

Programa de promoción, difusión y desarrollo del atletismo en el municipio.

de la Fuente, Damián¹

Resumen

Es un proyecto social, medico-deportivo de 4 años de duración. Se inicia con la promoción, se continúa con la difusión y posteriormente el desarrollo. Permite el desarrollo multilateral de los jóvenes, orientándolos y promoviéndolos al deporte.

Objetivos:

*Ofrecer a los niños y jóvenes una adecuada iniciación al atletismo, teniendo en cuenta su desarrollo según su edad, generando en ellos prácticas deportivas saludables.

Etapas:

1ra: creación de las Escuelas Deportivas Integrales: "todos hacen todo". Se busca la mayor experiencia motriz en el niño.

2da: creación de las Escuelas Deportivas: detección, orientación y promoción al deporte. Se los agrupa por especialidad.

3ra: se solicita la creación del Centro Municipal de Desarrollo Atlético: inicio de la Especialización Deportiva.

Experiencia en el Municipio de Navarro

Comenzó en el 2007. Se evaluaron 900 alumnos en sus capacidades condicionales. Se convocaron 290 productos de esa evaluación.

Se comenzó con 3 estímulos semanales donde todos hacían todo. Se realizaron cross por equipos y pruebas simultáneas por puntos conglomerando un total de 450 chicos por jornada. Al segundo año de trabajo se los agrupó por especialidad. Al día de hoy 10 atletas cumplen su 4to año de trabajo, teniendo todos actividad federativa.

¹ Instituto de Formación Docente y Técnica N° 44, General Las Heras.

Palabras clave

Promoción - Difusión - Desarrollo.

El Programa comienza en la ciudad de Benito Juárez, en el año 94-95. Es un proyecto de orientación Social, Medico-Deportivo de cuatro años de duración, ya que se inicia con la promoción, se continúa con la difusión y posteriormente el desarrollo.

Permite la instalación en el Municipio de un grupo importante de jóvenes que se dedique a la práctica Deportiva, además de poder evaluar un número importante de adolescentes en cada ciudad, por cada año de implementación.

Cumple la misión de la Escuela Deportiva con dirección hacia la detección y orientación de los jóvenes de 12 a 16 años, promoviéndolos al deporte a aquellos que se destaquen sobre el promedio de rendimiento.

Permite un desarrollo multilateral específico y una introducción al desarrollo de las capacidades motoras y de las técnicas de movimientos.

Objetivos:

*Ofrecer a todos los niños y jóvenes de la comunidad un programa que les permita una adecuada iniciación al atletismo.

*Mediante el atletismo, generar actividades que promuevan el desarrollo de otros deportes.

*Promover la práctica deportiva en beneficio de la salud, teniendo en cuenta el desarrollo biológico y las características de las edades.

*Incorporar a niños y jóvenes a actividades que se desarrollan en ámbitos que disminuyen la propensión a conductas generadoras de riesgos.

*Detectar talentos deportivos y proyectarlos progresivamente hacia el deporte de alto nivel.

*Difundir el atletismo por medio de conferencias, charlas, debates, etc., utilizando medios gráficos y audiovisuales.

*Lograr la evaluación de las capacidades condicionales de todos los jóvenes de ambos sexos de 12 a 16 años del municipio.

*Crear la Liga Regional de Atletismo Promocional, como paso previo a la inserción en el Deporte Federado.

*Implementar la Libreta Sanitaria Deportiva Municipal, conjuntamente con la Dirección de Salud.

Etapas:

1ra etapa: Creación de las Escuelas Deportivas Integrales (de 6 a 12 años).

Allí todos los alumnos realizan todas las actividades (velocidad, resistencia, saltos, lanzamientos y otros deportes cuya continuidad es sustentada en el ámbito educativo y municipal, tales como el Atletismo, Handball, Fútbol, Basquetbol, Gimnasia Artística, Natación, etc.).

Se trabaja sobre el desarrollo multilateral del niño, buscando una gran acumulación de experiencias motrices, ligada directamente, a la actividad deportiva y el juego propiamente dicho.

Se utilizan elementos técnicos y se estimulan las capacidades condicionales mediante ejercicios y juegos. En los deportes por equipos los niños rotan por todos los puestos y en el caso del atletismo, se realizan Pruebas Múltiples. Se prevé un frecuencia semanal de de dos a tres prácticas.

2da etapa: creación de las Escuelas Deportivas.

Se procede a la detección, orientación y promoción al deporte a través de un desarrollo multilateral específico. Se los agrupa por especialidad. La frecuencia semanal de encuentros será de tres a cuatro.

3ra etapa: se solicita la creación del Centro Municipal de Desarrollo Atlético, dando inicio a la Especialización Deportiva, permitida ésta por la posibilidad que te brinda el desarrollo de la fuerza a ésta edad y no a edades tempranas.

Se desarrollan las capacidades motoras, se planifica el entrenamiento en búsqueda del máximo rendimiento, se contribuye al perfeccionamiento técnico y a las evaluaciones sistemáticas. Se inserta al deportista a nivel provincial, nacional e internacional.

La frecuencia semanal de encuentro será de cuatro a cinco prácticas.

Experiencia en el Municipio de Navarro

En el Municipio de Navarro el Programa comenzó en el año 2007, por lo que éste es el último año de concreción del mismo. Se realizaron evaluaciones de las capacidades condicionales a 900 alumnos de entre 12 y 16 años, de todas las escuelas del distrito, convocando, en principio, a 290 chicos que surgieron del haber seleccionado a los 10 mejores clasificados de cada prueba, de cada año y de cada sexo.

Es necesario destacar que el proyecto no excluye a ningún niño, puesto que según el biotipo que presente cada uno, se lo podrá incluir en pruebas de velocidad, resistencia o lanzamiento.

Se comenzó con las actividades con tres estímulos semanales, para ese grupo inicial, donde todos los chicos realizaban todos los ejercicios y juegos, con mucha variabilidad y en un marco de alegría y tareas compartidas.

Se hizo hincapié en la tarea de orientación deportiva, en la introducción al desarrollo de las capacidades condicionales y coordinativas, y en las actividades propioceptivas, para el mejoramiento de la articulación del tobillo, planta del pie y dedos.

Se practicaron deportes afines para su desarrollo, como el Fútbol, el Basquetbol y el Handball, como parte de las actividades centradas en el desarrollo multilateral del alumno. Al cabo de la primera etapa del trabajo se comienza con la Secuenciación de Encuentros Atlético.

El primero de ellos es el Cross por equipos y por género, donde los alumnos participaron representando a su establecimiento educativo, formando equipos de 8 a 10 integrantes, sumando puntos tanto para su colegio como para su equipo.

El segundo encuentro fue el Cross por equipos mixtos, donde los alumnos participaron formando equipos de hasta 10 integrantes, representando a su división, unidos varones y mujeres.

Se continuó con el Encuentro de Pruebas Múltiples o combinadas, donde también por equipos debieron realizar cuatro pruebas atléticas con sumatoria de puntos.

En éstos tres encuentros iniciales se totalizaron 1350 alumnos, haciendo un promedio de 450 por jornada.

Al finalizar estas tres jornadas iniciales, se comienza con la participación en Encuentros Regionales de Atletismo Promocional, donde se convoca a un número importante de alumnos y se realizan las inscripciones y posteriores etapas de los Juegos Provinciales, donde se baten tanto los récord de participación como de clasificados en cada una de las tres etapas que comprenden dichos Torneos.

Al finalizar el segundo año de concreción del Programa en el Municipio, se procede a la promoción de aquellos alumnos que por su desempeño, estén capacitados para el inicio de la especialización, el desarrollo de sus capacidades motoras y el desarrollo deportivo específico, paso previo al deporte federado.

Totalizan un número de 10 atletas que al día de hoy están completando su primer ciclo olímpico de preparación, teniendo todas actividades federativas.

El Programa continúa, en su aspecto social, a través de encuentros masivos promocionales escolares internos, ya sean cross y/o pruebas simultáneas.

Se ampliará la propuesta del presente trabajo a través de la presentación de videos ilustrativos.