



Eskola Kirola Programa Programa de Deporte Escolar

Nº 13 ZBK



Gipuzkoako Foru Aldundia
Diputación Foral de Gipuzkoa



www.gipuzkoa.net/kirolak



2004. KIROLAREN BIDEZKO HEZIKETAREN URTE EUROPARRA



VII. JOKO ARAUTEGIAK EGOKITZEA VII. LA ADECUACIÓN DE LOS REGLAMENTOS DEL JUEGO

Eskola Kiroleko azken ataleta iritsi gara. Atal honetan, Eskola Kiroleko kirol ekintzak haurren ezaugarri eta baldintzetara moldatzen direla aztertuko dugu. Horretarako Aitor Garro Gipuzkoako Atletismo Federazioko teknikaria elkarrizketatu dugu. Aitorrek atletismoan zein beste kirol ekintzetan jarraitzen diren ildoak zeintzuk diren erakutsiko dizkigu eta kirol ekintza segurtasunez praktikatzeko jarraitu beharreko printzipioak eskainiko dizkigu.



Aitor Garro Solla
Licenciado en Educación Física. Entrenador Nacional de Atletismo. Profesor de Educación Física en La Salle San Luis

■ En las competiciones de deporte escolar, incluidas las de atletismo, se adecuan las distancias de los terrenos de juego, las distancias a recorrer, la duración de las pruebas o competiciones, las dimensiones y peso de los objetos ... ¿Qué principio rige esta apuesta por la adaptación y qué importancia crees que tiene?

Hasta hace algunos años las investigaciones realizadas en el ámbito del deporte se dirigían casi en exclusiva al alto rendimiento y la actividad deportiva con niños, era una fotocopia reducida de la de los mayores. En los últimos años se ha ido popularizando cada vez más la actividad deportiva de los niños y jóvenes y se ha incrementado su actividad competitiva.

Los principios que deben regir las adecuaciones de las condiciones de competición son los que se derivan de los procesos evolutivos de sus capacidades físicas básicas, capacidades coordinativas, maduración y crecimiento de sus distintos órganos y sistemas orgánicos, maduración psicosocial y por supuesto la búsqueda del aspecto formativo y lúdico de la actividad deportiva.

■ De alguna manera estas adaptaciones y adecuaciones irán ligadas al propio desarrollo y evolución física y de aptitudes del escolar ¿no es así?

Sin duda, en el caso concreto del atletismo se da el caso de que una persona que practique por ejemplo el lanzamiento de peso a lo largo de toda su vida ira cambiando el peso de los artefactos hasta 8 veces.

Empezaría con 2 Kg a los 9 años, llegaría a 7,260 kg desde los 20 años hasta los 50 y a partir de aquí irá bajando el peso del artefacto hasta llegar a los 4 Kg. a partir de los 80 años.

Lo mismo sucede con otras especialidades. El caso de las vallas es también muy curioso. Si una persona no aficionada al atletismo se pone delante de una valla de 110 mv-metros valla- le parecerá absolutamente imposible que un atleta pueda llegar a pasarla a la velocidad que lo hace ya que la mayoría de la gente sencillamente no sería capaz de pasar por encima.

Para llegar a lograrlo lógicamente es necesario adaptar tanto las altura de las vallas, como las distancias entre éstas al desarrollo y evolución física de los deportistas.

■ Desde tu experiencia diaria con los escolares ¿Puedes enumerarnos algunos ejemplos de adaptación en deportes individuales y colectivos?

Los deportes colectivos (Rugby, baloncesto, voleibol, balonmano...) hacen adaptaciones de las dimensiones del terreno, de los móviles, es obligatoria la rotación de puestos para evitar la especialización, es obligatoria la rotación de jugadores durante el juego e incluso se adecua y flexibilizan los arbitrajes.

En los individuales, como la natación se adecúan las distancias, se limitan los estilos entre los más jóvenes, el ciclismo también limita distancias, pendientes y desarrollos.

Todos los deportes siguen éstos criterios de adaptación.

No obstante el caso que mejor conozco es el atletismo en el que las pruebas son tan variadas (velocidad, vallas, fondo, medio fondo, 4 lanzamientos, 4 saltos, marcha) y las adaptaciones son tantas que los jueces tienen que llevar un manual para no equivocarse.

■ A la hora de planificar y poner en marcha estas premisas de adaptación y adecuación, el salvaguardar la integridad de los escolares será un objetivo prioritario pero, también, el facilitar una correcta progresión de la actividad deportiva y física de los escolares de etapa en etapa ¿verdad?

Así es. En el caso del atletismo se sabe que en determinadas distancias determinados sistemas energéticos utilizados no deben desarrollarse hasta no alcanzar la madurez.

Asimismo el atletismo es un deporte en el que la técnica tiene una importancia capital. Las situaciones a las que se enfrenta el deportista no varían por lo que el reto es la perfección técnica.

El aprendizaje de estas técnicas exige que las dimensiones del espacio y de los aparatos y móviles que se utilicen no desvirtúen la ejecución debido a una condición física en desarrollo.

■ Hay personas que apuestan por eliminar estas adaptaciones y que promueven que en las competiciones, las distancias de las pruebas, las dimensiones de los terrenos de juego, las dimensiones y pesos de los objetos (balones, pelotas...) se asemejen a situaciones reales de competición de adultos ¿Qué riesgos comporta este modelo?

Uno de los problemas que tiene la adaptación de las condiciones de juego es que en ocasiones los deportistas llegan a desarrollarse como especialistas en un juego adaptado y la transición a las condiciones de juego real resulta problemática.

En todo caso, las adaptaciones y adecuaciones permiten que todos los escolares puedan participar en las competiciones en condiciones, además, de seguridad.

Es importante medir bien las adaptaciones a realizar para lograr los beneficios que estas adaptaciones tienen sin crear nuevos problemas.

No obstante este puede ser un aspecto negativo frente a un evidentes y numerosos aspectos favorables a la adaptación.

“Kirol ekintzak planifikatzerakoan haurren ezaugarri fisikoak kontuan izan behar ditugu eta kirol ekintza ezaugarri horietara moldatu behar dugu”

