

FACULTAD CULTURA FÍSICA
CARRERA LICENCIATURA EN CULTURA FÍSICA

TRABAJO DE DIPLOMA PARA OPTAR POR EL TÍTULO DE LICENCIADO EN
CULTURA FÍSICA

Estado actual de la iniciación deportiva escolar de gimnasia rítmica en Sancti Spíritus

Autor: Elienis Naibel Corrales González

Tutor: Licenciada Yordany Yaima Cáceres Broqué.

Master en Ciencias de la Educación.

Profesor Asistente.

Sancti Spíritus
2019

Dedicatoria

A mi abuela Mariela que estaba hecha de vuelo de zuzúin y miel de abeja, que me enseñó a soñar con las estrellas, que me guio hasta los últimos momentos de su vida y que dejo en mí una huella imperecedera. Con todo mi amor tu nieta.

Agradecimientos

A mi abuela Mariela por formar parte importante en la realización de este sueño y ser mi ejemplo a seguir.

A mi mamá y mi padrastro Alfonso por todo su cariño y apoyo incondicional en esta etapa de mi vida.

A mi papá por siempre estar ahí cuando más lo necesito.

A mis abuelos paternos Ramón y Ana Delia por sus sabios consejos.

A mis tíos María Elena y Eldys por siempre alentarme a seguir adelante.

A mis hermanos Jorge Ali, Gabriela, Ahitana y Daniela quienes me han puesto como reto esforzarme cada día más.

A mi novio por apoyarme en esta última etapa de la carrera tan importante.

A mis cuñados por sus constantes consejos.

A mis tutores Yordany y Leonardo que me guiaron en todo este proceso.

Y a todos mis familiares, amigos y compañeros de estudio.

Muchas gracias.

RESUMEN

El presente trabajo forma parte del Proyecto no Institucional "La iniciación deportiva escolar en Sancti Spíritus" No solo medallas, de la facultad de Cultura Física de la Uniss. Estudios realizados revelan un insuficiente quehacer investigativo en esta área en Cuba. El proceso de iniciación deportiva es el eslabón más importante para la formación de nuevos talentos deportivos, pero a su vez un elemento imprescindible para la creación de adultos sanos intelectual y motrizmente, sin embargo, en la actualidad son insuficientes los mecanismos y procedimientos que la sustentan, debido a la gran cantidad de factores que influyen en este proceso y que generan la aparición de múltiples interrogantes. Por ello esta autora se ha propuesto caracterizar el estado actual de la iniciación deportiva escolar de gimnasia rítmica en Sancti Spíritus; para conocer la situación real de nuestra provincia. Durante el proceso investigativo se emplearon métodos del nivel teórico y del nivel empírico bajo el enfoque dialéctico-materialista como método general de la ciencia los cuales permitieron recopilar, analizar, procesar y valorar la información, conformaron la muestra la totalidad de las profesoras que atienden la iniciación deportiva y la metodóloga de la provincia. La investigación realizada como elemento novedoso aporta por primera vez un estudio de este tipo lo que constituye una valiosa referencia para la iniciación deportiva en la planificación y organización del trabajo del próximo ciclo olímpico.

Palabras claves: Iniciación deportiva, gimnasia rítmica

SUMMARY

The present work is part of the non-Institutional Project The school sport initiation in Sancti Spíritus, Non single medals, of the ability of Physical Culture of the Uniss. Carried out studies reveal an insufficient investigative chore in this area in Cuba. The process of sport initiation is the most important link for the formation of new sport talents, but in turn an indispensable element for the intellectual creation of healthy adults and motively, however, at the present time they are insufficient the mechanisms and procedures that sustain it, due to the great quantity of factors that you/they influence in this process and that they generate the appearance of multiple queries. For it this author has intended to characterize the current state of the initiation sport scholar of rhythmic gymnastics in Sancti Spíritus; to know the real situation of our county. During the investigative process methods of the theoretical level were used and of the empiric level under the dialectical-materialistic focus as general method of the science which allowed to gather, to analyze, to process and to value the information, they conformed the sample the entirety of the teachers that you/they assist the sport initiation and the methodologic of the county. The investigation carried out as novel element contributes a study of this type for the first time what constitutes a valuable reference for the sport initiation in the planning and organization of the work of the next Olympic cycle.

Key words: Sport initiation, rhythmic gymnastics

CONTENIDO

I INTRODUCCIÓN	1
II DESARROLLO	6
2.1 MARCO TEÓRICO REFERENCIAL.	6
2.1.1 Antecedentes históricos de la gimnasia rítmica deportiva.	6
2.1.2 Aspectos a tener en cuenta para la práctica de la gimnasia rítmica en la iniciación deportiva.	11
2.1.3 Elementos integradores de la gimnasia rítmica en la iniciación deportiva.	14
2.2.1 Métodos y procedimientos de la investigación.	20
2.3 Análisis de los resultados	22
CONCLUSIONES	29
RECOMENDACIONES	30
BILBLIOGRAFÍA	31
ANEXOS	35

I INTRODUCCIÓN

Con la creación del Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación (INDER), el 23 de febrero de 1961, el Estado Revolucionario cubano se dio a la tarea de promover y diversificar la práctica de actividades físicas como un medio imprescindible para la educación de las nuevas generaciones.

Cuba intenta asegurar la práctica de deportes desde la iniciación deportiva, un método que le permite descubrir atletas, sin embargo, aún no se concibe al profesor de educación física, como el centro del proceso de iniciación deportiva, ni se tienen en cuenta aspectos esenciales como el juego, el desarrollo de habilidades y capacidades físicas, la aceptación de reglas y normas, el trabajo en equipo y el reconocimiento de los valores, contribuyendo así, al desarrollo multifacético del niño y al derecho a la práctica de todos por igual.

Iniciar a niños y niñas en la práctica deportiva de carácter sistemático es una complejísima tarea, debido a la gran cantidad de factores que influyen en este proceso y que generan la aparición de múltiples interrogantes. ¿Con qué contamos para iniciarlos?, ¿Qué aptitudes y actitudes poseen?, ¿Cuándo iniciarlos?, ¿Cómo iniciarlos?

Estas interrogantes permiten identificar el problema fundamental, presente al interior del Proceso de Iniciación Deportiva: El niño o niña que se inicia, en la práctica deportiva, adolece de madurez en cuanto a los aspectos psicobiológicos, físico – motriz y técnico deportivo.

La Gimnasia Rítmica es una modalidad deportiva, que por sus características ha despertado numerosas críticas entorno a la precocidad en su iniciación deportiva, dado que los periodos de máximo rendimiento se adquieren en etapas de desarrollo y crecimiento. No, por ello, dichas particularidades tienen que llevar consigo necesariamente, anomalías en los periodos de maduración de las niñas, siempre y cuando los métodos y sistemas de identificación se cumplan.

En la actividad deportiva el concepto de iniciación está asociado a la enseñanza de los fundamentos esenciales que garantizan un resultado deportivo e implica un proceso de aprendizaje que tiene por límites el comienzo de la práctica en el

deporte escogido y la participación en las primeras competencias en las que deba cumplir tareas de rendimiento (Leyva, 2006).

Sin embargo, el criterio anterior no tiene en cuenta los principales factores que no se deben descuidar a nuestro juicio en el entrenamiento para edades tempranas, por ello coincidimos con lo que plantea Hernández y cols. (2000) donde señalan que los procesos de iniciación deportiva van a depender de los siguientes factores: el sujeto, el deporte y el contexto, sin dejar de tener en cuenta las características biológicas, psicológicas, socio-afectivas y motrices.

El planteamiento anterior reviste una gran connotación para la etapa de iniciación de la Gimnasia Rítmica, pues en este deporte se requiere de un gran sacrificio, de años de trabajo y arduo esfuerzo en su práctica ya que comienzan desde edades muy tempranas (entre 5 y 6 años de edad), donde es muy importante también señalar el criterio de selección inicial pues la gimnasta debe tener ciertos requisitos en cuantos a flexibilidad, coordinación, ritmo y especialmente características somatotípicas . Agregando que aquí reciben los conocimientos necesarios a través de los cuales podrán realizar posteriormente elementos de alta complejidad de ejecución, es por eso que resulta ser muy compleja su preparación en esta etapa.

Las gimnastas que se inician también deben poseer un elevado autocontrol motor y emocional, alto nivel de inteligencia motriz (capacidad de aprendizaje motor) para la asimilación de largos programas de enseñanza , fuerte motivación por el deporte, gran espectacularidad y nivel de expresión, adecuada concentración y distribución de la atención, buena memoria motriz y auditiva, para desarrollar un trabajo interpretativo acorde a la música seleccionada como acompañamiento musical, la cual responderá en cada caso (evento), a las particularidades personalógicas y requisitos específicos propios de las reglamentaciones Pérez, (2008) citado por Alfonso, (2013). Y a pesar de ser tan pequeñas, estas tienen que competir, lo que reafirma la necesidad de buscar vías que estimulen y motiven el entrenamiento para estas edades.

Ante este complejo proceso, se hace necesario incrementar la preparación inicial de estas gimnastas, para esto no son suficientes los métodos de entrenamiento empleados por las entrenadoras, pues no logran a plenitud sus objetivos, esto ha sido comprobado mediante investigaciones como: Giménez (2002), Navarro (2009), Marín (2012) y otros.

El aporte de las investigaciones anteriormente citadas, se han enriquecido con observaciones a competencias y entrenamientos desde el nivel de base, todo ello permitió identificar deficiencias en cuanto a la metodología de la enseñanza desde la postura, la expresión corporal, hasta carencias técnicas de elementos corporales, coreográficos como del manejo de los instrumentos (pelota, aro, cuerda, mazas y cintas) manifestando falta de aprovechamiento en el proceso de enseñanza aprendizaje de la iniciación deportiva.

El alto nivel de maestría interpretativa, expresividad, arte, soltura, y plasticidad en la ejecución del ejercicio que exhiben hoy día las gimnastas de Gimnasia Rítmica convierten a este deporte en un espectáculo atractivo para muchos y una actividad en la que cada movimiento y posición se someten a severos juicios por parte de los encargados de evaluar la actividad competitiva.

Este deporte comienza a practicarse desde edades tempranas por niñas esbeltas y delgadas, que son seleccionadas a través de pruebas que se basan fundamentalmente en la flexibilidad y la coordinación. La gimnasia rítmica presenta una gran variedad de alternativas de movimiento, donde las niñas y adolescentes pueden desarrollar un sin fin de cualidades.

Concebir la preparación inicial de una niña que se inicia en la gimnasia rítmica no es una tarea fácil. La iniciación deportiva, no debe estar matizada por la inmediatez, sino que ha de concebirse como un proceso a partir de la advertencia de fases o estadios que garanticen una racional Formación Deportiva, dentro de la cual destaque el énfasis hacia la educación de las conductas motrices a partir del desarrollo de actividades de carácter lúdico y polideportivo.

El conocimiento del estado real de cada uno de los factores de los cuales depende la iniciación deportiva (el sujeto, el deporte y el contexto) permite la concepción de

este proceso de manera sostenible y perdurable, de manera que la formación deportiva se convierta en un sistema escalonado por el cual pueda transitar la gimnasta sin experimentar daños físicos o psicológicos.

En reuniones de trabajo de la Comisión Técnica Provincial de Gimnasia Rítmica se pudo comprobar que se desconoce el estado actual de la iniciación deportiva de gimnasia rítmica en Sancti Spíritus.

Por lo tanto, esta investigación se orienta a dar solución al **problema de investigación** siguiente ¿Qué características presenta la iniciación deportiva escolar de gimnasia rítmica en Sancti Spíritus?

Objetivo general:

Caracterizar el estado actual de la iniciación deportiva escolar de gimnasia rítmica en Sancti Spíritus.

Objeto de estudio:

La iniciación deportiva escolar en Sancti Spíritus.

Campo de acción:

La iniciación deportiva escolar de gimnasia rítmica.

Preguntas científicas:

¿Qué características presentan los documentos que rigen y norman el trabajo en la iniciación deportiva escolar de gimnasia rítmica en Sancti Spíritus?

¿Qué particularidades presenta la fuerza técnica y la matrícula en la iniciación deportiva escolar de gimnasia rítmica en Sancti Spíritus?

¿Qué condiciones presentan las instalaciones en la iniciación deportiva escolar de gimnasia rítmica de Sancti Spíritus?

Tareas científicas

Determinación de las características que presenta la iniciación deportiva escolar de gimnasia rítmica en Sancti Spíritus.

Diagnóstico de las particularidades que presenta la fuerza técnica y la matrícula en la iniciación deportiva escolar de gimnasia rítmica en Sancti Spíritus.

Identificar las características de las instalaciones en la iniciación deportiva escolar de gimnasia rítmica en Sancti Spíritus.

2.1 MARCO TEÓRICO REFERENCIAL.

2.1.1 Antecedentes históricos de la gimnasia rítmica deportiva.

Como tantos otros deportes, la Gimnasia Rítmica Deportiva nació de una forma oscura y no reglada; poco a poco se fueron desarrollando unas bases, reglas y normas específicas hasta hacer de ella lo que hoy conocemos. Los orígenes ideológicos de esta modalidad debemos buscarlos en la gimnasia con base en el ritmo, en el ballet y en la gimnasia natural. Esta última toma su punto de partida en las teorías de Jean-Jacques Rousseau respecto al desarrollo global del niño que incluían aspectos corporales, hasta entonces no considerados formalmente en las teorías sobre educación.

A Rousseau le siguieron en esta misma línea: Basedow, Salzman, Pestolazzi, Guts Muths... entre otros muchos pedagogos del momento (siglo XVIII y principios del XIX), que dieron forma a lo que se convirtió en una de las tendencias más importantes en la historia de E. F., la ya denominada gimnasia natural (vertiente que no debemos confundir con la gimnasia natural austríaca).

En Dessau (Alemania), Johan Basedow fue quien puso en práctica por primera vez las teorías de Rousseau; corría el año 1774.

En 1785, Christian Salzman creó sobre el modelo educativo de Basedow el Instituto Educativo Schnefeuthal. Johan Guts Muths, al que podemos considerar como el padre de la gimnasia, enseñó durante casi cincuenta años en este instituto; a él se deben los primeros escritos en profundidad sobre la finalidad de la gimnasia. En su opinión, los ejercicios realizados deben resultar ante todo agradables y por otra parte desarrollar a la persona por completo.

De estas teorías sobre la naturalidad y globalidad de los movimientos, toma la gimnasia rítmica su plataforma de salida. Desde ahí, y tras sucesivas influencias que veremos a continuación, ha ido evolucionando hacia los ejercicios que conocemos hoy en día, manteniendo en todo momento la pauta rítmica que tanto la caracteriza.

A principios del siglo XIX, Pestalozzi profundamente influido por la obra de J.J. Rousseau y las teorías educativas de la Grecia antigua, ve en la educación un método para el desarrollo natural del individuo a través de las experiencias por las que debe abrirse camino. Para él, la finalidad de la educación es ayudar en el desarrollo de todas las aptitudes del cuerpo y del espíritu, a fin de conseguir una personalidad proporcionada y armoniosa.

Un poco más tarde, encontraremos de nuevo estas influencias en la figura de P.H. Ling, creador de la Gimnasia Sueca. se trataban de unos ejercicios de carácter rígido, casi militarista, con poco espacio para la creatividad y expresividad, que aportaron unos principios fundamentales y pedagógicos a la actividad física, ausentes en aquellos tiempos este autor se debe la clasificación de los ejercicios en pedagógicos, militares, terapéuticos y estéticos, aunque Ling no cultivo estos últimos por considerar que debían ser desarrollados por otros educadores. Su hijo, H. Ling, fue su continuador, desarrollando, ampliando y actualizando los criterios de su padre.

Paralelamente al movimiento lingiano, otras variadas tendencias iban desarrollándose en otras zonas geográficas. Una de ellas, el denominado “movimiento del centro”, fue el que tuvo mayor influencia sobre la Gimnasia Rítmica Deportiva

Nace a finales del siglo XIX y se desarrolla en el siglo XX. Esta influido por las teorías naturales y globalistas de Rousseau, así como por la Gimnasia Sueca de Ling debido a una gran expansión por Europa. Se le considera como una manifestación artístico-rítmico-pedagógica.

Es con François Delsarte que, a mediados del siglo XIX, empiezan a aportarse unos ingredientes más directamente relacionados con la Gimnasia Rítmica posterior. Su contribución deriva de la creación de gestos corporales que expresaban los diversos estados del espíritu, dándoles un desarrollo científico e intentando clasificarlos. Más que un método de gimnasia, se trataba de ayudar a los actores de la época a encontrar posiciones naturales y gestos más expresivos.

Esta nueva forma de entender el movimiento fue llevada a Estados Unidos por Genevieve Stebbins, quien abrió una escuela de expresión en Nueva York. Partiendo de las ideas de Delsarte y los ejercicios de Ling, creo un método propio en el cual el cuerpo debía ser un instrumento capaz de expresarse de forma artística y graciosa. Aunque su ideología no arraigó profundamente en la mentalidad americana de la época, el trabajo de sus discípulas influyó de forma notable en Europa en el desarrollo de la gimnasia y danza femenina moderna.

Paralelamente, Jacques Dalcroze crea lo que se llamó eurytmia o Gimnasia rítmica de aquel tiempo. Elaboró un método de educación por el ritmo y para el ritmo que influye, de una forma u otra forma, en la gimnasia. Para él, la gimnasia rítmica no era un fin, sino un medio. No era danza, pero sí preparación para la misma. No era pues gimnasia, físicamente hablando ya que como tal era incompleta. La culminación de su método era conseguir “la plástica viviente”, cuya finalidad era poner el cuerpo humano en movimiento al servicio de la expresión, la emoción y la construcción musical.

Al mismo tiempo que Dalcroze, una bailarina estadounidense: Isadora Duncan, contribuía en el proceso de creación de la Gimnasia Moderna (G.R.D. posteriormente). De formación autodidacta, revolucionaria de la danza, defensora de la danza libre, antiacadémica e impresionista, mantenía que la gimnasia era la base de toda educación Física y preparaba a sus alumnos de danza con ejercicios gimnásticos basados en la naturalidad, donde los giros, saltos y ondulaciones del cuerpo resultaban fundamentales.

Sus teorías dieron origen al expresionismo alemán, encabezado por Rudolf Laban. Este desarrolla nuevas técnicas de danza apartadas de la danza clásica; inquieto por conseguir movimientos emocionalmente más expresivos llega a prescindir de todo acompañamiento musical, puesto que, en su opinión, el movimiento era la sustancia de la danza y, por tanto, esta debía ser movimiento puro. Al se debe un sistema de escritura de los movimientos denominado “anotación de Laban” que permite al bailarín comprender los aspectos rítmicos del mismo.

A Laban le siguió M. Wigman, con un aire más creador e instintivo, adaptando muchas técnicas de Isadora Duncan (la utilización de la gimnasia, acrobacia...). Laban y Wigman fueron los dos grandes exponentes del expresionismo alemán, también llamado Movimiento expresionista de Munich.

De las influencias de Pestalozzi, Delsarte, Dalcroze con su eurytmia, de Duncan con su danza natural..., Rudolf Bode crea la "Gimnasia Moderna" (denominada en un principio gimnasia expresiva). Es entonces cuando puede hablarse de una Gimnasia Rítmica incipiente.

La obra de Bode llama rápidamente la atención en toda Europa y especialmente en Alemania, donde rompe con 100 años de relativo inmovilismo de la gimnasia (teorías de Jahn). Se adecua especialmente a la mujer, por su carácter rítmico-estético.

Profesor de música y diplomado en el instituto de eurytmia de Dalcroze, inicia su trabajo en el instituto Damerow, donde estudiaron también H. Medau o M. Wigman.

El gran continuador de Bode fue Heinrich Medau, quien en 1929 se estableció en Berlín y más tarde en Flensburg. Tras la Segunda Guerra Mundial creó la "Medau Schule", en Coburgo en 1954. Su contribución más importante a los sistemas de gimnasia fue la creación de un método destinado principalmente a mujeres y jovencitas, en el cual se favorecía la salud, se desarrollaba una actitud correcta y se exaltaba la gracia del movimiento utilizando todo el cuerpo; también es fundamental su trabajo con aparatos (pandero, tamborín, pelota, aro y mazas) a los que otorga unas finalidades y técnicas originales.

Para él, los aparatos facilitaban el dominio del movimiento, absorbían la atención del alumno hacia el ejercicio que estaba realizando, alejaba inhibiciones psíquicas, permitía vencer la timidez al tiempo que permitía una ejecución más rítmica, fluida y con la totalidad del cuerpo.

Sus teorías y sistemas de movimiento se dieron a conocer en los Juegos Olímpicos de Berlín de 1936. También debemos destacar la importancia que concede a la postura correcta y a la respiración en la realización de movimientos. Con relación a principios técnicos y metodológicos, aporta ideas propias que

corrigen, complementan o suplen las de Bode, sobre todo respecto a la improvisación musical, los movimientos de oscilación y ondulantes, y la utilización de golpes rítmicos y palmadas.

Volviendo atrás en el tiempo, de las teorías de Rousseau, Basedow, Salzman, Pestolazzi, Guts Muts..., se originó un movimiento denominado "Movimiento del Norte". De sus influencias debemos destacar dentro de esta síntesis histórica del origen de la G.R.D. las figuras de: Elli Björkstén (finlandesa), Elin Falk y Maja Carlquist (suecas) entre otras.

Las tres dedicaron su trabajo a eliminar la rigidez del sistema lingiano, aportando nuevos ingredientes que hacían de él un nuevo sistema más flexible y adaptable. Aportaron la utilización de la música (pero como elemento de voz mando), dieron importancia al aspecto estético de los ejercicios, el concepto de disciplina era más flexible, había más naturalidad en los movimientos...

Utilizaron los golpes rítmicos y palmadas como recursos técnicos e introdujeron los ballesteos, balanceos y oscilaciones en la realización de los ejercicios.

A ellas debemos en parte el trabajo de manos libres y aparatos sobre todo en el ámbito de conjuntos. Son de destacar las demostraciones del equipo de niñas de Maja Carlquist con motivo de los Juegos Olímpicos de Berlín (1936) y el Congreso Mundial de Educación Física. Su trabajo con pelotas en los Juegos Olímpicos de Helsinki (1952), las distanció del resto de participantes por la utilización de movimientos armoniosos en los que intervenía todo el cuerpo, y su participación en la Gimnastada de Viena (1965) que les valió el título de mejor equipo en este evento deportivo.

A ella debemos también la distribución del trabajo a realizar dentro de la sesión en distintas partes para fortalecer los puntos débiles generales o particulares.

Todas las personas citadas hasta el momento forman parte de los orígenes de la Gimnasia Moderna. Sus métodos de trabajo y los elementos utilizados para desarrollarlos, han permitido poco a poco crear una nueva modalidad deportiva; sin embargo, aunque la primera competición internacional se disputó en 1963 (Campeonato del Mundo de Budapest), la definición total de la misma no llegaría

hasta el año 1968, en que se creó una comisión para la gimnasia moderna en el seno de la F.I.G.

La gimnasia rítmica deportiva llega a Cuba después del triunfo de la Revolución, iniciando su trabajo en 1964, con el asesoramiento de técnicos rusos, como es el caso, de la técnica checoslovaca Liudmila Slezakova, instrumentando una serie de cursos que se hicieron extensivos a todas las provincias. Surgiendo los primeros encuentros competitivos en febrero de 1965 en Ciudad de la Habana con tres categorías: niñas, jóvenes y mujeres.

Después de esta competencia se escogió una selección para asistir al segundo campeonato del mundo que se celebraría en Praga, Checoslovaquia, en diciembre de 1965, integrada por Teresa Oliva, Jefa de delegación, Jamila Slezakova, entrenadora, José Lauzan como pianista y las gimnastas, Cristy del Pino, Thais Hernández, Mirta Santacana y Alejandra O Farril.

En nuestro país se celebró en 1971 el V Campeonato Mundial de Gimnasia Rítmica siendo esta la primera vez en desarrollarse dicha actividad en el continente americano.

2.1.2 Aspectos a tener en cuenta para la práctica de la gimnasia rítmica en la iniciación deportiva.

En los últimos tiempos toma especial relevancia el inicio de la práctica deportiva a edades cada vez más tempranas. Las prácticas deportivas que se desarrollan en las áreas deportivas no siempre se organizan en torno a presupuestos formativos, hállese del exceso de competitividad, del trabajo unilateral, de la especialización temprana, todos estos factores pueden comprometer el futuro deportivo de los practicantes.

La competición a estas edades es un tema controvertido y tiene tantos defensores como detractores. A decir de Cruz (2010) varios son los puntos a tener en cuenta cuando quienes compiten empiezan a hacerlo desde los 6 años de edad, al respecto identifica cinco factores.

1.) Estrés deportivo: *Hans Selye* define estrés como “la respuesta psicológica o biológica general del organismo ante cualquier situación estresante”. Aunque a

algunos niños el estrés precompetitivo les sirve de estímulo a la hora de demostrar sus habilidades y su competencia, está comprobado que en muchas ocasiones los menores sienten pánico ante la competición, sintiéndose incómodos o ansiosos, más aún en este deporte en el cual el trabajo de toda una temporada se demuestra en un minuto y medio en el caso de la modalidad individual y dos minutos y medio en el caso de conjuntos.

2.) Preparación: la preparación exigida a la hora de competir hace que la gimnasia rítmica sea difícilmente compatible con otras actividades extraescolares, más aún en la sociedad actual donde la oferta de nuevas modalidades de ocio llama la atención de los pequeños, además del tiempo que han de dedicar a los estudios y al juego. Hay estudios que hablan de la necesidad que tienen los niños de jugar, y del poco tiempo libre que todas estas actividades les dejan para hacerlo.

3.) Umbral de esfuerzo: En ocasiones nos preguntamos si las exigencias del reglamento tienen en cuenta la fisiología de los pequeños deportistas. El nivel de competencia del entrenador es importantísimo en estos casos, el conocimiento y su preparación como técnico es fundamental para cuidar a estos niños. Los principios fundamentales del entrenamiento han de ser guía obligada a la hora de preparar a los pequeños gimnastas.

El crecimiento paulatino del esfuerzo, la progresión, el principio de transferencia, el principio de sobrecarga (relacionado con el crecimiento paulatino del esfuerzo), la necesidad de realizar entrenamientos individualizados respetando las características personales y adecuando el entrenamiento a cada sujeto en particular. Todo ello respetando también el principio de variedad que dice que el entrenamiento no debe ser aburrido, hay que dar variedad, con nuevos ejercicios y cambiando el entorno. Asimismo, debemos tener cuidado con los trabajos unilaterales.

4.) Motivación por parte del entrenador: la competición representa una fuente de experiencias, contribuye al desarrollo físico, intelectual y emocional de los niños

les proporciona información sobre su capacidad de mejora, así como de su habilidad frente a otros iguales.

Por todo ello, mostrarla desde un punto de vista lúdico, sin presión y como una forma jugada hará que el niño viva el deporte como algo suyo, lo integre en su forma de vida, le ayude a su realización personal y a crear un hábito saludable para el resto de su vida.

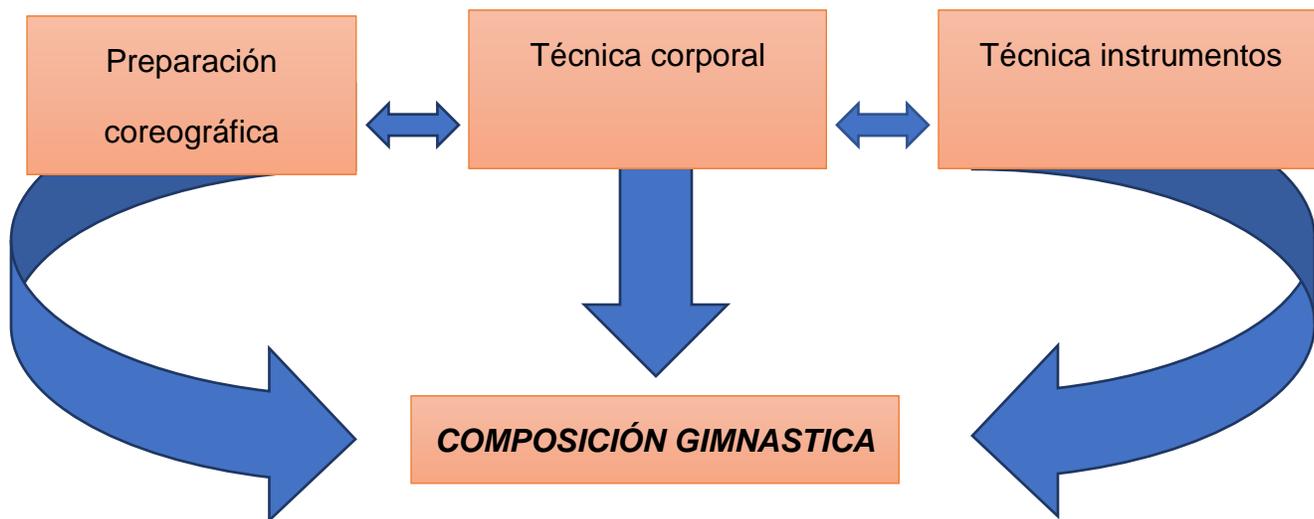
5.) El papel de los padres: No cabe ninguna duda de que todos los padres, quieren siempre lo mejor para sus hijos, pero muchas veces la forma en que lo pretenden lograr no es la más adecuada o la más eficaz.

La colaboración entre los padres y el entrenador es fundamental en la gimnasia, sobre todo en la fase de iniciación o de formación, ya que el técnico que dirige a un grupo no sólo los forma deportivamente, sino también humana, social y personalmente.

Es importante, que los padres conozcan el papel que han de asumir cuando tienen un hijo que practica un deporte. Para ello, dos son las posturas que se han de tener claras, para poder ayudar en esta labor a todos los entrenadores y personas que con ellos colaboran: La primera es mantener una actitud de apoyo a sus hijos eliminando críticas negativas en casa y en los entrenamientos, y la segunda es que deben servir de modelos para sus hijos, en cuanto a su comportamiento y relación con el entrenador.

La gimnasia rítmica lleva implícito la utilización de determinados aparatos: cuerda, aro, pelota, cinta y mazas. Además, debemos basar el movimiento de las gimnastas en cuatro grupos corporales obligatorios: los saltos, los giros, los equilibrios y la flexibilidad, aunque claro está que a la hora de llevar a cabo sesiones de gimnasia rítmica en la iniciación deportiva no debiéramos tender hacia la especialización y reglamentación del deporte, sino más bien, tal y como dice *Sánchez (1986)*, debemos adaptar el deporte a los alumnos, en superficie, minutaje y reglas.

2.1.3 Elementos integradores de la gimnasia rítmica en la iniciación deportiva.



Esquema 1 carácter integrador de la técnica en los programas

La preparación coreografía: (Ejercicios con apoyo):

Constituyen la base técnica fundamental de la gimnasia rítmica. Dentro de ellos encontramos desde los elementos de danza clásica o danza en general, hasta los elementos propios de este deporte.

Técnica corporal:

Grupos que integran los saltos, rotaciones, equilibrios, flexibilidad, las ondas y los elementos acrobáticos.

Técnica con instrumento o Aparatos

- **Cuerda:** es uno de los aparatos más adecuado para las primeras edades. Exige de gran coordinación y dinamismo y sus grupos corporales obligatorios según el reglamento son los saltos y giros.

- **Aro:** este aparato requiere de una gran amplitud y coordinación, su ejecución también requiere frecuentes cambios de movimiento, rodamientos, lanzamientos, movimientos en ocho, etc... los grupos fundamentales con el aro son tanto los giros como los saltos, los equilibrios y la flexibilidad, utilizados de manera equitativa dentro del ejercicio.

- **Pelota:** la utilización de este aparato exige gran amplitud y elegancia, además al igual que la cuerda es adecuada para las primeras edades. La pelota debe ser parte del movimiento y del propio cuerpo, sus grupos corporales obligatorios con el nuevo reglamento son los saltos y la flexibilidad.

- **Cinta:** es éste un aparato de difícil manejo, su longitud hace que sean necesarios movimientos amplios y lejos del cuerpo, serpentinas, espirales, movimientos en ocho, lanzamientos en boomerang, lanzamientos completos, unidos a los movimientos de las gimnastas, hacen que estos ejercicios sean los más vistosos de todos los realizados. Sus grupos corporales son los giros y los saltos.

- **Mazas:** los ejercicios de mazas requieren de gran movilidad y dinamismo, así como un gran desarrollo del sentido del ritmo. Grupos corporales: equilibrios y giros.

La expresión corporal

Es la expresión corporal, componente expresivo de la acción motriz, lo que hace de la gimnasia rítmica un bello deporte. En la gimnasia rítmica se pueden asumir las formas de trabajo de este contenido en la educación primaria: el lenguaje corporal, los movimientos, y el movimiento expresivo, entendiendo el cuerpo y el movimiento como una manifestación motriz.

La expresión corporal está basada en dos elementos básicos:

- La técnica: conocimiento de las posibilidades corporales y toma de conciencia de los segmentos.
- La espontaneidad: manifestación de nuestro potencial vital y creador.

Además, debemos contar con el lenguaje corporal, ya que a través de él desvelamos emociones, actitudes, estados de ánimo e identidad social. También debiéramos incidir en los gestos, entendidos como medio de comunicación no verbal. Al nacer, nuestro medio de comunicación es el gesto y a medida que crecemos lo vamos perdiendo. El ritmo, fundamental en la gimnasia rítmica ya que ésta se realiza siempre acompañada de música, es un contenido propio de la expresión corporal y se puede y debe desarrollar, no sólo para el trabajo específico que nos atañe sino para la vida cotidiana.

Crear una historia a partir de determinado acompañamiento musical, e interpretarlo con el cuerpo, y el movimiento, llevando los aparatos como prolongación del propio cuerpo y dándoles un tratamiento tan sutil que parezca que los elementos realizados son sencillos, son la esencia misma de la gimnasia rítmica.

En esta disciplina deportiva se desarrollan todas y cada una de las habilidades motrices básicas, (desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones) casi todas encuadradas dentro de los grupos corporales obligatorios propios del deporte, así como todas las habilidades genéricas, que son un paso más hacia las habilidades específicas y cuyo objetivo es enriquecer el repertorio motriz, (bote, conducción, golpeo), y las habilidades específicas propias de las técnicas de expresión corporal y de la especificidad del propio deporte, éstas se trabajarán a partir del tercer ciclo de primaria. Además, también se desarrollan las capacidades físicas básicas, la flexibilidad fundamentalmente, la fuerza, ya que todas las actividades deportivas requieren ciertos niveles de fuerza, la resistencia y la velocidad.

No podemos olvidarnos de las capacidades perceptivo-motrices como la coordinación y el equilibrio presentes en cada momento de esta disciplina deportiva.

Habilidades motrices básicas

- **Desplazamientos:** Según Sánchez (1986): “Toda progresión de un punto a otro del espacio utilizando como medio el movimiento corporal total o parcial”. En

gimnasia rítmica, además de los desplazamientos básicos como la marcha, la carrera, se realizan desplazamientos más contruidos con ayuda de compañeros o con los aparatos.

- **Salto:** entendemos por salto “el despegue del suelo debido a la extensión violenta de una o ambas piernas”. (Sánchez, 1986). En esta disciplina deportiva los saltos son bastante específicos, según dicta el código de puntuación de la Federación Internacional, la mayoría de ellos con desplazamientos como la zancada, la corza, la gacela, aunque también existen saltos sin desplazamientos como el salto vertical girando.
- **Giros:** Cruz, (2010) citando a Trigueros y Rivera plantea que “toda rotación, con o sin desplazamientos que tenga como centro un eje del cuerpo humano”. En este deporte se realizan giros utilizando todos los ejes posibles, se realizan volteretas (eje transversal), ruedas laterales (eje sagital), giros en el eje longitudinal, sobre una pierna o sobre ambas.
- **Lanzamientos y recepciones:** los lanzamientos son “toda secuencia de movimientos que implique arrojar al espacio un objeto con uno o ambos brazos”, Wickstrom citado por Cruz (2010). Es esta habilidad una de las más espectaculares en la gimnasia rítmica, ya que se realizan lanzamientos con todos los aparatos vistos anteriormente y con diversas partes del cuerpo, es por eso que la definición anterior se queda un poco corta en este deporte. Las recepciones implican recoger el objeto que ha sido lanzado, es decir los aparatos utilizando cualquier parte corporal.

Habilidades Genéricas

- **Bote:** según Romero (2008): “aquella acción mediante la cual el niño impacta la pelota o móvil con su mano, para proyectarlo sobre el suelo y tras su choque elástico, ésta se eleve hacia arriba para volver a recibir en la mano y continuar la acción”. En gimnasia también se realizan botes con otros aparatos como puede ser la cuerda, el aro e incluso las mazas.
- **Conducción:** “capacidad de dirigir y guiar un objeto utilizando el propio cuerpo o un implemento” Cruz (2010) como por ejemplo la progresión utilizada cuando se

enseña un rodamiento por el cuerpo con la pelota, se empieza guiando el aparato con las manos por el camino que ha de recorrer para más adelante realizarlo sin ayuda de manos.

- **Golpeo:** según *Trigueros y Rivera* “encuentro brusco y violento de un cuerpo en movimiento contra otro ya sea estático o en movimiento” citado por Cruz (2010), los golpes se realizan cuando se hacen toques con las mazas.

Habilidades específicas

Como se ha mencionado anteriormente son aquellas propias de la especificidad deportiva. En mazas, los molinos, movimientos asimétricos, con la cinta: las espirales, las serpentinas, con la cuerda las escapadas, los dobles (paso doble de la cuerda durante un solo salto), con el aro: los pasos a través, los rodamientos por el cuerpo igual que con la pelota, y así ocurre con múltiples ejercicios.

Capacidades físicas básicas

Las capacidades físicas básicas son los componentes básicos de la acción motriz, por lo tanto, también son los elementos esenciales de la condición física. En gimnasia se presta especial atención a la flexibilidad, realizando un trabajo específico de mejora de esta capacidad. Podemos decir que la flexibilidad en los niños favorece la contracción muscular aumentando la fuerza y velocidad de contracción permitiendo de este modo contracciones más vigorosas, también facilita la coordinación entre agonistas y antagonistas y previene la aparición de lesiones.

En cuanto a las demás capacidades físicas básicas, se desarrollan de un modo menos específico, y, aunque necesarias se desarrollan de forma armónica con el resto de habilidades. La fuerza es necesaria, al igual que lo es en cualquier otra modalidad deportiva, ésta se va adquiriendo conforme a las exigencias de los ejercicios a realizar. En cuanto a la velocidad, la más trabajada es la velocidad de reacción, es decir la velocidad necesaria para reaccionar ante un estímulo lo más

rápido posible, (lanzamiento y recepción). La resistencia que se debe trabajar es la aeróbica teniendo en cuenta no pasar a la anaeróbica ya que su trabajo no es recomendable a estas edades.

Capacidades perceptivo-motrices

La coordinación y el equilibrio son consideradas capacidades perceptivo-motrices porque son predisposiciones fisiológicas innatas factibles de medida y mejora mediante el aprendizaje y la actividad física.

La coordinación: Según Ruiz (1986) Son capacidades sensomotrices consolidadas del rendimiento de la personalidad, que se aplican conscientemente en la dirección de movimientos componentes de una acción motriz con una finalidad determinada. En este deporte la coordinación se va desarrollando a medida que aumentamos la exigencia, la utilización de aparatos.

- El equilibrio: es la “Constituye la capacidad del organismo para mantener o recuperar la posición del cuerpo durante la ejecución de posiciones estáticas o en movimiento. (García y col., 1996). En gimnasia rítmica se utilizan equilibrios específicos según el reglamento FIG (equilibrios estáticos), pero siempre es necesario ciertos niveles de equilibrio, no solo estático sino también dinámico para poder realizar los giros y para recepcionar los saltos correctamente (equilibrio post-vuelo).

Como se puede observar de lo expuesto anteriormente, la gimnasia rítmica es un deporte complejo siempre que se respeten los tiempos de trabajo y se lleve una progresión adecuada en su enseñanza, y aunque no es habitual incluir este deporte en las sesiones de educación física puede ser viable siempre que se adapte a los escolares, a su edad y a las características individuales de los mismos.

2.2 MATERIAL Y METODOS

2.2.1 *Métodos y procedimientos de la investigación.*

El proceso investigativo se realizó bajo el enfoque dialéctico-materialista como método general de la ciencia, al utilizar métodos, técnicas y procedimientos de investigación que permitieron recopilar, analizar, procesar y valorar la información, entre los que se encuentran:

Del nivel teórico

El análisis y síntesis, se aplicó durante todo el desarrollo del proceso investigativo para la determinación de los fundamentos de la iniciación deportiva en gimnasia rítmica, así como para el análisis de las bases teórico-conceptuales.

El histórico-lógico, su aplicación permitió estudiar el desarrollo histórico lógico de los principales criterios sobre la iniciación deportiva en gimnasia rítmica y el estado real en la provincia de Sancti Spíritus.

Inductivo y deductivo, se aplicó para realizar generalizaciones entre los elementos investigados, derivadas del proceso de inferencias, referidas, fundamentalmente, a la iniciación deportiva de la gimnasia rítmica.

Del nivel empírico.

La revisión de documentos, permitió conocer las indicaciones de trabajo y estrategias relacionadas con la iniciación deportiva, los documentos revisados fueron: Programa Integral de Preparación del Deportista Gimnasia Rítmica (Federación Cubana de Gimnasia Rítmica, 2017) y la Estrategia de gimnasia rítmica para el curso escolar 2018-2019. La revisión se realizó empleando una guía que aparece en el anexo 1.

La encuesta, permitió obtener información general acerca de la fuerza técnica, los horarios de trabajo, así como la matrícula con que se trabaja en la iniciación deportiva. Se aplicó una encuesta estandarizada y directa, ver anexo 2.

La entrevista, con el fin de conocerlas proyecciones y situación de la gimnasia rítmica de iniciación, según los entes decisores del proceso. Anexo 3 guía de entrevista a la metodóloga provincial de gimnasia rítmica en Sancti Spíritus.

La observación científica, Se utilizó la observación externa, no participante, abierta y directa a las instalaciones de gimnasia rítmica, que permitió constatar en la práctica la situación real de cada área deportiva de gimnasia rítmica. Se realizaron un total de 5 observaciones, una por área donde se practica la iniciación deportiva. Ver anexo 4 guía de observación a las instalaciones.

2.2.2 Muestra

Para la realización de este trabajo se tomó como muestra el 100% de las profesoras que trabajan en la iniciación deportiva de gimnasia rítmica en Sancti Spíritus; que corresponde a 5 profesoras, de los 5 municipios donde se desarrolla dicha actividad. Formo parte de nuestra muestra la metodóloga provincial de este deporte.

Tabla 1. Características generales de las profesoras de gimnasia que conforman la muestra utilizada en el estudio.

Municipio donde labora	Años de experiencia	Matricula	Nivel profesional
Jatibonico	2	6	licenciada
Yaguajay	24	8	Máster
Fomento	2	7	Técnico medio
Cabaiguán	-	6	estudiante
Santi Spíritus	-	20	estudiante
Metodóloga	1 año como metodóloga de gimnasia		Licenciada

2.3 Análisis de los resultados

La revisión de documentos oficiales (Programa integral de preparación para el deportista) se pudo constatar que en las indicaciones metodológicas para la etapa de iniciación se hace referencia a diferentes términos como entrenamiento, selección con calidad, preparación a largo plazo, planificación, perfeccionamiento de la preparación física y la técnica, calidad deportiva y competencias los que no se ajustan o no son inherentes a la iniciación deportiva.

Por otra parte, el documento hace referencia a que en la etapa de selección debe ser con calidad y con el rigor establecido, en este sentido consideramos que estas precisiones limitan la inclusión de niñas que en ese momento no cuentan con el soma ideal para la práctica, haciendo este proceso exclusivo y elitista.

El programa desde el primer momento concibe la iniciación como un proceso docente de entrenamiento lo que contradice los principios básicos de la iniciación los cuales plantea que deben ser por programas de enseñanza.

Ven al juego solo como un método que contribuye a la motivación por la práctica que educa el sentido del colectivismo y que pone de manifiesto rasgos de la personalidad en condiciones de alta emotividad olvidando que el juego en la etapa escolar, sirve como herramienta principal en la formación de los niños y adquiere una importancia vital en la Iniciación Deportiva

Plantea que los contenidos deben desarrollarse en una frecuencia semanal mínima de 5 días y en un tiempo mínimo por sesión de entrenamiento practico de 3.30 horas.

Análisis de la estrategia:

Al analizar la estrategia del ciclo olímpico para el presente curso escolar 2018-2019 se pudo constatar que:

- La mayoría de las acciones se orienta hacia el alto rendimiento y muy pocas hacia la iniciación deportiva.
- No se observan acciones que responda a los 9 proyectos que establece la dirección nacional técnico metodológica.

- Se declara como proyecciones estratégicas de trabajo el mejoramiento de la calidad de las practicantes de gimnasia rítmica en la categoría de iniciación y la reserva del deporte partiendo de la figura corporal y el vencimiento de cada etapa de la preparación.

En el documento se declara como objetivo estratégico relacionado con la iniciación lo siguiente:

- Continuar trabajando para elevar el nivel técnico metodológico de las profesoras de la iniciación deportiva.

Las debilidades declaradas en la estrategia están todas dirigidas hacia la iniciación deportiva y se declaran de la siguiente forma:

- No se puede trabajar la categoría 6 años (prescolar) por resolución de educación, lo que impide la selección adecuada de las atletas, trabajando solo con niñas que los padres puedan llevar y estar presentes en las instalaciones deportivas.
- Las exigencias del programa de enseñanza según el PIPD, en las categorías de reserva no se le puede dar cumplimiento en los municipios por no contar con las instalaciones y los instrumentos necesarios, así como el nivel de las entrenadoras para transmitir el alto nivel técnico de estas categorías.
- En el horario docente no se puede trabajar la iniciación deportiva sino después de las 4:20 de la tarde.

Con respecto a las amenazas específica:

- No se cuenta con medios auxiliares básicos, tapiz, cajones suecos, espalderas, aro, cintas, pelotas y equipos de sonido en los municipios.
- La instalación del municipio de Jatibonico no reúne el mínimo de condiciones para el desarrollo de este deporte, para cumplir las exigencias.
- Aún es insuficiente el tiempo destinado para la práctica de este deporte en los municipios.

Resultados de la encuesta:

Datos generales de las profesoras de gimnasia rítmica:

El 80% declara que tiene menos de 2 años de experiencia, y solo una declara que tiene más de 20 años de trabajo en la gimnasia rítmica en la iniciación deportiva.

De las profesoras que trabajan la iniciación deportiva solo 1 que representa el 20% manifestó tener experiencia como practicante de la propia iniciación deportiva y no llevo al alto rendimiento.

En cuanto al nivel profesional de las profesoras; 2 son estudiantes de la carrera de Licenciatura en cultura Física en los Centro Universitario Municipal de sus localidades, 2 licenciada en Cultura Física de ellas 1 Master de Actividad Física Comunitaria, 1 es técnico medio y estudia la carrera de Licenciatura en Cultura Física.

Matrícula:

El 100% afirmó que este curso trabajó con las categorías 7 y 8 años, ningún municipio trabajó con la edad de iniciación en el deporte (6 años).

El 100% manifestó trabajar en los horarios de 4:20 a 6:00 de la tarde con una frecuencia semanal 5 y un tiempo estimado de 90 minutos.

Al referirse a la matrícula 4 profesoras que representan el 80% tienen entre 6 y 7 practicantes, y solo 1 tiene 20 de practicantes sistemáticos.

El 100% declara que no hicieron divulgación a través de ningún medio de difusión ni por las escuelas, ni exhibiciones de otras niñas practicantes.

El 60% se apoyó en el diagnóstico del profesor de educación física de las escuelas donde hicieron las captaciones, el 40% no contó con esa caracterización.

El 60% planteó que conoce la tabla de percentiles, pero al analizar el somatotipo de las evaluadas lo hicieron de manera empírica, el resto (40%) realizó las pruebas solo a aquellas niñas delgadas, altas y que tenían condiciones físicas para la práctica del deporte.

El 100% plantearon diferentes fechas para hacer el proceso de captación no correspondiendo a lo que está establecido en los programas y ninguna coincidió en que es en el mes de enero.

Sobre los documentos que debe poseer:

El 100% reconoce que se debe trabajar por el PIPD y disponen de el en soporte digital y el 100% afirma no conocer todos los elementos que aparecen para las categorías de iniciación y donde más dificultades presentan es en el orden de cómo enseñar y que enseñar.

En cuanto al programa de enseñanza el 100% conoce que lo debe confeccionar y ser una guía indispensable para el proceso de enseñanza aprendizaje, pero reconocen no tener dominio para su realización.

En cuanto a las clases planificadas el 100% usan algunas como guía.

En cuanto a la bibliografía el 100% no tiene libros impresos los cuales le sirvan de guía o de enriquecimiento de conocimientos respecto al tema de iniciación deportiva y de gimnasia rítmica.

El 100% afirma tener materiales digitales dados en reuniones metodológicas como son, el código de puntuación correspondiente al presente ciclo olímpico y el programa integral de preparación del deportista.

El 100% conoce y usa el registro de asistencia.

Superación recibida:

El 80%, 4 profesoras están actualizadas desde el punto de vista del reglamento pues han participado en cursos nacionales. Solo el 40% (2 profesoras) han participado en cursos técnicos metodológicos.

Es válido aclarar que el presente curso nuestra provincia fue sede de un curso técnico metodológico de iniciación deportiva donde solo participaron 2 de las 5 profesoras que trabajan en la iniciación deportiva.

Entrevista a la metodóloga:

Según entrevista realizada a la metodóloga; se pudo conocer que desde el año 2014 no existía personal directivo que se encargara del asesoramiento de la gimnasia rítmica; desde el 2017 existe una metodóloga que a la vez atiende a varios deportes. Esta profesora no es especialista de gimnasia rítmica independientemente de su labor meritoria, no posee experiencia como atleta ni vínculos con nuestro deporte.

En la provincia de Sancti Spíritus de los 8 municipios solo 5 tienen iniciación deportiva en gimnasia rítmica, los cuales están representados con una sola profesora, estos son: Cabaiguán, Jatibonico, Fomento, Yaguajay y Sancti Spíritus para un total de 5 profesoras.

De los 5 municipios solo 3 que representan el 60% se presentaron al festival de habilidades celebrado en el mes de enero de 2019. Los lugares por municipios fueron Yaguajay 1ero, Jatibonico 2do y fomento 3ero. Los municipios de Cabaiguán y Sancti Spíritus no se presentaban a los festivales hacía más de dos años.

Los municipios no reúnen el mínimo de condiciones para el desarrollo adecuado de la gimnasia rítmica de iniciación deportiva.

Existe bajo nivel técnico para enfrentar las categorías de iniciación deportiva.

Consta dificultad en cuanto a la metodología de la enseñanza, la mayoría de las profesoras no saben que enseñar, como enseñar y el orden, las mayores deficiencias se encuentran en la enseñanza de la postura, de los ejercicios coreográficos, además de la técnica corporal, los pasos fundamentales de esas edades y las capacidades tanto físicas como la creatividad motriz.

No se cumple con el vencimiento o la aprobación de pase de nivel de esas categorías.

podemos señalar que los municipios no promueven a la Escuela de iniciación deportiva escolar, la matrícula se complementa con el municipio de Sancti Spíritus

proveniente de la educación física y en la mayoría de los casos los padres no quieren que sus hijos estén becados, por la edad.

Resultado de la guía de observación aplicada:

Se realizó con el objetivo de conocer la situación real de las instalaciones de la provincia donde se practica la iniciación deportiva de gimnasia rítmica.

Se pudo detectar que las mismas no poseen escenarios favorables a pesar que el 80% tienen un local adecuado, solo una de ellas (Sancti Spíritus) presenta las condiciones requeridas, dos alfombras que sirven como tapis, baño, ventilación, iluminación y agua, carece de materiales auxiliares para el desarrollo tanto de la técnica como de la preparación física, solo cuentan con unas espalderas; otros deportes practican lo que tiende a distraer la atención de las niñas, no tienen equipo de sonido indispensable en estas edades para el desarrollo de la creatividad, la educación del ritmo, y los montajes de expresión corporal, el vestuario es comprado por los padres y en cuanto a los instrumentos tienen algunas cuerdas, pelotas y aros.

En el municipio de Yaguajay practican en un aula que acondicionaron, no tiene iluminación, agua para beber, tampoco baños, los medios que tienen están en malas condiciones, tienen un caballo de salto, las espalderas y barra de apoyo fueron confeccionadas y adquiridas por esfuerzos propios de la profesora, no tienen equipo de sonido, los vestuarios son comprados por los padres y en cuanto a los instrumentos tienen algunas cuerdas y pelotas.

El municipio de Cabaiguán tiene un local acondicionado para la práctica de la gimnasia rítmica, es de piso, tiene agua para beber, baño, tiene buena iluminación, en cuanto a los medios tienen una viga de equilibrio, espalderas, no tienen equipo de sonido, el vestuario es comprado por los padres y de los instrumentos, tienen unas mazas de madera.

En el caso del municipio de Fomento tienen un gimnasio con baño, practican en el piso, no tiene buena iluminación, no tiene agua para beber, tienen medios para el

desarrollo de la preparación física, las espalderas están en muy malas condiciones. En cuanto a los instrumentos tienen algunas cuerdas y las pelotas están pinchadas. No tienen equipo de sonido y los vestuarios son comprados por los padres.

El caso más crítico es el municipio de Jatibonico que practican en un pasillo del círculo infantil de esa localidad, al aire libre, no tienen baño, ni agua para beber, no tienen medios para el desarrollo de la preparación física y tampoco para la técnica, no tienen instrumentos de gimnasia rítmica, no tienen equipo de sonido y al igual que los otros municipios el vestuario es comprado por los padres.

CONCLUSIONES

La iniciación deportiva escolar de gimnasia rítmica en Sancti Spíritus se encuentra en un estado desfavorable para su desarrollo ya que:

Los documentos que rigen y norman el trabajo en la iniciación deportiva declaran deficiencias relacionadas con la práctica del deporte en el eslabón de base, sin embargo, no evidencian acciones que se encaminen a resolverlas y permitan la práctica masiva del deporte.

La fuerza técnica con que cuenta esta disciplina deportiva en la provincia es escasa (5 profesoras) y se caracteriza por presentar un bajo nivel profesional (solo 2 profesoras con estudios superiores) y poca experiencia en el deporte.

La matrícula actual de gimnasia rítmica en la iniciación deportiva a nivel provincial es reducida y se establece sobre la base de la selección lo cual no constituye una manifestación de la práctica deportiva de iniciación.

En la provincia Sancti Spíritus a pesar que existe la práctica de gimnasia rítmica en 5 municipios solo cuenta con 4 instalaciones deportivas, las cuales no presentan condiciones idóneas y no tienen los recursos suficientes para desarrollar la gimnasia rítmica en la iniciación.

RECOMENDACIONES

Utilizar los resultados de esta investigación para la conformación de estrategia deportiva de la provincia en el próximo ciclo olímpico.

BIBLIOGRAFÍA

- Alfonso Herrera, A. C. (2013). El proceso de enseñanza-aprendizaje de la gimnasia rítmica en la etapa escolar. *EFDeportes. Lecturas en Educación Física y Deportes. Revista Digital* (180).
- Baratti, A. J. (2015). La Iniciación Deportiva y el Deporte Escolar. *Grupo Plaza de Deportes*, 10. Recuperado el 5 de junio de 2016, de [http:// www.plazadedeportes.com](http://www.plazadedeportes.com)
- Barrios, J. (1995). *Manual para el deporte de iniciación y desarrollo*. La Habana.: Editorial Deportes.
- Becali Garrido, A. E., & Romero Esquivel, R. J. (2014). *Metodología del Entrenamiento Deportivo. La Escuela Cubana*. La Habana: Deportes.
- Blázquez Sánchez, D. (1986). *Iniciación a los deportes de equipo*. Barcelona: Ediciones Martínez Roca.
- Bravet Quesis, J. M., & Ilisastigui Avilés, M. (2007). Propuesta de un sistema de evaluación para los entrenadores de Gimnasia Rítmica en Cuba. *Revista Acción*(5), 31-34.
- Castejón Olivia, F. (2004). *La utilización del modelo integrado de enseñanza en la iniciación deportiva: limitaciones desde la atención y la memoria*. España: Revista Complustense de Educación.
- Colectivo de autores. (2003). *La gimnasia y la educación rítmica*. La Habana: Ed Deportes.
- Colectivo de autores. (s/f). *Gimnasia rítmica deportiva. Selección de textos*. La Habana.
- Comisión Nacional de Gimnasia Rítmica. (2000). Material de apoyo para el ISCF. *Documento Mimeografiado*. La Habana: ISCF Manuel Fajardo.
- Cruz Torres, M. P. (2010). La gimnasia rítmica en la escuela, gimnastas en edad escolar. *EFDeportes. Lecturas en Educación Física y Deportes. Revista Digital*(150).
- Federación Cubana de Gimnasia Rítmica. (2017). *Programa Integral de Preparación para el Deportista. Gimnasia Rítmica*. La Habana: Ed Deportes.
- Federación Internacional de Gimnasia. (2013). *Gimnasia Rítmica manual técnico Nivel I*. Switzerland: Copyright Federation Internationale de .
- Federación Internacional de Gimnasia. (2016). *Código de puntuación 2017 - 2020*. Switzerland: Copyright FIG.

- Feu Molina, S. (2001). *Criterios metodológicos para una iniciación deportiva educativa*. Buenos Aires, Argentina: Revista Digital, Lecturas en Educación Física y Deportes.
- Feu Molina, S. (2002). *Factores a tener en cuenta para una iniciación deportiva educativa: el contexto*. Buenos Aires, Argentina: Revista Digital "Lecturas en Educación Física y Deportes".
- García Estupiñán, Y. (2012). *Manual metodológico para la formación de las entrenadoras de Gimnasia Rítmica en las áreas deportivas municipales*. Matanzas: Informe de investigación en opción al título académico de Máster en Ciencias de la Educación Física, Deporte y Recreación.
- García López, L. M. (2002). *Hacia una clasificación actualizada y unificada de los modelos alternativos de enseñanza en la iniciación deportiva*. España.
- García López, L. M. (s/f). *El enfoque de enseñanza del modelo horizontal estructural en la iniciación deportiva*. España.
- García Manso, J. M. (1996). *Bases teóricas del entrenamiento deportivo. Principios y aplicaciones*. España: Ed Gymnos.
- Giménez Fuentes-Guerra, F. J. (2002). *Iniciación Deportiva*. www.efdeportes.com.
- Giménez Fuentes-Guerra, F. J. (2002). *La enseñanza del deporte durante la fase de iniciación deportiva*. Buenos Aires, Argentina: Revista Digital, "Lecturas en Educación Física y Deportes".
- Gómez Restrepo, J. (2016). *Iniciación deportiva en primera infancia. Estado del arte*. Tesis presentada al título de magister en Educación., Universidad de San Buenaventura, Medellín. Colombia.
- González Villora, S., García López, L. M., & Contreras Jordan, O. R. (2009). El concepto de iniciación deportiva en la actualidad. *Retos. Nuevas tendencias en la educación física y el deporte*(15), 14-20.
- Heinss, M. (1982). *Gimnasia rítmica para niñas*. La Habana: Ed Pueblo y Educación.
- Hernández Moreno J. (2000). *La Iniciación a los deportes desde su estructura y dinámica. Aplicación a la Educación Física Escolar y al Entrenamiento Deportivos*. Zaragoza: INDE. Publicaciones.
- Ilisastigui Avilés, M. (2013). Recomendaciones metodológicas generales para la enseñanza de los elementos de técnica corporal en la Gimnasia Rítmica. *Revista Acción*, 9(18), 32-35.

- Leiva Infante, R. (2007). *Presupuestos teóricos de la iniciación deportiva en el Judo*. Buenos Aires. Argentina: Revista Digital. Lecturas en Educación Física y Deportes.
- Marín Pérez, O. B. (2012). *El método global fragmentado y su utilización en la enseñanza de las técnicas de pierna en el Judo*. Informe de investigación en opción al título de Máster, ISCF Manuel Fajardo, Didáctica del Deporte, Santa Clara.
- Molnar, G., & Brazeiro, M. (2012). Concepto de iniciación deportiva. <http://www.todonatacion.com>.
- Navarro Andreu, Y., & Zequeira Casanova, N. (2014). Niveles de preparación física alcanzados por las Gimnastas de Gimnasia Rítmica. *Revista Acción*, 10(20), 9-12.
- Navarro Sánchez, J. M. (2009). Gimnasia estética de grupo: su aplicación en educación primaria. *Lecturas en Educación Física y Deportes. Revista Digital*, 14(134).
- Noa Cuadro, H. (2016). *El talento deportivo: Selección e iniciación al alto rendimiento*. La Habana: Ed Deportes.
- Orlov, L. P. (1998). *Selección de textos de gimnasia rítmica deportiva*. Material de apoyo.
- Pintor Torres, D. (1989). Objetivos y contenido de la iniciación deportiva. En *Entrenamiento deportivo en la edad escolar. Bases de aplicación*. Malaga: Ed UNISPORT.
- Rodríguez Castellón, J. (2010). *La iniciación deportiva en el contexto escolar: análisis de los modelos de enseñanza*. Buenos Aires, Argentina: Revista Digital. Lecturas en Educación Física y Deportes.
- Romero Frómata, E. (2008). *Compendio Temático Electrónico: El proceso del entrenamiento deportivo. Concepto y Metodología*. La Habana: Registro CENDA:3064.
- Ruiz Aguilera, A. (1985). *Metodología de la enseñanza de la Educación Física Tomo I*. La Habana: Pueblo y Educación.
- Ruiz Aguilera, A. (1986). *Metodología de la enseñanza de la Educación Física Tomo II*. La Habana: Ed Pueblo y Educación.
- Sánchez Boñuelos, F. (1986). *Bases para una didáctica de la educación física y el deporte*. Madrid: Ed Gymnos.
- Sánchez Boñuelos, F. (1986). *Rendimiento deportivo*. Madrid: Ed Gymnos.

- Santos Bouza, A. (1984). La clase de Gimnasia Rítmica deportiva. En A. O´Farrill Hernández, & A. Santos Bouza, *Gimnasia Rítmica Deportiva I* (págs. 194-200). La Habana: Ed Pueblo y Educación.
- Vega Albo, Y. (2006). *La preparación coreográfica en la Gimnasia Rítmica*. La Habana: Comisión Nacional de Gimnasia.

ANEXOS

Anexo 1 Guía para el análisis de documentos oficiales.

Documentos: Programa integral de preparación del deportista de Gimnasia rítmica y Estrategia del ciclo para el curso escolar 2018-2019.

Objetivos: Constatar los objetivos y contenidos precisando las orientaciones metodológicas dirigidas a la iniciación deportiva.

Tareas para la revisión y el análisis del documento.

1. Efectuar una lectura completa del documento, analizando los objetivos y contenidos principales en relación con el propósito final de la iniciación deportiva.
2. Determinar aspectos referidos a la iniciación deportiva en el eslabón de base.
3. Comprobar si existen, o no, orientaciones para el tratamiento de la enseñanza-aprendizaje en la iniciación deportiva. Si existen, precisar sus objetivos, métodos, técnicas y ejercicios a utilizar.

Anexo 2 Guía de la encuesta aplicada a los profesores de la iniciación deportiva de gimnasia rítmica en Sancti Spíritus.

Estimado profesor; el proyecto La iniciación deportiva en Sancti Spíritus realiza una investigación encaminada a conocer los aspectos que inciden en la práctica y desarrollo de la Gimnasia Rítmica en la provincia. En tal sentido le estaríamos muy agradecidos de que respondiera con la mayor sinceridad posible los siguientes ítems.

Datos generales:

Municipio _____ Nivel profesional _____

Categoría _____ horario de clases _____ matrícula real _____

Años de experiencia como entrenador _____

Años de experiencia como atleta _____

Cuestionario:

1) Diga si cuenta usted con los siguientes documentos.

PIPD	Programa de enseñanza
Unidades	Clases
Registro de asistencia	Código de puntuación
Manual técnico de G.R	Libro de Alejandra O´Farril
Otros libros (cuales)	Otros documentos(cuales)

2) Que tipos de cursos ha pasado en los últimos tres años.

Curso técnico metodológico nacional	Curso de regla y arbitraje nacional
Curso técnico metodológico provincial	Curso de regla y arbitraje provincial
Diplomados (cuales)	Otros aspectos que desee declarar de importancia.

3) para conformar su matrícula:

Conto con el diagnóstico del profesor de educación física	Hizo una convocatoria abierta para todas las niñas
Uso la tabla de percentiles establecida Si No	que pruebas realizo: somatotipo Creatividad motriz Capacidad motriz
Comenzó la captación en el mes de	Otros aspectos que desee declarar

4) Explique qué entiende usted por iniciación deportiva.

Anexo 3 Entrevista a la metodóloga provincial de gimnasia rítmica de Sancti Spíritus.

Objetivo: Conocer los aspectos que inciden en la práctica y desarrollo de la iniciación deportiva de gimnasia rítmica en la provincia. En tal sentido le estaríamos muy agradecidos de que respondiera con la mayor sinceridad posible.

- a) Nivel profesional y años de experiencia
- b) Fue usted atleta, de que deporte
- c) Desde que fecha funge como metodóloga de gimnasia rítmica
- d) Cuantos deportes atiende como metodóloga
- e) Que tiempo que lleva atendiendo la gimnasia rítmica.
- f) Cuantos municipios de la provincia trabajan la iniciación deportiva en gimnasia rítmica.
- g) Cuantos profesores tiene como fuerza técnica.
- h) Con que frecuencia se dan preparaciones metodológicas
- i) Se llevan a la práctica dichas preparaciones metodológicas.
- j) Cuantos municipios se presentaron a la Copa Pioneril.
- k)Cuál es la situación real de la matrícula de practicantes.
- l) Qué condiciones presentan las instalaciones en los municipios.
- m) Cuentan con medios para la preparación técnica y física en los municipios.
- n) Como considera usted que es la promoción hacia alto rendimiento de los municipios.
- o) En su opinión cuales son los aspectos que limitan a que los padres permitan que sus hijos ingresen en la EIDE.
- p) Considera usted que se cumple con los contenidos a enseñar en el programa para lograr los pases de niveles de fin de curso.
- q) Están preparadas metodológicamente su fuerza técnica para enfrentar la iniciación deportiva.

Anexo4 Guía de observación:

1. Condiciones del local donde práctica la iniciación.

Piso	Agua potable para beber
Pasillo	Iluminación
Aula	Ventilación
Techado	Tabloncillo
Al aire libre	Tapis
Baño	Otros aspectos de importancia

2. Medios para la práctica en la iniciación.

Barra de apoyo	Aros
Viga de equilibrio	Pelotas
Caballo de salto	Mazas
Cuña	Cintas
Colchones	Banderitas
Espalderas	Bancos
Cuerdas	Otros aspectos de importancia

3. Equipo de sonido para la práctica de las clases de iniciación.

Si	No
Propio	Medio básico
Prestado	Otros aspectos de importancia

4. Uso de vestuario en las prácticas de iniciación.

Adecuado	No adecuado
----------	-------------

Matricula de los municipios según la estrategia

Ciclo	Masivo	Talento	Reserva
2018-2019	90	10	4

Matricula de los municipios actual

S.S	Trd	Cab	Yag	Fomt	Jatb	Tag	Sp	Total
20	-	6	8	7	6	-	-	47

actual

Lugares por municipios en las copas pioneriles provinciales

Año	S.S	Trd	Cab	Yag	Fomt	Jatb	Tag	Sp
2016-2017	n/p	n/p	n/p	1ero	2do	3ero	n/p	n/p
2017-2018	1er	n/p	n/p	2do	4to	3ero	n/p	n/p
2018-2019	n/p	n/p	n/p	1ero	3ero	2do	n/p	n/p

