

GEHIGARRIEN LABURPENA RESUMEN DE LOS COLECCIONABLES

3. zatia

3ª parte

ESKOLA KIROLEKO GEHIGARRIKO
ATAL DESBERDINAK



Gipuzkoako Foru Aldundia
Diputación Foral de Gipuzkoa



www.gipuzkoa.net/kirolak



2004. KIROLAREN
BIDEZKO HEZIKETAREN
URTE EUROPARRA

V. GAITASUNAK KIROLAREN BIDEZ AURKITU ETA GARATZEA

> Atal honetan, Inge Mitxelenari esker, Eskola Kiroleko Programa barnean eskola umeek dituzten gaitasunen arabera entrenamenduak diseinatzen direla ikusi genuen.



> INGE MITXELENA

Senior eta juvenil mailako nesken hockey entrenatzailea. IVEF eta Majisteritza ikasketak egin ditu eta Lehen Hezkuntzan ere soinetako irakaslea da.

> Gaitasunak Kirolaren bidez aurkitu eta garatzea

> Eskola Kirolean diharduten haurrek kirolaren bidez esperientzia berriak ezagutzeaz gain beraien gaitasun fisikoak eta psikikoak ere garatzen ikasten dituzte. Kontuan hartu behar da abileziak bai sozialak, bai motrizak, bai kontzeptualak... izan daitezke. Batzuk aipatzekotan ondorengoak: **Abilezi motrizak dagokionez**: lekualdaketa era desberdinak, koordinazioa (fina eta lodia), oreka, jaurtiketa, golpeoa... **Abilezi sozialei dagokionez**, berriz: onarpen soziala, osasun ohiturak, jarrera sozialak...

> Haurrek ahalmen fisiko jakin batzuk dituzte adin desberdinetan, ahalmen horiek kontuan hartu beharrekoak dira teknifikazio prozesuan. Arriskutsua izango litzateke adin horiekin bat ez datozen aspektu fisikoak lantzea.

> Haurtzaroan maila altuko lehiaketa kirolak ez du errendimendu mailako muga biologikoak soilik azaltzeko arriskua, berarekin bat daramatza psikologiko nahiz garapen sozialeko arriskua.

> Maila fisikoari dagokionez arriskuen artean hazkuntza normalaren alterazioa eta lesio ugari agertzea aipatu daitezke. Haurra oraindik ere hazten ari da, bere kartilagoak, gihar zuntzak, oraindik ere hazkuntzakoak direla eta ondorioz karga gehiegia eragindako giharren desoreka artikulazioen inguruan...

> Kontuan izan behar da kirola jolasa dela eta etapa honetan kirolak duen funtzioa pertsonaren garapen integralerako funtsezkoa dela. Mugimendua ez da soilik haurraren zati bat haurtzaroan, baizik eta haurra bera da: haurra eta mugimendua banaezinak dira.

VI. ESKOLETAKO IKASLEEN BILAKAERA ADINAREN ARABERA

> Atal honetan Rafael Cano eta Ricardo Jimenez elkarriketatu genituen. Elkarriketatuek kirol jarduerak prestatzerakoan umeen garapen fisikoa kontuan izan behar dugula planteatzen ziguten.



> RAFAEL CANO

Profesor de Educación Física y coordinador de la oferta deportiva en el Colegio Público Amara Berri de Donostia.



> RICARDO JIMÉNEZ

Especialista en Medicina de la Educación Física y el Deporte. Entrenador Nacional de Atletismo. Grupo KIROLBIDEA S.L. (Clínica Quirón-Donostia)

> Rafael Cano Benjumea

> Los escolares pasan por etapas de continua evolución física y el entrenador-monitor de Deporte Escolar debe programar los entrenamientos y los resultados esperados en función de sus posibilidades y limitaciones... me parece clave la motivación que el monitor sea capaz de transmitir, así como los recursos y juegos que plantee para canalizar las energías y habilidades naturales que los escolares presentan.

> En cuanto a las habilidades que desarrollan, a estas edades les gusta competir y medirse con otros. Por ello las habilidades deportivas implican manejo de balones, conocimiento de reglas básicas y de espacios físicos. Cada escolar va mejorando sus habilidades en equipo y va experimentando y midiéndose con otros.

> Ricardo Jiménez

> En edad escolar los niños están en una etapa de continuo desarrollo. La actividad deportiva debe subordinarse al propio desarrollo físico y ser además un elemento decisivo para que éste sea armónico, así como para evitar problemas derivados de actividades inadecuadas según edades.

> En cuanto a las habilidades que se desarrollan enumeraría las siguientes: En la primera etapa de la edad escolar (3-6 años) el niño se orienta más por acciones que por conceptos. En el período de 6 a 10 años, ya es más consciente y sigue las reglas establecidas, estando capacitado para comprobar la eficacia de sus movimientos. Entre los 11 y los 13 años debe aprovecharse especialmente para el aprendizaje de las técnicas. Entre los 14 y los 16 años podría comenzar la especialización.

VII. JOKO ARAUTEGIAK EGOKITZEA

> Eskola Kiroleko kirol ekintzak haurren ezaugarri eta baldintzetara moldatzen zirela aztertu genuen. Aitor Garroren eskutik kirol ekintzak segurtasunez praktikatzeko printzipioak aztertu genituen.



> AITOR GARRO

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

> La Adecuación de los Reglamentos de Juego

> 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 psicossocial y por supuesto la búsqueda del aspecto formativo lúdico de la actividad deportiva.

> En los deportes colectivos (rugby, baloncesto, voleibol...) se hacen adaptaciones de las dimensiones del terreno, de los móviles, es obligatoria la rotación de jugadores en 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.

> A la hora de planificar y poner en marchas 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.

> No obstante 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 del juego real puede resultar problemática.

> Es importante medir bien las adaptaciones a realizar para lograr los beneficios que éstas tienen sin crear nuevos problemas... no obstante este puede ser un aspecto negativo frente a evidentes y numerosos aspectos favorables de la adaptación.