Instituto Superior de Cultura Física Manuel Fajardo

"FORMAS DE ORGANIZACIÓN EN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA"

Autora: Mcs. Silvia Menéndez Gutiérrez. Año 2002

La clase de Educación Física, como forma fundamental de organización del proceso docente educativo en la asignatura, necesita a su vez de una organización interna variada la cual responderá a su dinámica, pues es todo movimiento de alumnos y profesor en su desarrollo.

Se hace necesario que los profesores de Educación Física dominen toda la gama de procedimientos organizativos inherentes a la asignatura para poder desarrollar clases variadas, que respondan a los objetivos propuestos, a un mayor aprovechamiento de los medios de enseñanza, del espacio, y del tiempo de trabajo de los alumnos, además de contribuir al incremento de la influencia educativa que las actividades físicas pueden propiciar.

Forma

Según la definición de Alvarez C. 1999 “Es el componente del proceso, que expresa la configuración externa del mismo como consecuencia de la relación entre el proceso como totalidad y su ubicación espacio temporal durante su ejecución, a partir de los recursos humanos y materiales que se posea, la forma es la estructura externa del proceso, que adquiere como resultado de su organización para alcanzar el objetivo”

“La forma va cambiando de un modo dinámico en la medida que se modifica la organización externa del proceso en aras de hacer más eficiente el mismo”........

El autor citado anteriormente plantea que la Forma tiene dos Dimensiones: Desde el punto de vista de la relación alumno - profesor y alumno - alumno, a la cual le llama dimensión Espacial del proceso docente educativo y que genera distintos grupos de estudiantes y desde su lapso de ejecución que da una medida de la extensión Temporal del mismo.

La Forma en su dimensión Temporal está dada por los niveles de sistematicidad o estructural y se organiza en el tiempo por año, semestre, semana, bloque, estancia y en clase diaria.

En su dimensión Espacial puede ser:

• Tutoral o Individual

• Grupal

**FORMAS DE ORGANIZACIÓN EN SU DIMENSION ESPACIAL EN LA**

**EDUCACIÓN FÍSICA: PROCEDIMENTOS ORGANIZATIVOS**

Según la bibliografía consultada: López A. Y Vega C. 1985, Ménéndez S. Y Pol L. 1988, Plous. M. L. 1996, Colectivo A. ISCF. 1996.

Se plantea el término de procedimientos organizativos en la clase de Educación Física, con la siguiente clasificación:

INDIVIDUAL FRONTAL GRUPOS

Otros autores plantean: INDIVIDUAL y GRUPO

**INDIVIDUAL**

Va dirigido a un trabajo específico de forma individual con el alumno. En la clase de educación física puede ser utilizado para la atención a las diferencias individuales.

**FRONTAL**

Es el procedimiento en el cual todos los alumnos efectúan simultáneamente los mismos ejercicios. Puede ser utilizado para realizar el acondicionamiento físico (calentamiento), para desarrollar capacidades físicas y formación y desarrollo de habilidades motrices básicas y deportivas

Las formaciones que se realizan pueden ser variadas (filas, círculos, semicírculos, hileras) o con los alumnos dispersos en el área. La organización dispersa, brinda a los alumnos la posibilidad de movimiento, una cierta independencia, donde bajo la guía del profesor pueden desarrollar iniciativas, creatividad y variación de movimiento.

El profesor tiene que tener en cuenta su ubicación en el área, atendiendo a las condiciones de éstas la cantidad de alumnos.

**GRUPOS:** PAREJAS, TRÍOS, CUARTETOS

En esta forma de organización se agrupan a los alumnos por edad, sexo, talla, peso y por rendimiento, también es posible agruparlos por afinidad cuando los objetivos de la clase lo permitan. Los alumnos en este procedimiento organizativo tienen una relación de trabajo entre ellos, o sea, el trabajo de uno depende de la interacción con el otro.

Esta forma de organización nos sirve tanto para las actividades del calentamiento, como para las habilidades motrices básicas y deportivas, capacidades físicas, así como para cumplir con aspectos educativos dentro de la clase.

**PROCEDIMIENTOS ORGANIZATIVOS**

1. **ONDA**

El procedimiento organizativo Onda, se basa en la ejecución de forma alterna de determinados ejercicios, independientemente de la formación que se utilice. El profesor debe tener en cuenta, para su aplicación cuando utilice las formaciones hileras o filas, que el número de alumnos que la integran esté parejo, que se correspondan con los medios de enseñanza disponibles y organizar el trabajo de forma tal, que garantice la mayor cantidad de repeticiones de los ejercicios por cada alumno.

Propio para el desarrollo de las capacidades físicas, fundamentalmente: rapidez de traslación, y agilidad por la relación trabajo- descanso que se establece en el desplazamiento. También puede trabajarse, las habilidades motrices básicas y deportivas así como las actividades del acondicionamiento físico.

Nota: En las hileras deben colocarse los más aventajados delante y del mismo sexo.

1. **SECCIONES**

Se divide el grupo en dos o más subgrupos atendiendo a: talla, peso, sexo, a este tipo de secciones se le llama secciones SIMPLES. Secciones COMPLEJAS, se le llama a las que se agrupan a los alumnos por rendimiento, ya sea por capacidades físicas o habilidades. La selección de estos dos tipos de secciones estará en dependencia de los objetivos o tareas planificadas.

No existe rotación entre los subgrupos de trabajo y se pueden ejecutar las mismas actividades o diferentes. Esta forma de organización del trabajo de los alumnos, permite la atención a diferencias individuales, ya que los subgrupos conformados presentan alguna homogeneidad, según el criterio que haya tenido el profesor para la definición del grupo.

Puede ser utilizado para el trabajo de las habilidades motrices básicas y deportivas, así como para él, de capacidades físicas. Permite además, el aprovechamiento del espacio y los medios de enseñanza y como aspecto educativo, la formación de valores tales como la honestidad, la ayuda mutua, la perseverancia, el auto control etc. El profesor debe auxiliarse de monitores o alumnos aventajados para el mejor control de las actividades en cada sección.

1. **ESTACIONES**

Se divide el grupo en subgrupos, no deben ser muchos (entre 2 y 4) para no perder el control del trabajo de los alumnos. Estos pequeños grupos de alumnos estarán distribuidos por el área donde se efectúa la clase. En cada subgrupo se ejercitarán habilidades motrices básicas o deportivas diferentes.

Se realiza la rotación por cada una de las áreas para que todos los alumnos tengan la oportunidad de ejecutar todas las habilidades previstas.

Es importante en el uso de este procedimiento organizativo, que el tiempo de trabajo en cada estación sea el mismo y la cantidad de alumnos sea equitativa para garantizar igual oportunidad de práctica a todos.

Este tipo de organización en la clase, permite un mayor aprovechamiento del espacio, de los medios de enseñanza y el aumento del tiempo de trabajo real de los alumnos, por lo que también contribuye a la motivación de los alumnos, a una cierta independencia y también al logro de objetivos educativos dentro de la clase: colaboración, cumplimiento de responsabilidades, de reglas, respeto entre compañeros y otros.

El profesor debe auxiliarse de monitores o alumnos aventajados para que estén al frente de cada estación. Este procedimiento organizativo es muy recomendable para trabajar las habilidades motrices deportivas en la clase.

1. **CIRCUITO**

El circuito tiene la misma estructura que las Estaciones. Se divide el grupo en subgrupos (3 a 12 atendiendo a la capacidad física) según la cantidad de alumnos, espacio y medios disponibles. Puede dosificarse por tiempo o por repeticiones. Se establece la rotación entre los subgrupos para la realización de todas las actividades previstas. Permite el control de la relación trabajo descanso, ya que se controla el tiempo de la rotación y el tiempo de descanso entre series del circuito.

Recomendamos realizar el circuito por tiempo, ya que esta forma de dosificación permite que todos los alumnos trabajen según sus posibilidades pues el de mayor rendimiento hará más repeticiones en el tiempo previsto y el de menos posibilidades podrá cumplir la tarea y además tratará de hacer el máximo de sus posibilidades sin tener que responder a un conteo que no le es posible cumplir, y en el caso de los aventajados frenaría sus posibilidades. O sea, que se hace accesible la ejecución a la vez que se cumple con la diferenciación.

En el circuito, cualquier tipo de dosificación que se utilice, debe tenerse en cuenta la igualdad del tiempo o de repeticiones en cada subgrupo de trabajo así como el tiempo de rotación de una actividad a la otra.

Al igual que en las estaciones se rota, pero la diferencia es que existe una pausa para repetir cada serie del circuito, la misma estará en correspondencia con el tiempo de trabajo descanso que se planifique. Propio para el desarrollo de capacidades físicas, fundamentalmente: fuerza rápida, resistencia a la fuerza, agilidad, flexibilidad.

Recomendaciones:

1. Los ejercicios deben ser realizables por todos los alumnos.

2. Para la planificación de los ejercicios se debe tener en cuenta el trabajo alterno de los grandes grupos musculares.

3. Tener un nivel de intensidad media.

4. Cuando se utilicen medios de enseñanza, tener en cuenta la cantidad de alumnos en cada subgrupo de trabajo, no pueden haber alumnos esperando para la ejercitación.

5. El Circuito también contribuye a la formación de cualidades de la personalidad de los alumnos como son: honestidad, perseverancia, voluntad, laboriosidad, cumplimiento de tareas etc.

6. Es muy recomendable su utilización para el trabajo de las capacidades físicas en los alumnos, a partir del segundo ciclo (quinto grado en adelante) pues los motiva por la variabilidad de los ejercicios y porque pueden valorar rápidamente el incremento de sus capacidades, con relación a sí mismo y a otros compañeros.

1. **RECORRIDO**

Este procedimiento organizativo es muy útil para el desarrollo de capacidades físicas de forma general, ya que a través de su realización se puede contribuir al incremento de diferentes capacidades físicas condicionales y coordinativas: fuerza, resistencia, rapidez y sus derivadas, equilibrio, coordinación, orientación.

Este procedimiento organizativo se organiza de la siguiente forma:

Se distribuyen por el terreno los medios de enseñanza de que se dispongan, se tienen en cuenta otros que puedan apoyar el trabajo de los alumnos (escaleras de concreto, muros, árboles, elevaciones del terreno) todo lo que pueda convertirse en un medio de enseñanza para la ejercitación y que no represente peligro para los alumnos, además de permitir la fluidez en el desplazamiento y la posibilidad del cumplimiento de las actividades por todos los alumnos.

Recomendaciones:

1. Determinado el Recorrido, los alumnos estarán formados en hilera y a la voz del profesor saldrán uno detrás del otro con un intervalo prudencial entre cada uno para evitar choques innecesarios.

2. Se debe buscar un equilibrio entre las actividades a desarrollar.

3. La distancia y las repeticiones del recorrido, estarán determinada por el profesor teniendo en consideración la distancia, el tiempo de trabajo de los alumnos y en cuál de las capacidades físicas quiere hacer énfasis.

El Recorrido es una forma muy motivacional para los alumnos en el desarrollo de la resistencia, la variabilidad de las acciones que estos realizan los hace trabajar más sin que apenas se percaten de la exigencia que tiene el mismo, además de la contribución a la formación de su personalidad, por lo que recomendamos la utilización de éste procedimiento organizativo para el desarrollo de los distintos tipos de resistencia. Puede dosificarse por tiempo o por repeticiones.

1. **AREA**

Se distribuye a los alumnos por deportes, o aparatos como en la Gimnasia Artística, o eventos como en Atletismo.

Debe tenerse en cuenta los medios disponibles y el espacio e instalaciones deportivas.

Propio para la realización del deporte participativo en las escuelas. El profesor para su utilización deberá auxiliarse de monitores y alumnos aventajados para brindar una mayor oferta a todos los alumnos.

**BIBLIOGRAFÍA**

* Álvarez Carlos. La escuela en la vida”. Editorial Pueblo y Educación. La Habana. Cuba. 1999.
* Colectivo de autores Dpto. de Educación Física ¨ Manual del Profesor de Educación Física”. Editorial José Antonio Huelga. La Habana. Cuba. 1996.
* López Rodríguez y Vega Portilla C. “La clase de Educación Física Dpto. Educación Física INDER. Editorial José Antonio Huelga. La Habana. Cuba. 1985
* Menéndez Silvia y Pol Lidia. Influencia de los procedimientos organizativos en la actividad de la educación física en la escuela primaria. T.D. ISCF Manuel Fajardo. La Habana. Cuba. 1998
* Colectivo de autores. “Teoría y práctica general de la gimnasia. ISCF. Manuel Fajardo. Editorial José A. Huelga. La Habana. Cuba. 1996.