

LAS ESCUELAS DE INICIACIÓN DEPORTIVA

La experiencia de Barcelona

Josep Rovira Riera
Miguel Ángel Torralba Jordán

Al calor de los cambios producidos durante la transición política española, y amparándose en la demo-

ratización de las instituciones locales y la recuperación de otras como la Generalitat, el deporte escolar pasó a ser el punto de atención de buena parte de los sectores sensibilizados por la renovación pedagógica de la enseñanza y de deportistas y profesionales deseosos de promover formas nuevas de organización deportiva. De ahí parte la confluencia, de procedencia heterogénea, que va desde la Asociación de Padres de Alumnos y Asociaciones de Vecinos hasta profesores de Educación Física y Entidades Deportivas. Unidos en la organización del deporte escolar que rápidamente quedará definido en dos grandes ámbitos: la competición escolar y las escuelas de iniciación deportiva.

Como característica común, la iniciativa, la organización y la dirección del deporte escolar se aleja de la estructura y el horario docente como consecuencia de la inexistencia de profesores de educación física en las plantillas de los centros.

Si bien estos grandes ámbitos tienen frecuentes interconexiones, sería de gran interés valorar conjuntamente su evolución y las normativas legales emanadas de la Dirección General de l'Esport, en el presente artículo nos ceñiremos a las características de las "Ecoles d'Iniciació Esportiva" i más concretamente a la experiencia de la ciudad de Barcelona.

Para comprender su evolución hay que situar a las Escuelas de Iniciación Deportiva EIE en su inicio como un intento de crear un nuevo movimiento de renovación en el deporte, con el objetivo de situar la formación deportiva como un fin en sí mismo y combatir el exceso de especialización y de competición en edades tempranas. Para ello han desarrollado unos valores culturales propios y ahí reside, en gran parte, el éxito y el fracaso de algunas de las iniciativas y centros. Un sector implicado en el deporte escolar tiene en general más buena voluntad que conocimientos y en ocasiones no concibe el aprendizaje deportivo si no es a través de la competición reglada. O lo que viene a ser lo mismo, reproduce el deporte adulto, sus normas y conductas, en el mundo infantil, considerando los niños como hombres pequeños y no como seres en proceso de formación y crecimiento. De esta reflexión podríamos resaltar como criterios para la organización de las EIE los siguientes:

- La no selección de los niños/as.
- La enseñanza deportiva como parte de la forma integral del individuo.
- La formación física de base.
- La iniciación progresiva y polideportiva.

■ Preferencia de la formación de un estilo propio de filosofía deportiva basada en la actividad física continuada y como norma de salud, POR ENCIMA DE LOS RESULTADOS COMPETITIVOS.

- El respeto al desarrollo sicosomático del niño, mediante una pedagogía apropiada en las competiciones escolares y en la formación específica deportiva.

Otro elemento característico de las EIE de Barcelona, y que las diferencia de experiencias similares desarrolladas por Patronatos Municipales sobre todo, es la creación de tejido asociativo.

No es suficiente tener un buen programa y unos buenos profesionales, si no conseguimos conectar con el entorno social. Depende en gran parte el éxito o fracaso de la promoción deportiva, la implicación de los sectores más dinámicos y sensibles de un barrio o un distrito. Una segunda consideración es que la creación de tejido asociativo permite crear salidas deportivas en aquellos casos en que los clubs y asociaciones tradicionales no son capaces de absorber.

El asociacionismo crea además, un marco de convivencia necesario para la formación del individuo, permite canalizar sus esfuerzos y el trabajo voluntario de las personas más motivadas en el tema. Asimismo crea interlocutores delante de la Administración para obtener recursos y colaboración.

(Ver los objetivos generales en el cuadro de la versión catalana)

La iniciación deportiva

Sabemos que la etapa que va desde el nacimiento hasta los 14-16 años es fundamental en los aprendizajes que deciden el desarrollo individual y social de cada hombre, sobre todo en lo concerniente al desarrollo de aptitudes psicomotoras, y a los mecanismos orgánicos-musculares que forman el fundamento de la capacidad física. Es en estos años cuando se forman y desarrollan los estamentos de la salud, capacidad y raciocinio del individuo. Los errores o negligencias educativas cometidas en esta etapa, serán difíciles de recuperar o reparar en el futuro. Así Berelson y Steiner demostraron que los mayores rendimientos en conductas motoras se producían cuando se estimulaban una capacidad precisamente en el momento que esta surgía, producto de la madurez. "No antes, pero tampoco mucho después" decían.

Después de esta etapa, es muy difícil que el adulto, con escaso desarrollo del control corporal y de destrezas motrices tenga tiempo, energía y paciencia o deseos de construir las bases que le fueron denegadas en la infancia. Entendemos por iniciación deporti-

va el proceso de enseñanza-aprendizaje, mediante el cual el individuo adquiere y desarrolla las técnicas básicas del deporte. Se relaciona fundamentalmente con el grado de desarrollo de la coordinación neuromuscular, de las funciones perceptivas y de la maduración psico-social. No implica competencia regular sino actividades jugadas adaptadas a las posibilidades del alumno. Es un proceso instrumentado en función del desarrollo general.

Por lo tanto, la actividad en estas edades debe estar gobernada por los principios siguientes:

1- Elección de los contenidos educativos más idóneos a cada grupo de edad.

2- Definición de la entidad y de la frecuencia de las cargas a distribuir, mirando más que al desarrollo inmediato de las prestaciones personales, a un crecimiento deportivo más gradual y dilatado.

3- La eficacia del proceso educativo mismo se aumenta por cuanto que las cargas de trabajo propias de cada edad satisfacen de por sí la natural necesidad de movimiento, provocando el suficiente cansancio.

4- Con el fin de formar de modo completo las características físicas y psicológicas y estimular el interés y la atención del muchacho, es de fundamental importancia la variedad de los medios adoptados. 5- Valoración de la competición, como ocasión fundamental para acentuar la acción educativa. La competición, sin embargo en el primer grupo de edad, no debe basarse en una sola actividad, sino en un grupo más o menos numeroso.

Por especialización deportiva conceptualizamos el proceso de desarrollo y entrenamiento de las capacidades técnico-tácticas, orgánico-funcionales y neuro-musculares a fin de obtener un rendimiento óptimo o máximo. Implica competencia regular, jerarquías, categorías, reglamentos, etc., en las formas que habitualmente conocemos. Dependiendo del estado del sistema óseo-muscular y cardíaco-circulatorio-respiratorio principalmente. Está en función del desarrollo particular de las capacidades de un deporte dado.

NOTA. La enseñanza del deporte siempre debe ir precedida y/o acompañada de un programa más amplio de educación física de base del cual en realidad es parte, para el desarrollo de la formación motriz general.

Hecha esta diferenciación, proponemos las siguientes edades relativas para la iniciación y especialización en los distintos deportes:

Grupos de 6 a 7 años. Juego

Posibilidades educativas del juego:

- *Desarrollo de las facultades motrices.*
Nivel perceptivo
Nivel ejecución.

- *Desarrollo de las facultades cognoscitivas.*

- *Dimensión social.*

Relación afectiva

Aprendizaje social

Descubrimiento del otro

Dedicación a la actividad física

Unidades semanales de actividad: 2

Contenido:

Ejercicios formativos individuales con carácter de juego (correr, salvar obstáculos, trepar, nadar, etc.). Juegos colectivos (incluidos los relevos).

Juegos pre deportivos con reglamento simplificado.

Acrobática elemental.

Ejercicios de flexibilidad.

Ejercicios para el desarrollo del equilibrio (patinar, andar en bicicleta, esquiar, andar sobre la cuerda, saltos, etc.).

De existir competición será de carácter interno y se elegirá entre las actividades indicadas.

De 7-8 y de 9-10 años.

Preparación básica

Respetando un proceso de metamorfosis continuo, dando paso del juego infantil a la Iniciación Deportiva exploratoria y polivalente, no debiendo excluirse ninguna práctica deportiva (léanse deportes de equipo, individuales, no institucionalizados, etc.), actividades físicas de expresión corporal y recreativa, tales como las de recreo del aire libre (esquí, excursionismo, carreras, etc.).

Es el período más importante del aprendizaje y la experiencia Motriz, apropiada para conocer la mayor cantidad posible de especialidades gimnásticas y deportivas. Se trata de lograr una cultura general que facilite todas las adaptaciones y permita la libre elección de una buena especialización.

Unidades semanales de actividad: de 3 a 4 (incluidos sábados).

Contenido:

La tarea principal en esta etapa, es el desarrollo universal del niño y el fortalecimiento de su salud. Además en esta edad se comienza el aprendizaje de técnicas básicas, así como el despertar en los niños un interés por las horas de actividad física. En esta etapa son preferentes los movimientos naturales como la carrera, juegos deportivos etc. Al final de esta etapa comienzan a acusarse determinadas capacidades deportivas en los niños.

Los principios didácticos de la actividad necesitan el uso regular de ejercicios que son efectuados en forma de competición y de juego.

Atención especial merece la enseñanza de la ejecución técnica de ejercicios (la formación de las ca-

pacidades de movimiento), con lo cual se crean las condiciones previas para el ulterior perfeccionamiento en el movimiento.

Elementos de una Educación Física de Base: Ejercicios formativos individuales con carácter de juego (correr, saltar, salvar obstáculos, trepar, nadar, etc.). Juegos colectivos.

Juegos deportivos con reglamento simplificado (pre deportes). Acrobacia elemental. Ejercicios de flexibilidad.

Ejercicios para el desarrollo del equilibrio (patinar, andar en bicicleta, saltos, etc.). Aire libre.

Las competiciones deportivas se eligen entre las actividades indicadas y se realizan a nivel interno o de barrio (paseos, cross, cross de competición, pre deportes, recorridos mixtos).

De 10-11 y de 12-14 años.

Temprana especialización

Unidades semanales de actividad: de 3 a 5 (incluso los sábados)

Contenido:

La meta principal consiste en una formación atlética universal y en el dominio de las técnicas básicas de las especialidades elegidas.

En esta etapa se crean las condiciones fisiológicas, morfológicas y psíquicas para una formación profunda en la especialización. En esta etapa conexión con la tarea principal de esta etapa, hay que solucionar al mismo tiempo las tareas de la formación cualitativa corporal y formación de las habilidades del movimiento. No obstante, hay que tener en cuenta que una formación especializada demasiado rígida, puede llevar prematuramente a una limitación en el rendimiento en las siguientes etapas.

Adiestramiento técnico especialmente en forma global.

Elementos de una Educación Física de Base y posteriormente una condición física de base.

Juegos deportivos con reglamento efectivo.

Formas más complejas de acrobacia.

Ejercicios de flexibilidad.

Ejercicios más complejos para el desarrollo del equilibrio.

Las actividades de competición serán realizadas a nivel interno, de barrio y Municipal (ligas de Dto.). En dependencia de la clase de deporte, el período desde el comienzo del entrenamiento hasta la participación en competiciones es de un año hasta tres o cuatro años de entrenamiento.

(Ver las técnicas deportivas según grupos de edad en el cuadro de la versión catalana).

Hasta los 12 años se debe desarrollar lo más amplio posible la capacidad de coordinación y solo después comenzar con la técnica deportiva. No para deportes como la gimnasia, patinaje artístico, tenis,

que a los 6-8 años se aprende la técnica.

Si analizamos la realidad del deporte e intentamos desligarlo de todas las implicaciones culturales y sociales, veremos que en sus orígenes, su esencia es el juego, sobre todo si este lo entendemos desde la perspectiva de deporte praxis y no desde el deporte espectáculo y de élite.

El juego es una actividad que genera placer, que como medio educativo desarrolla ciertos aspectos de la personalidad del niño:

- dimensión motriz
- factores perceptivos, factores de ejecución, coordinación motriz...
- dimensión cognoscitiva
- facultad de observación, de análisis, de interpretación de problemas para el juego
- dimensión de relación
- nivel afectivo, descubrimiento del otro, aprendizaje social.

Iniciación a los deportes. Colectivos

A través de tres fases: Una de iniciación, una de desarrollo y otra de perfeccionamiento.

En la primera fase distinguimos:

- Elementos técnicos sin balón (posiciones básicas, desplazamientos saltos).
- Elementos técnicos con balón (toma de conciencia del balón, lanzamientos, recepciones, golpes y conducciones).
- Elementos técnico-tácticos con contrario.

En la segunda fase utilizamos acciones más específicas y complejas de las enunciadas anteriormente.

En la tercera fase:

- Mejora de los elementos técnicos de desplazamientos y saltos.
- Perfeccionamiento de los elementos técnicos con balón y combinaciones complejas.
- Sistemas de juego (ofensivos, defensivos, zona, hombre a hombre, mixto).

Individuales

A través de una actividad espontánea o descubrimiento de la actividad, una elaboración o aproximación a la disciplina con sus características propias y una actividad codificada.

A continuación y a modo de ejemplo, exponemos la representación gráfica de las actividades atléticas de Carrera-Salto-Lanzamiento. Las actividades polideportivas, a las que tienden las finalidades de las Escuelas de Iniciación Deportiva, son un instrumento útil para asegurar en términos racionales las actitudes y las inclinaciones de los alumnos hacia la práctica de un deporte determinado, además de hacer más completo el conjunto de las cualidades y de las habilidades físico motoras. Igualmente las for-

mas muy individualizadas de competición pueden perjudicar los objetivos educativos de las Escuelas; son siempre preferibles las competiciones entre grupos homogéneos de alumnos, es decir, de valor global igual.

Esto no significa que haya que reprimir del todo la expresión natural de algún talento individual; lo importante es abandonar estas formas de divismo o de campeón que, dadas las edades de los alumnos, son siempre contraproducentes y que pueden llevar sucesivas desilusiones y frustraciones.

En nuestra opinión, la iniciación deportiva debe tener una base común polivalente que le ayude a su formación integral. Por ello, recomendamos la iniciación polideportiva como la alternativa más válida en el proceso de iniciación.

Actividades para jóvenes

La ocupación del tiempo libre con el deporte, es uno de los objetivos básicos que pretendemos con las actividades dirigidas a estas edades, buscando un aspecto formativo que favorezca el desarrollo integral del individuo. Igualmente, el acercamiento de los jóvenes a las actividades dirigentes y/o de formación del profesorado, ya que creemos que son un núcleo importante en las tareas de dirección, animadores, y profesorado de muchas de las actividades programadas para ellos u otros grupos.

Los objetivos de la actividad son:

- **a nivel físico:** Realizar actividad de mantenimiento o de desarrollo físico.
- **a nivel psíquico.** Estar motivados por la actividad física, con programas motivantes, que creen un bienestar social.
- **a nivel social:** Relación de grupos y creación, consiguiendo una mayor compenetración entre los jóvenes del Dto.
- **A nivel de enseñanza.** Aprendizaje de las técnicas y medios para utilizar el deporte tanto a un nivel específico, como global.

Su actividad se basará en las siguientes actividades:

- Participación en los cursos de árbitros y monitores para los Juegos Escolares y actividades para jóvenes.
- Creación de grupos específicos de jóvenes, tales como los "centros de orientación", centro de actividades en la naturaleza (esquí, montañismo, alpinismo, salidas campo).
- Participación en las actividades puntuales que se realizan a lo largo de todo el año, tales como carreras populares, actividades con bicicleta, etc.
- Juegos deportivos para jóvenes de Fútbol sala, Baloncesto, Jazz, juegos de interior, atletismo, y otros deportes que surjan.

- Creación de centros específicos para jóvenes, tales como los de Jazz, bádminton, baloncesto.

Actividades paralelas

Actividades para adultos

Simultáneamente a los cursos para escolares, las EID han organizado actividades cuyos destinatarios eran personas adultas, en primer lugar personas relacionadas con las propias entidades que deban su apoyo a las EID y posteriormente han llegado a todo tipo de público. Son actividades cuyo objetivo principal es la ocupación del ocio y un deseo amplio de mantenerse en forma, relacionarse con otros y realizar un aprendizaje específico.

Lo que pretendemos con esta actividad es el ocupar el tiempo libre, divertirse a través del deporte, gusto por el movimiento en sí, por el juego, el ejercicio físico, de la competición, pero dejando todas las otras aspiraciones. Desde el adulto que realiza el juego de petanca, hasta el joven que realiza footing con sus amigos, pasando por el adulto que realiza futbol sala, baloncesto, bádminton, etc. Lo importante para considerarlo es el espíritu de práctica.

Objetivos: Utilitario

A nivel físico: Lograr una condición física, mantenerse.

A nivel psíquico: Motivación de la actividad física. Olvido de la carga que produce el trabajo.

A nivel social: Relación de grupos. A nivel de enseñanza: Aprendizaje específico para la vida diaria (ej.: nadar).

Aprendizaje: Técnica del deporte: populares (fútbol sala, etc.) y no populares.

Otras formas de movimiento: Danza, Jazz, etc.

Recreativo: Gusto por la propia actividad, divertimento.

Otros: Difusión de los objetivos de la EID, necesidad de realizar deporte u otra actividad física, por medio de películas, conferencias, etc.

Charlas, coloquios, audiovisuales
De divulgación e información deportivo-cultural y concienciación de la importancia de estas actividades a los alumnos y personas responsables de la educación de los niños.

Reciclaje continuo del profesorado.

Financiación y relación con las instituciones

En la actualidad prácticamente la totalidad de instituciones públicas están de alguna manera implicadas en el apoyo de las EID como asociación dedicada al deporte escolar, a la promoción deportiva y al desarrollo de campañas deportivas específicas vinculadas con actividades puntuales deportivas, como son las de verano-colonias deportivas dentro de la propia ciudad, etc.

Aún así, el nivel de vinculación de los diferentes organismos públicos es variable y ofrece diferentes grados de colaboración.

Juegos Escolares

Uno de los objetivos de la Escuela de Iniciación Deportiva es el de colaborar en la organización de unos juegos escolares que estén al alcance de todas las escuelas de su Distrito en colaboración con el "Consell de l'Esport Escolar a Barcelona", promoviendo juegos internos, de barrio y de distrito, a nivel de PROMOCION y como medio de INICIACION DEPORTIVA.

Para ello se han de realizar las siguientes actividades:

- Cursos de árbitros.
- Charlas, cursos, etc., para conseguir equipos de animadores para todas las escuelas.
- Cursos de monitores deportivos.
- Conseguir instalaciones.
- Difusión de deportes no institucionalizados o poco populares.
- Facilitar material.

Las competiciones serán:

1. **Actividades internas**, a desarrollar dentro de la propia Escuela o Centro.
2. **Entre escuelas** relacionadas (del barrio, pueblo, de la misma zona, etc.).
3. **Juegos escolares** locales, comarcas, nacionales, estatales, en aquellos deportes que fomentan su desarrollo.