos están en consonancia con Morales (2016) quien concluye que el estudio de la variabilidad:

- Se muestra adecuado para el aprendizaje y entrenamiento de habilidades motrices, tanto de gesto abierto como las denominadas de gesto cerrado tanto en poblaciones expertas e inexpertas, siendo interesante seguir trabajando en la búsqueda de ese punto óptimo señalado con anterioridad, atendiendo a los principios de individualidad de cada atleta y por ende de cada alumno.

En armonía con la conclusión a la que llegó Morales (2016) y sustentado en la revisión bibliográfica de los diferentes autores que han abordado este fenómeno, Aróstica (2018), considera que la práctica variable es un elemento que caracteriza el proceso de entrenamiento en los juegos deportivos; motivación suficiente para que estos autores, entre otros, potenciaran desde la teoría, con sustento en la práctica, los beneficios de esta cualidad.

En consonancia con Aróstica el autor de esta investigación considera que la variabilidad de las acciones de juego del Balonmano no solo caracterizan el entrenamiento deportivo de este deporte, sino que también condicionan el proceso de enseñanza-aprendizaje en las clases de educación física si se

quiere centrar el mismo en el alumno y tomando el juego como medio de la educación física.

En tal sentido, se es del criterio que para que las clases de educación física tengan en cuenta las condiciones variables del deporte desde su concepción se debe valorar:

- Concebir los ejercicios, juegos o situaciones de juego teniendo en cuenta un clima de incertidumbre.
- Los ejercicios, juegos o situaciones de juego deben propiciar una estimulación que conduzca el tránsito de alumnos de un nivel de asimilación grueso a uno semipulido y pulido, según el grado en que se trabaje.
- Se deben concebir los ejercicios, juegos o situaciones de juego en un contexto cambiante para proporcionar una mayor similitud entre la clase y el juego propiamente.

1.3. Particularidades del proceso de enseñanza-aprendizaje en el Balonmano

Según los criterios de Hassan (2011), el Balonmano debe enseñarse como un juego basado en habilidades técnicas, conocimientos tácticos y la capacidad de improvisación. Pero el Balonmano es también un deporte de contacto y se debe enseñar a los alumnos a ser capaces de manejar estos enfrentamientos sin miedo y con la agresividad necesaria y controlada mediante el uso adecuado de las habilidades técnicas y los conocimientos tácticos. El profesor debe plantear sus lecciones de manera que se demande la actividad cerebral de los niños. Se puede hacer a través de:

- ➔ pequeños juegos con fin táctico, donde los estudiantes constantemente deben cuestionarse preguntas tales como: ¿A quién debo pasar? ¿Hacia dónde debo correr? ¿Me atrevo a botar?
- ➔ ejercicios funcionales lo más aproximados al juego real. Como ejemplo un contraataque, donde dos jugadores actúan contra 1 oponente. ¿Debo pasar a mi compañero de equipo o debo continuar yo solo progresando?

Los jugadores en tales situaciones deben percibir, evaluar, decidir y actuar en muy poco tiempo.

→ plantear tareas con varias soluciones y solicitar a los estudiantes que traten de encontrar la mejor solución basada en sus experiencias.

El planteamiento de Hassan es consecuente con los objetivos propuestos en los programas de educación física en perfeccionamiento, por lo que se considera que es pertinente tener en cuenta estos criterios durante el proceso de enseñanza-aprendizaje de este deporte en las clases de educación física.

Según el autor citado con anterioridad organizar juegos y ejercicios de tal manera que los alumnos estén el mayor tiempo posible en movimiento, con tantos contactos con el balón como sea posible y, por supuesto, con muchos tiros a la meta durante una misma sesión de enseñanza puede aportar un buen resultado en la enseñanza propiciando, además que los alumnos estén motivados y entiendan lo que están haciendo. ¡Esta tarea recae sobre las espaldas del profesor!

Otras de las tareas que recaen sobre las espaldas del profesor es la complejidad de los ejercicios a utilizar, si es demasiado fácil o demasiado complicado los alumnos perderán automáticamente la motivación y la concentración, por tanto se requiere de un conocimiento teórico suficiente del Balonmano y la capacidad para organizar y planificar una lección de Balonmano en la escuela.

En declaraciones ofrecidas por Aróstica (2019), en el marco de la conferencia “La especialización en educación física de los niveles medio y superior”, además de las responsabilidades ofrecidas por Hassan para los profesores, está la de realizar un correcto diagnóstico pedagógico al inicio del periodo de clases para ser consecuentes con las particularidades de la enseñanza a utilizar en cada uno de los estudiantes y por ende darle cumplimiento a diferentes principios de la educación física en sus clases.

Aróstica (2019), asevera que los programas de educación física contienen orientaciones metodológicas, objetivos y métodos que están en correspondencia con el principal objetivo de la lección de Balonmano en la

escuela, mantener un alto nivel de actividad basada en la necesidad natural de los niños de movimiento y disfrute. El énfasis debe ponerse en el desarrollo de habilidades y capacidades sobre la base de juegos tácticos y situaciones del juego.

El proceso de enseñanza-aprendizaje centrado en el alumno y con la utilización de situaciones de juego y el juego mismo, facilitaría la adquisición de un nuevo conocimiento o una nueva habilidad se ejecute cada vez más complejas y con mayores exigencias, hasta lograr aplicarlos en la competición que se realiza a este nivel.

1.4. Análisis de los resultados de los métodos aplicados en el proceso investigativos

1.4.1. Análisis de los resultados de la encuesta a profesores de educación física

Los resultados del proceso investigativo se derivan de la aplicación de una encuesta y el análisis de los programas de enseñanza de la secundaria básica, los cuales constituyen documentos oficiales para el desarrollo del proceso de enseñanza aprendizaje en los niveles de enseñanza objeto de estudio.

La primera pregunta que se le realiza al 75% de los profesores de educación física que trabajan en la escuela 23 de Diciembre del municipio Sancti Spíritus estuvo referida a la impartición del Balonmano en las clases de educación física, al respecto el 100% de los encuestados alegan que no.

La segunda interrogante tenía como objetivo constatar los recursos con los que cuentan los profesores de la secundaria para la impartición del Balonmano en las clases de educación física y el 100% de ellos argumentan que cuentan con balones y canchas. Al respecto, el autor de la investigación considera que la ausencia de porterías y la mala calidad de las canchas podrían constituir una limitante para el desarrollo del deporte en el centro, de modo que se considera necesario buscar alternativas para lograr impartir el Balonmano en esta escuela.

La tercera interrogante estuvo referida al constatar el nivel de disposición y conocimiento por parte de los profesores para la impartición del Balonmano en las clases de educación física a pesar de tener carencias de materiales; referente a esta interrogante el 100% argumenta que posee los conocimientos necesarios y cuentan con la disposición que requiere este empeño.

A pesar del conocimiento y al disposición de los profesores para impartir el Balonmano en las clases de educación física, el 100% de los profesores consideran necesaria una propuesta de juegos con un fin táctico ya que a través de los mismos se puede trabajar la variabilidad de las acciones del Balonmano, además la propuesta de juegos tiene el fin de trabajar con la reducción de los espacios en función de las características de la escuela, el dinamismo que posibilita una propuesta de juego con estas características. Alegan los profesores que esta propuesta puede permitir el aprovechamiento de las habilidades técnico-táctica, el dominio de las reglas del deporte a través del juego como uno de los medios fundamental de la educación física.

1.4.2. Análisis de los resultados de documentos oficiales. Programas de educación física de enseñanza media

El programa de educación física para la enseñanza media de la secundaria 23 de diciembre contiene un total de 69 páginas con la bibliografía incluida. Dentro de sus contenidos incluye las orientaciones para el trabajo con los programas de cada uno de los grados y sus orientaciones metodológicas, además de la caracterización del estudiante el nivel medio básico, la caracterización de la asignatura, los objetivos de la misma de manera general y las orientaciones de cada uno de los grados.

Los deportes motivos de clase en el 7mo grado son el atletismo, futbol y baloncesto y para ello se utilizan tres etapas. Por su parte en octavo grado también se utilizan tres etapas también y están encaminadas al trabajo de deportes tales como el baloncesto, voleibol y el atletismo. En noveno grado se orienta impartir los deportes de voleibol en la primera etapa y en las segunda el futbol en los varones y la gimnasia rítmica deportiva en las niñas, de modo que es perceptible que los profesores de esta enseñanza no tienen las orientaciones para el trabajo del balonmano en este nivel de enseñanza.

1.5. Fundamentación de la propuesta de juegos para contribuir al desarrollo Balonmano en las clases de educación física en la secundaria 23 de diciembre de Sancti Spíritus

El programa de educación física de secundaria básica, dentro de sus componentes estructurales contiene la caracterización de los alumnos de esta edad, al respecto el autor de esta investigación hará referencia siendo consecuente con lo planteado por este documento.

La educación física, como componente fundamental del desarrollo de la personalidad del educando conforma su sistema sobre la base de la estructura del sistema nacional de educación, de ahí que esté presente desde preescolar hasta el nivel superior. el contenido de la educación física en cada uno de los niveles adapta sus peculiaridades en correspondencia con la edad y el sexo de los escolares y con el carácter docente, extradocente y extraescolar, teniendo como principal medio el ejercicio físico en sus tres manifestaciones fundamentales: el juego, la gimnasia y el deporte.

El juego; como contenido ocupa un lugar preponderante por su valor biológico, psicológico y pedagógico en la formación de la personalidad de los alumnos. Así lo reconoce I.s. Vigotsky, D.B. Elkonin, N.V. Krupskaya, Máximo Gorki, Antón Makarencó y muchos otros médicos, fisiólogos, pedagogos.

La gimnasia, significa ejercicios físicos generales con o sin instrumentos que se realiza individual, en pareja o en grupo y tiene como objetivo desarrollar las capacidades físicas, el mejoramiento de la postura y el perfeccionamiento de las habilidades motrices básicas y deportivas.

El deporte, se desarrolla en clase de forma masiva y participativa lo que provoca cambios en el sistema nervioso, sanguíneo y respiratorio. El deporte constituye una vía efectiva para desarrollar la capacidad de rendimiento físico y psíquico de los alumnos y brinda condiciones favorables para desarrollar el valor, la disposición, la tenacidad y educa en la independencia.

El juego, el deporte y la gimnasia son actividades conjunta entre estudiantes y profesores y entre los propios estudiantes, que potencian el desarrollo de una

adecuada comunicación pedagógica y clima afectivo que se propicia trabajar en los alumnos los conocimientos, habilidades, intereses, cualidades de la personalidad, afectos y formas de comportamiento deseados.

El estudiante, considerado como objeto y sujeto de su aprendizaje, asume una participación activa y responsable de su propio proceso de formación.

Un análisis de todo lo planteado hasta aquí nos permite comprender no solo la vigencia y posibilidades que muestra la obra de Vigotsky para el trabajo pedagógico sino que nos fundamenta además que esto es posible porque se está trabajando con un enfoque sistémico, dialéctico y abierto que a partir de un campo teórico y metodológico sólido se nutre de los aportes de la psicología y pedagogía contemporánea.

En consonancia con el planteamiento anterior La propuesta de juegos con un fin táctico se sustenta además, en criterios tales como lo de Deler (2011) quien plantea que *“la educación física como proceso inherente a la vida del hombre como ser social, visualizado así por los grandes aportes que brinda en lo relacionado con: aptitudes, valores, capacidades, habilidades motrices, mejora la complexión del cuerpo, autoestima, posibilidad de analizar situaciones, generalizar conocimientos y habilidades a situaciones nuevas que lo preparan para su desenvolvimiento en las principales actividades que puede hacer en la vida”*.

Al respecto, el autor de esta investigación considera que el juego es un medio socializador y que pone al alumno en diferentes situaciones que al ser reiteradas, practicadas y solucionadas de manera correcta con la guía del profesor en ocasiones va a contribuir al desarrollo socio psicológico en que se desenvuelve el alumno.

Según Deler en los tiempos modernos, se proponen nuevos argumentos científicos y técnicos en las ciencias sociales, biológicas y psicopedagógicas, específicamente en este campo donde se considera que, en unidad con el movimiento del cuerpo, se tenga en cuenta la entidad psíquica del ser humano en lo intelectual y lo afectivo, la necesidad de propiciar la relación con los demás y los objetos, de desarrollar la condición física, la salud en general, los actos motores, el aspecto educativo y el aprendizaje deportivo.

Argumenta Deler que todo eso se logra siguiendo las indicaciones que ofrecen la ciencias psicológicas sobre la motivación por el ejercicio físico, la acción educativa del grupo y la influencia del medio, la individualización, la solidaridad, por solo mencionar algunos.

Por otra parte Deler asume que en la educación física contemporánea se rechaza desde la concepción metodológica la idea de desarrollar una enseñanza mediante la reproducción de modelos de movimientos y enfatizar más en aspectos perceptivos.

Considerando los postulados de Deler (2011), se es del criterio que la propuesta de juegos está en correspondencia con cada uno de ellos, ya que no solo propicia disfrute o desarrollo físico y deportivo para el alumno, sino que le ofrece al profesor como par más capacitado la posibilidad de conducir a sus alumnos de un estadio del conocimiento a otro superior, aprovechando cada una de las soluciones que el alumno sea capaz de dar o no a cada situación que se presenta durante la ejecución de estos juegos en las clases de educación física.

1.6. Propuesta de juegos con intención táctica

Los juegos propuestos están en correspondencia con una de las características del juego de Balonmano a nivel universal, la carencia de dribling; de manera que a partir de la mayor utilización del pase este deporte ha evolucionado y es más dinámico y exigente. En tal sentido, la propuesta que se elabora tiene el propósito de priorizar el pase, el lanzamiento, la superioridad numérica, la relación entre los jugadores ofensivos y defensivos en función de que los alumnos se apropien de la habilidades necesarias para desarrollar el juego de balonmano a un nivel grueso según lo exigen los nuevos programas para estos niveles de enseñanza.

Juego # 1.

Nombre: 3 contra 3 con jugadores 'neutrales'

Objetivo: jugar balonmano en espacio y portería reducida para potenciar la precisión en el tiro a puerta.

Materiales: balón, porterías, conos, silbatos

Organización: Dos campos de 9 x 9 m, en los que se llevan a cabo los partidos al mismo tiempo. Los campos de juego se pueden marcar con conos. Al final de cada campo se coloca una puerta de 1 metro de alto y 1 de ancho.

Variante: se puede realizar el ejercicio en superioridad numérica 3 contra dos.

Métodos: juego y competitivo.

Juego # 2

Nombre: 4 contra 2 con los 4 atacantes con tareas adicionales.

Objetivo: pasar el balón tanto tiempo como sea posible entre los jugadores de tu propio equipo.

Materiales: balón, porterías, conos, silbatos

Organización: juego cuatro 4 atacantes contra 2 defensores sin tiro a puerta. Cada atacante debe correr alrededor de un cono después de su pase. ¿Quién hace el mayor número de pases? La posesión de balón cambia después de 3 pérdidas de balón. Los jugadores no implicados pueden sustituirse en cualquier momento.

Variante: los jugadores ofensivos después del pase pueden bordear los conos agachados.

Juego # 3

Nombre: 4 contra 3 con muchos balones.

Objetivo: colocar el balón dentro de la caja que se encuentra al extremo del terreno de juego.

Organización: 2 campos de 9 x 9 m (sala pequeña). 2 equipos de 6 jugadores por campo. El equipo en posesión de la pelota siempre está en superioridad numérica (4 contra 3). Se coloca una pequeña caja para balones en cualquiera de los lados, se debe pasar el balón entre los jugadores del propio equipo, y a continuación colocar el balón en el cajón; posteriormente la actividad la realiza el otro equipo.

Variante: si los jugadores en posesión del balón lo pierden, se les permite coger una nueva de su cajón, mientras que el otro equipo coloca la pelota capturada en su cajón.

Juego # 4.

Nombre: 4 contra 3 con 4 jugadores neutrales como receptores (derecha)

Objetivo: pasar a los receptores con precisión, oportunidad y sorpresa.

Organización: 2 campos de 10 x 9 m, 3 equipos de 4 jugadores, un equipo juega a la ofensiva, el que juega a la defensa está en inferioridad numérica. El equipo en posesión del balón puede pasar a los 4 receptores del tercer equipo en cualquier momento.

Variante: Si los defensores interceptan el balón, se cambian los roles atacantes defensores, y un sustituto de los jugadores receptores entra en la pista.

Juego # 5.

Nombre: 3 contra 2 tirando a los blancos (izquierda)

Objetivo: lanzar con precisión a los blancos que se coloquen en el terreno

Organización: 2 campos de 10 x 6-8 m. 1 lanzamiento desde la línea de 4-6 m delante de la meta. Juegan 3 atacantes contra 2 jugadores defensores (formando equipos de acuerdo con el número). Después de 8 a 10 pases los atacantes pueden intentar golpear un blanco (2 pequeñas cajas) desde la línea de lanzamiento sin ser interferido por ningún defensor. Si los defensores interceptan el balón, pueden tratar de tirar al blanco designado lanzando sin interferencia del oponente, del mismo modo. No está permitido el bote.

Variante: incrementar o disminuir el número de pase antes del tiro al blanco.

Juego # 6

Nombre: 4 contra 3 con "comodín".

Objetivo: recibir el balón en movimiento dentro del área de comodín.

Organización: Terrenos de juego de 10 x 9 m, marcar por una línea el área de comodín, el atacante pasa la línea de lanzamiento y recibe el balón en el campo marcado como "comodín" (¡atrapando la pelota!). El campo llamado

“comodín” sólo podrá ser utilizado por un jugador de cada equipo en todo momento.

Variante: Cambiar de roles atacantes-defensores, por ejemplo, después de 5 minutos.

Conclusiones

- Los fundamentos teóricos y metodológicos del Balonmano en las clases de educación física se sustentan en la variabilidad de las acciones de juego y los sustentos pedagógicos que se evidencian en las mismas.
- El estado actual del Balonmano en las clases de educación física en la secundaria 23 de diciembre de Sancti Spíritus, develo que existe carencia de juegos que tengan en cuenta la variabilidad de las acciones para el desarrollo de este deporte, además de terrenos que no tienen las medidas oficiales requeridas para la práctica de este deporte.
- Los juegos de carácter táctico para contribuir al desarrollo del Balonmano en las clases de educación física en la secundaria 23 de diciembre de Sancti Spíritus deben tener en cuenta la variabilidad de las acciones condicionadas por la relación del jugador con el balón, con el compañero, con el contrario, con el entrenador y con las reglas de juego.

Recomendaciones

- Valorar la pertinencia de la propuesta de juegos con un fin táctico para su futura implementación en las clases de educación física de la secundaria 23 de diciembre de Sancti Spíritus.
- Profundizar en las características variables de los juegos con un fin táctico para hacerlos extensivos a todos los elementos técnico-tácticos que contiene el programa en cada uno de los niveles de enseñanza.

Bibliografía

- Aróstica, O. (2018). Metodología para la elaboración de pruebas dirigidas al control y evaluación de las acciones técnico-tácticas del Balonmano, como deporte variable. (Tesis doctoral). Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo". Universidad Central Marta Abreu De Las Villas. Facultad De Cultura Física
- Aróstica, O. (2019). Conferencia "La especialización en educación física de los niveles medio y superior". Universidad Central Marta Abreu de Las Villas, Facultad de Cultura Física.
- Caballero, C., Del Campo, L. & Sabido, R. (2012). Efectos de diferentes estrategias sobre el rendimiento y la cinemática en el lanzamiento de armado clásico en balonmano. *Motricidad European Journal of Human Movement*. (28), 83-100.
- David, J., Fernández, P. & Méndez, A. (2012). Variabilidad en la práctica para desarrollar las cualidades coordinativas en tenistas en formación. *ITF Coaching and Sport Science Review*, 58(20), 16-18
- Deler, P. (2011). El deporte participativo. La Habana. Editorial deportes
- Del Rosal, T. (2013). Las acciones de contacto sobre el poseedor del balón en Balonmano. Análisis de la XXXII Copa del Rey Altea 2007. Retrieved from <http://hdl.handle.net/>
- García, J. A., Moreno Hernández, F.J. & Cabero, M.T. (2011). Efectos del entrenamiento sobre la precisión del lanzamiento de siete metros en balonmano. *Revista Ciencias del Deporte.*, 7(2), 67-77.
- Hassan, (2011). Enseñanza del Balonmano en la Escuela. Introducción al Balonmano para niños entre 5 y 11 años.

- Hernández, F. J. (2006). *Variabilidad, Adaptación y Aprendizaje de habilidades cerradas*. Paper presented at the I Congreso de la Sociedad Española de Control Motor., Melilla, España.
- Menayo, R., Fuentes, J., Moreno, F., Reina, R. & García, J. (2010). Relación entre variabilidad de la práctica y variabilidad en la ejecución del servicio plano en tenis. *Movement* (25), 75-92.
- Morales, A. (2016). *La variabilidad en el aprendizaje de habilidades motrices*. (Trabajo fin de grado), Universidad Miguel Hernández.
- Ruiz, L. M. (2013). Sistemas dinámicos, reflejos del niño y cintas rodantes: Esther Thelen y el estudio del Desarrollo Motor Infantil. *International Journal of Sport Science*, IX (32), 200-203.
- Sabido Solana, R., Caballero Sánchez, C. & Moreno Hernández, F. J. (2009). Análisis de la variabilidad entre diferentes situaciones en el lanzamiento de tres puntos. *International Journal of Sport Science*, V (V).
- Taborsky, F. (2011). Competitive Loading in Top Team Handball and the Consequences for Training (Survey Study). Retrieved from <http://www.eurohandball.com/>
- Ventura, C. (2004). El factor variabilidad en una tarea perceptiva motriz. *Educación Física y Deportes* (77), 30-33.

Anexos utilizados en el proceso investigativo

Anexo # 1. Encuesta a profesores.

Profesor, la Facultad de Cultura Física de la Universidad de Sancti Spíritus le presenta esta encuesta con el objetivo de conocer el estado actual del Balonmano en las clases de educación física en la secundaria 23 de diciembre de Sancti Spíritus.

Cuestionario.

1. Imparten Balonmano en las clases de educación física de su escuela.
Sí___ No___ ¿Por qué?
2. Los programas vigentes no contemplan el Balonmano pero tiene el centro las condiciones materiales necesarias para poder impartir este deporte. (balones_ canchas_ porterías_ terrenos oficiales_) sí___ No___
3. Existe disposición y conocimiento por usted para la impartición del Balonmano en las clases de educación física a pesar de tener carencias materiales. Sí___ No___
4. ¿Considera necesario una propuesta de juegos con un fin táctico para la impartición del balonmano en las clases de educación física en su escuela? Sí___ No___ ¿Por qué?

Anexo # 2. Guía para el análisis de documentos

Documento: programa de educación física

Objetivos:

1. Constatar los deportes motivos de clases de los programas.
2. Constatar las orientaciones metodológicas de los programas.

Tareas para la revisión y el análisis del documento:

1. Efectuar una lectura parcial del documento, analizando los objetivos y contenidos principales referidos a los deportes motivos de clase.