

EXPERIENCIA RECREATIVA CON PEQUEÑOS MATERIALES ALTERNATIVOS Y RECREATIVOS: LAS GRANDES CONQUISTAS.

Autor:

Corrales, A.R.

Institución:

Email:

corralesgastor@hotmail.com

Resumen:

Con esta experiencia lo que hacemos es utilizar la recreación, o lo que algunos denominan “ocio activo”, implicando una cierta predisposición favorable hacia el juego mediante el cual podemos desarrollar algún tipo de actividad lúdica que pueda relacionarse con los hábitos positivos y actitudes de implicación que se pueden vivir en el tiempo libre, más concretamente, la utilización recreativa de los pequeños objetos móviles con origen en los denominados deportes alternativos y deportes recreativos.

Palabras Clave:

Recreación, deportes alternativos, deportes recreativos, juegos, material alternativo.

1. INTRODUCCIÓN

La recreación, o lo que algunos denominan “ocio activo”, implica una cierta predisposición favorable hacia el juego mediante el cual podemos desarrollar algún tipo de actividad lúdica que pueda relacionarse con los hábitos positivos y actitudes de implicación que se pueden vivir en el tiempo libre.

El juego ha sido uno de los motores de todas las propuestas de Renovación Pedagógica y en la actualidad constituye una de las piezas fundamentales de la actual Reforma de la educación física. Con nuestro trabajo pretendemos que éste sea uno de los motores principales para potenciar la tendencia lúdica de los participantes, hábitos de socialización e higiene que predispongan favorablemente hacia la práctica del deporte recreativo.

“La recreación debe entenderse como un proceso personal que tendrá que proyectar un impulso correcto de los componentes de diversión, del descanso y del desarrollo de la persona. La combinación de estos componentes debe permitir transformar nuevas experiencias, diversificarlas, tratando de servirse de éstas para buscar una correcta armonía en la relación de la persona en sus niveles de organización fisiológicos, biológicos, psíquicos y socioculturales (Lavega, 1997 citado por Camerino, 2002)”.

A tenor de esta definición, la recreación no puede ser entendida sólo como una pura diversión: “es una disposición positiva y favorable de cambio y regeneración y debe cumplir la condición de “volver a crear” o de ‘re-crear’ divirtiéndose mediante una actitud activa y una implicación y participación en un grupo (Camerino, 2000 y García Montes, 2001).

Por ello el concepto que tenemos de recreación puede ser transmitida a nuestros alumnos mediante la actividad física recreativa y el deporte recreativo, que en nuestro caso, estará centrado en la utilización de los pequeños objetos móviles con origen en dichas actividades.

2. OBJETIVOS Y CONTENIDOS DEL PROYECTO

2.1. Objetivos

- Estructurar a los alumnos en grupos idóneos para un correcto desarrollo de los contenidos.
- Acondicionar los espacios útiles para la diversidad de prácticas que se pueden ir generando.
- Adaptar las propias prácticas a los materiales disponibles.
- Adaptar los materiales de juego disponible a las condiciones de cada grupo y de cada participante.
- Expresar sentimientos a partir del juego.
- Encontrar posibilidades de actuar en las diferentes situaciones de juego.
- Crear soluciones a problemas planteados de forma independiente y colectiva.
- Tratar que los alumnos se diviertan en el desarrollo práctico de la sesión.
- Liberar y descargar tensiones propias del estrés que invade la sociedad actual.
- Fomentar el espíritu social.
- Fomentar la creatividad mediante el desarrollo de la práctica.
- Conocer diferentes tipos de juegos y sus variantes.
- Estimar la importancia del juego, entendiendo que es un factor de desarrollo de las capacidades físicas, de cuidado del cuerpo y de la salud y de actividad recreativa, con el mismo valor que los deportes reglados.

2.2. Contenidos

* CONTENIDOS CONCEPTUALES:

- Que el alumno asimile y sea crítico con el concepto de recreación deportiva.

- Que el alumno reconozca los diferentes objetos móviles con origen en los denominados deportes alternativos y deportes recreativos.
- Los juegos recreativos.
- Las normas y reglas de juego.

* CONTENIDOS PROCEDIMENTALES:

- Práctica de juegos recreativos de carácter lúdico.
- Utilización de diferentes juegos para aprender a respetar normas y predisponer para el juego limpio.
- Práctica en grupo de diferentes juegos.

* CONTENIDOS ACTITUDINALES:

- Valoración de la importancia de la cooperación en los juegos de equipo.
- Inclinação a compartir los éxitos y los fracasos, para integrarse activamente en el grupo.
- Aceptación de normas y reglas.
- Aceptación de las opiniones de los demás, siendo capaz de escucharlas y compartirlas.
- Desinhibición hacia la práctica de juegos o actividades recreativas.
- Diversión del alumno a través de los juegos recreativos.

3. TEMÁTICA, DECORACIÓN Y CARACTERIZACIÓN

La situación es la siguiente:

Nos situamos en diferentes guerras o disputas por la colonización en diferentes épocas de la historia de la humanidad: Moros-Cristianos; Indios-Vaqueros; Indígenas-Colonos. Con la finalidad de incentivar a los alumnos para la

consecución de los objetivos propuestos, haremos hincapié en la competitividad y no en la guerra como tal (lucha bélica), donde primará el respeto y colaboración con los compañeros como valores fundamentales.

En cuanto a la decoración, en cada estación se colocará un cartel identificativo, apareciendo en éste el nombre de la “guerra” que se va a llevar a cabo.

La caracterización de los personajes se llevará a cabo en cada estación y quedará de la siguiente forma:

1ª Estación:

- Moros: escudo circular con luna pintada y pañuelo o camiseta en la cabeza colocada como un turbante.
- Cristianos: escudo rectangular con cruz pintada y minicono en la cabeza.

2ª Estación:

- Indios: indiaka atada en la cabeza mediante una cuerda.
- Vaqueros: gorro de papel y pañuelo al cuello.

3ª Estación:

- Indígenas: falda hawaiana, collar y pulsera.
- Colonos: sombrero de explorador de papel (similar Napoleón).

4. INFORMACIÓN A DAR A LOS PARTICIPANTES Y FORMA DE TRANSMISIÓN

Hay una actividad inicial de recibimiento, con la cual se comienza la dinamización del grupo, ésta consiste en que cada alumno debe coger de una bolsa, un papel en el que está asignado el grupo al que pertenecerá durante toda la sesión (1, 2, 3, 4, 5, 6). Se da una información general de la sesión a todos los alumnos, en la que se exponen los lugares donde se va a desarrollar la misma y se les cuenta una breve historia sobre las “guerras”.

Posteriormente, en cada estación se le dará la información específica del juego, las reglas y normas que se deben cumplir, así como el sistema de puntuación.

La transmisión de la información utilizada será la verbal por parte de los responsables del grupo, incluyendo un apoyo escrito específico en cada estación.

5. MATERIAL A UTILIZAR

5.1. Pequeños objetos móviles con origen en los denominados deportes alternativos y deportes recreativos:

- Indiakas (20)
- Disco volador (frisbee) (4)
- Balones de goma-espuma (10)
- Palas (15)
- Pelotas de tenis (10)
- Sticks de Hockey (14)

5.2. Otros materiales:

- Miniconos (5)
- Pañuelos (20)
- Aros (6)
- Red de tenis
- Cuerdas (20)

5.3. Material de caracterización:

- Escudos rectangulares de cartón y cuerda. (10)

- Escudos circulares de cartón y cuerda. (10)
- Pintura roja (2 latas)
- Gorros de papel de periódico (20)
- Indiakas (10)
- Pañuelos (10)
- Miniconos (10)
- Bolsas de basura (10)
- Collares hawaiana (10)
- Pulseras hawaiana (10)

6. ESTRUCTURA ORGANIZATIVA

6.1. Espacios:

La actividad se realizará en un complejo deportivo, gimnasio o pista polideportiva, pero es transportable a cualquier instalación deportiva que disponga con los requisitos mínimos en instalaciones, distribuyendo nuestro proyecto en tres estaciones y una actividad final.

* El juego de “Moros y Cristianos” y la “Guerra Final” tendrán lugar dentro del pabellón cubierto.

* El denominado “Indígenas y Colonos” se llevará a cabo en la pista de tenis.

* El tercer juego, “Indios y Vaqueros” se desarrollará en la pista polideportiva exterior.

6.2. Participantes:

La distribución de alumnos será de 5 participantes por grupo (en cada juego participan dos grupos, unas 30 personas en total), no tenemos que olvidarnos

que esta agrupación puede sufrir variaciones en función de alumnos lesionados, enfermos o no asistentes.

Para cambiar de una actividad a otra los responsables daban una señal (toque de silbato) en el momento oportuno.

6.3. Material:

Todos los materiales necesarios estarán dispuestos y colocados en cada zona (estación) antes del inicio de la actividad.

Se darán las instrucciones necesarias para su adecuada utilización y transición entre grupos, haciendo hincapié en su cuidado, pudiéndose puntuar negativamente su mal uso.

La recogida final se llevará a cabo por los organizadores y parte del alumnado.

6.4. Responsables del proyecto:

Una vez hecha la introducción general y el establecimiento de grupos cada responsable se lleva a los primeros participantes a su estación, permaneciendo en éstas hasta que acaben todas las rotaciones. Es entonces donde todos se dirigen al pabellón cubierto para el desarrollo del juego final.

6.5. Alumnos lesionados-enfermos:

A estos alumnos se les encomendará la tarea de ser colaboradores de los responsables, en funciones como llevar las puntuaciones, arbitraje, recogida material, etc...

7. FUNCIONES O PUESTOS A ASUMIR POR LOS COMPONENTES DEL GRUPO ORGANIZADOR

- Un miembro del grupo se encargará de realizar la ambientación de la actividad, contando una historia describiendo los hechos que han inspirado los juegos que se plantearan.
- Transmisión de la información del desarrollo de la sesión.
- Distribución y ordenación de los alumnos por grupos
- Control de la organización temporal de la sesión y actividades.
- Control de los alumnos por estación.
- Resolver posibles dudas o problemas.
- Arbitraje en juegos y encargados de puntuación.
- Control y distribución del material necesario.
- Animación del grupo e implicación directa con los alumnos para fomentar la participación y la diversión.

8. PARTES DE LA SESIÓN

* PARTE INICIAL:

- Recepción y agrupamiento de los alumnos.
- Transmisión de la información inicial de la sesión.
- Organización por grupos de los alumnos.
- Distribución de los alumnos en cada estación

* PARTE PRINCIPAL:

- Recepción de los alumnos en cada una de las estaciones.
- Transmisión de la información específica de cada estación (contar historia).

- Descripción de la tarea o juego, con sus respectivas normas o reglas, así como el sistema de puntuación a seguir.
- Desarrollo de la tarea en sí.
- Transición a la siguiente estación (todos pasan por las tres estaciones rotando).

* *PARTE FINAL:*

- Agrupamiento general de los alumnos y explicación de la tarea final.
- División en dos grupos del alumnado.
- Desarrollo de la tarea con el consiguiente control de la misma.
- “Abrazo final de despedida”.
- Intercambio de impresiones Alumno-Profesor.

9. ORGANIZACIÓN TEMPORAL

La organización temporal quedará a lo largo de la mañana de la siguiente forma:

- 08:30 - Recepción de los participantes, organización de grupos y explicación introductoria de actividades.
- 08:50 - Traslado de los grupos a las respectivas estaciones de comienzo y caracterización de éstos.
- 09:00 - Comienzo de actividades.
- 09:20 - Primera rotación e inicio de actividad.
- 09:40 - Segunda rotación e inicio actividad
- 10:00 - Traslado de todos los participantes al pabellón cubierto para el juego final e inicio de este.
- 10:15 - “Abrazo final”

10:20 - Intercambio de impresiones.

10:25 - Despedida final y recogida de material.

10. DISEÑO DE ACTIVIDADES

Título: “GRANDES CONQUISTAS DE LA HUMANIDAD” N°.:

Lugar : COMPLEJO DEPORTIVO JAVALÍ

Organización: GRUPAL

Material: Pequeños objetos móviles (frisbee, indiaka, palas, balones goma espuma, pelotas tenis, sticks de hockey)

Contenidos:

* CONCEPTUALES:

- Que el alumno asimile y sea crítico con el concepto de recreación deportiva.
- Que el alumno reconozca los diferentes objetos móviles con origen en los denominados deportes alternativos y deportes recreativos.
- Los juegos recreativos.
- Las normas y reglas de juego.

* PROCEDIMENTALES:

- Práctica de juegos recreativos de carácter lúdico.
- Utilización de diferentes juegos para aprender a respetar normas y predisponer para el juego limpio.
- Práctica en grupo de diferentes juegos.

* ACTITUDINALES:

- Valoración de la importancia de la cooperación en los juegos de equipo.
- Inclinação a compartir los éxitos y los fracasos, para integrarse activamente en el grupo.
- Aceptación de normas y reglas.

Nombre: “MOROS Y CRISTIANOS”

Desarrollo: El equipo A se repartirá por toda la cancha con pelotas en su poder. El equipo B se repartirá y se irán a ambas áreas de meta. Su objetivo será llegar al centro del campo y robar un objeto (indiaka o pelota de tenis), sin que los del equipo rival te den con el balón. Una vez esté en el centro no le podrán dar e intentará ir corriendo con el objeto hacia una de ambas áreas, dejándolo en la portería. Al jugador que le den con balón volverá a su área. En principio el equipo A tendrá cuatro balones; ganará el equipo que más objetos deposite en las porterías en un determinado tiempo.

Reglas: Si eres golpeado por una pelota deberás volver a tu área. Si llevas un objeto robado y te golpean debes volver al centro con él e iniciar de nuevo la carrera. Los lanzadores no podrán sobrepasar una línea delimitada con conos

Nombre: “LAS CRUZADAS”

Desarrollo: Dos grupos enfrentados entre sí, equipados con un stick de hockey por participante, intentarán marcar gol en la portería contraria con una pelota de tenis.

Reglas: No se puede levantar el stick por encima de la rodilla. No se puede tocar al contrario. No se puede golpear la pelota con los pies.

Variantes: Introducir más pelotas al juego, poner más porterías, modificación del terreno de juego.

Nombre: “INDÍGENAS Y COLONOS”

Desarrollo: Un equipo se pondrá en una parte de la red y el otro enfrente. El juego consistirá en pasar la indiaka al otro campo, e intentar obtener un punto si no la tocan y entra dentro de las líneas del campo.

Reglas: Se puede golpear con todas las partes del cuerpo, un mismo jugador no puede golpear dos veces seguidas

Variantes: Introducir más indiakas al juego, realizar un número mínimo de golpes antes de enviar al otro campo, utilizar palas para golpear, usar miembro no dominante, etc.

Nombre: “INDÍOS Y VAQUEROS”

Desarrollo: Dispondremos de un frisbee. El juego consistirá en hacer llegar el disco volador al área de portería contraria, mediante pases, no pudiéndose mover mientras tienes el frisbee en tu poder. Para que el punto sea válido el frisbee tendrá que cogerlo un compañero de tu equipo dentro de la zona mencionada.

Reglas: No puedes desplazarte con el frisbee en tu poder, no se puede entrar en el área con el frisbee controlado, no se puede quitar de frisbee sólo interceptarlo.

Variantes: Introducir más frisbees al juego, realizar un número mínimo de pases antes de poder puntuar.

Nombre: “ACIERTA EN LA DIANAS”

Desarrollo: Dispondremos de un frisbee. El juego consistirá en intentar meter el disco volador en las porterías contrarias a través de los aros dispuestos como dianas. No puedes moverte mientras tienes el frisbee en tu poder. Para que el punto sea válido el frisbee tendrá que pasar por el aro. En este juego nadie puede entrar en las áreas de portería excepto para recoger el frisbee.

Reglas: No puedes desplazarte con el frisbee en tu poder, no se puede entrar en el área, no se puede quitar de frisbee sólo interceptarlo.

Variantes: Introducir más frisbees al juego, realizar un número mínimo de pases antes de poder puntuar, colocar más aros u otros objetos que sirvan de diana.

Nombre: “LA 3ª GUERRA MUNDIAL”

Desarrollo: Los participantes se dividirán en dos grandes grupos. El profesor/a, monitor/a, etc. entregará a cada grupo un número similar de balones, indianas, pelotas de tenis, etc., cuantos más mejor. Cada grupo tendrá delimitado un terreno propio, al que no podrá acceder el contrario (media cancha). A la señal, los alumnos deberán lanzar sus balones al campo

contrario, de forma que habrá un continuo ir y venir de balones de un campo a otro, el juego consiste en tener el menor número de balones en nuestro campo. Cuando el profesor diga ¡stop!, los balones quedarán donde estén, ganando el equipo que menos balones tenga en su campo.

Reglas: No se puede pasar al campo contrario.

Variantes: Intentar introducir los objetos en la portería contraria.

11. SISTEMA DE PUNTUACIÓN / CONTROL / DINÁMICA

Todos los juegos propuestos tienen su propio sistema de puntuación.

Ser vencedor en una estación será recompensado con el “Título de propiedad de las tierras en disputa”.

Para la puntuación global se tendrá en cuenta la siguiente tabla:

Vencedor	3 puntos
Perdedor	2 puntos
Actitud positiva	1 punto
Escenografía	1 punto
Cumplimiento de reglas	1 punto
Transición dinámica de estaciones	1 punto
Mal comportamiento	- 2 puntos
No cuidar material	- 2 puntos

Todos los ítems aquí reflejados estarán presentes en una hoja de registro que se entregará a un miembro de cada equipo y este será el encargado de mantenerla en condiciones legibles. Al acabar cada estación el responsable de la misma anotará en las hojas de los equipos participantes todos los puntos

obtenidos en cada apartado, lo que decidirá quien es el vencedor de la estación y por tanto, “el conquistador” de la tierra.

Además de la dinámica activa que esperemos obtener con la aplicación de este sistema de puntuación, los responsables siempre intentarán conseguir un control adecuado mediante el continuo feed-back con los participantes.

El vencedor absoluto de la jornada será el grupo que más títulos de propiedad acumule.

12. ALTERNATIVAS DE PUNTUACIÓN / ORGANIZACIÓN / TEMPORALIZACIÓN

12.1. Puntuación

Puntuación combinada entre la puntuación oficial propuesta por la organización y la valoración cualitativa de los participantes en cada juego atendiendo a los siguientes parámetros, valorados de 1 a 5 puntos:

- ¿Ha sido divertida?
- ¿Ha requerido una condición física exigente?
- ¿Crees que fomenta valores de respeto y convivencia?
- ¿Cambiarías algo? (1-Cambiarías todo/5-No cambiaría nada)

La puntuación resultante para cada equipo será el producto de los puntos otorgados por los responsables según los criterios “oficiales” por la puntuación global obtenida por cada juego sumando todos los puntos otorgados por todos los equipos.

12.2. Organización

Como alternativa a la organización en circuito, se podría plantear la participación sucesiva de dos grandes grupos en cada una de las estaciones, ampliando el número de implementos materiales a utilizar en cada juego.

Otra posibilidad sería que el equipo ganador en una estación pudiese elegir quedarse para disputar de nuevo el juego o cambiar a otra. Para ello se debería alterar el tiempo de juego disminuyéndolo para posibilitar la práctica en todas las estaciones.

12.3. Temporalización

En lugar de establecer tiempos fijos de juego, se puede finalizar este al llegar a un determinado tanteo, aunque esto puede originar desajustes entre estaciones y habría que prever actividades complementarias para los tiempos muertos.

13. PLANES CONTINGENTES

* METEOROLOGÍA

Si las condiciones meteorológicas no permiten la realización de la actividad tal y como está programada se adaptarán los espacios y los materiales dividiendo la pista cubierta en tres espacios.

* ASISTENTES

El número de asistentes puede condicionar los juegos. En caso de una baja afluencia, las dimensiones de los campos de juego se adaptarán para no provocar una fatiga extrema que desmotive la participación.

* MATERIAL

El material necesario está disponible, no precisa de consideraciones. No obstante, y para prevenir, se dispondrá de material adicional al necesario para la actividad.

* ACTIVIDADES

Está prevista la modificación de los juegos propuestos con variantes por si la aceptación o el desarrollo práctico no resultaran del todo satisfactorios.

* INCAPACIDAD FUNCIONAL DE ALGÚN RESPONSABLE

En este caso improbable, un dossier completo de las actividades estará preparado para que un participante asuma las funciones directivas en cualquiera de las estaciones a desarrollar.

14. CUMPLIMIENTO DE LAS CONDICIONES O CRITERIOS RECREATIVOS

Para garantizar las condiciones y criterios recreativos, los responsables velaremos en todo momento por:

- El respeto entre los participantes.
- El buen uso del material.
- Comportamiento adecuado como usuarios de una instalación pública.
- Cumplimiento de normas y reglas de juego.
- Incentivar la participación creativa.
- Cooperación entre alumnos para la consecución de objetivos.
- Recompensar las transiciones eficaces y rápidas entre estaciones.

15. REFERENCIAS

- CAMERINO, O. (1999). *Fichero de juegos deportivos recreativos*. INDE. Barcelona
- CAMERINO, O. (2000). *Deporte recreativo*. INDE. Barcelona.
- CAMERINO, O. (2002). La recreación fuera y dentro de la escuela. En *III Congreso Internacional de Educación Física*. Jerez. FETE-UGT.
- LASIERRA, G. Y LAVEGA, P. (1997). *1015 Juegos y Formas Jugadas de Iniciación a los Deportes de Equipo*. Paidotribo. Barcelona.
- TRIGO, E. (1989). *Juegos motores y creatividad*. Paidotribo. Barcelona.