

Competencia motriz y aprendizaje del voleibol

Experiencias con alumnos del Inem José Félix de Restrepo de Medellín

Iván Darío
Uribe
Pareja* **75**

En torno a la competencia motriz - y a partir de la experiencia de nueve años del autor como profesor de ese deporte- se analiza en estas páginas la influencia de parámetros como el conocimiento procedimental, el conocimiento declarativo y el conocimiento metamotriz en la enseñanza-aprendizaje del voleibol.

La intención básica del presente artículo es compartir algunas de las experiencias de 9 años durante los cuales he tenido la feliz posibilidad de interactuar con estudiantes del Inem José Félix de Restrepo de Medellín, con edades entre los 14 y los 17 años, en procesos de enseñanza-aprendizaje del voleibol.

La experiencia hace parte de un proyecto pedagógico complejo en el que intervienen componentes de una estructura didáctica cuyo propósito fundamental es procurar una formación integral para los alumnos. En este proceso ha sido esencial la planeación, entre cuyos aspectos importantes están: el talento humano como factor prioritario, la enseñabilidad, la aprendibilidad y la evaluación cualitativa.

Para el desarrollo de los procesos se han considerado igualmente como aspectos esenciales principios pedagógicos aplicados a la educación física, principios fisiológicos y la planificación del entrenamiento deportivo adecuada a las características y a las posibilidades de los alumnos del Inem. Consciente de que el proceso de entrenamiento a nivel escolar no se limita a factores biológicos, psicológicos, y de desarrollo físico, técnico y táctico, durante los procesos se han considerado esenciales elementos sociales, afectivos, lúdicos y relativos a los valores. Sin embargo, en este texto concentraré la atención en el aspecto fundamental que ha incidido en el aprendizaje de habilidades deportivas y ha favorecido un excelente desempeño deportivo y competitivo de los alumnos en varios eventos de voleibol: la competencia motriz.

Los procesos de entrenamiento se han desarrollado a partir de los siguientes parámetros: evaluación diagnóstica, establecimiento de los objetivos, conocimiento procedimental, conocimiento declarativo, conocimiento metamotriz.

Evaluación diagnóstica

En ella se han considerado fundamentalmente

* Licenciado en educación física. Especialista en computación para la docencia. Profesor de cátedra en la Universidad de Antioquia.

factores socioeconómicos y los conocimientos y experiencias previos de los alumnos con relación al voleibol.

Variable socioeconómica. Se ha encontrado que la gran mayoría de los alumnos que se inscriben y perseveran en la práctica del voleibol pertenecen a hogares bien constituidos que dan gran importancia a la educación y al deporte. Aproximadamente un 80% pertenece al estrato 3 y 20% al estrato 4: 55 % de los alumnos procede de Guayabal; de Itagüí, 22%; de San Pablo, 8%; de Envigado, 8%, y de otros barrios (Aranjuez, Manrique, Sabaneta, El Poblado, San Diego, Cristo Rey, La América, Belén), 9%.

Conocimientos y experiencias previos de los alumnos con el voleibol. El voleibol goza de gran acogida entre la población estudiantil de la institución y hace parte importante del pénsum de educación física desde el grado VIII. En los grados VI y VII los alumnos reciben clases de gimnasia básica, juegos básicos, danzas y atletismo. Los equipos representativos de la institución históricamente han tenido una destacada actuación a nivel departamental en ambas ramas, especialmente en la masculina. (Se han logrado títulos y subtítulos significativos en eventos de carácter local, departamental y nacional e igualmente se ha hecho presencia en eventos programados por diversas instituciones como la Liga antioqueña de voleibol, Comfama y organizaciones barriales de Manrique). Sin

embargo, los alumnos sólo empiezan entrenamientos sistemáticos a partir de los 14 años (grados VIII y IX). Esto debido fundamentalmente a la dificultad geográfica, ya que la Institución está bastante alejada del lugar de residencia de la mayoría de sus alumnos. (El colegio está ubicado en El Poblado, comuna suroriental de la ciudad de Medellín, y la mayoría de la población habita los barrios de las comunas nororiental y noroccidental). Por estas razones, los estudiantes llegan al equipo con buenos conocimientos sobre el voleibol, pero con una experiencia realmente poco significativa, ya que sólo han practicado en las clases de educación física a partir del grado VIII dos veces por semana y aunque algunos llegan al entrenamiento con alguna fundamentación técnica rudimentaria, con otros hay que partir de la enseñanza básica de cada uno de los fundamentos: desplazamientos, posiciones básicas, voleo, golpe de antebrazos, servicio y recepción, remate y bloqueo.

Establecimiento de los objetivos. Los objetivos son establecidos en la planificación del entrenamiento y generalmente son bastante ambiciosos aunque siempre consideran el grado de compromiso que los alumnos adquieren consigo mismos y con los procesos que se proponen realizar. Así, se presenta la propuesta a los estudiantes y se les plantea una serie de tareas y compromisos que habrán de desarrollar y cumplir para poder lograrla. Una vez establecido el acuerdo, se emprende la empresa

partiendo de metas elementales que progresivamente elevan los niveles de exigencia en los aspectos cognitivos, valorativos y motrices. El hecho de conocer los objetivos con anticipación es de importancia básica, ya que posibilita al alumno tener una referencia permanente de los logros y las deficiencias en los procesos, referencia que podrá ser empleada igualmente para evaluar el nivel de aprendizaje y desarrollo de acciones motrices y fundamentos técnico-tácticos del deporte, lo cual es condición necesaria para la toma de consciencia de la propia acción. Igualmente, esto favorece el establecimiento de mecanismos de control para evaluar los procesos. Estos mecanismos comprenden diversos aspectos, entre ellos: la evaluación de asistencia, compromiso y responsabilidad, la evaluación del progreso en el aprendizaje, y la evaluación de cada sesión, del microciclo y del periodo de entrenamiento.



*Conocimiento procedimental:*¹ conocimiento sobre el desarrollo de la apropiación de movimientos. Durante los procesos se ha considerado prioritario que los alumnos adquieran conocimientos sobre la importancia de la continuidad de sus acciones motrices, y sobre las características de las mismas, y que lleguen a desarrollar representaciones mentales

en su memoria de tal modo que puedan describir dichas acciones en sí mismos y en otras personas. Considero esencial este elemento, dada mi pretensión de involucrar fundamentos de la teoría constructivista del aprendizaje (que cada alumno sea el constructor y protagonista fundamental de su desarrollo) en el aprendizaje del voleibol para procurar de ese modo una individualización en el desarrollo de la competencia motriz que sea controlada por

¹Luis Miguel Ruiz Pérez. *Competencia motriz: elementos para comprender el aprendizaje motor en educación física escolar*. 1995

el alumno, y lógicamente con la ayuda del profesor en los momentos en que su intervención sea oportuna, cosa que requiere un notable talento pedagógico de su parte. Para lograr el desarrollo del conocimiento procedimental por parte del alumno, es necesario brindar una asistencia permanente durante todos los procesos, ofreciendo información teórica adecuada y accesible al alumno sobre las acciones motrices que está practicando y tratando de aprender, información que debe estar relacionada con problemas significativos para él; es decir, información que sea de su interés inmediato y que mediante su aplicación práctica pueda incidir en su comportamiento motriz modificando esquemas anteriores o creando la posibilidad de desarrollar nuevos esquemas de movimiento que favorezcan una expresión motriz más eficaz. La pretensión mínima es lograr el desarrollo de representaciones kinestésicas del movimiento.² Es decir, que el alumno pueda expresar mediante la práctica esa representación mental de la acción motriz. Al respecto, según Luis Miguel Ruiz Pérez, el conocimiento procedimental supone que se está en capacidad de realizar el análisis de las acciones, su comprensión y su posible aplicación. Esto permite inferir que en muchas circunstancias el alumno estará preparado para enfrentar situaciones problemáticas y resolverlas por sí mismo, hecho que se presenta con bastante frecuencia en la práctica del voleibol.

Conocimiento declarativo. Se refiere al conocimiento del contexto de práctica y sus características, al conocimiento de las propias acciones y de su desarrollo (metaconocimiento). Este aspecto tiene gran importancia en el proceso de desarrollo de la competencia motriz, más aun si se considera la edad de los alumnos con los cuales se está planteando la experiencia. Para el desarrollo de este conocimiento es importante que la información verbal esté acompañada de la experiencia motriz. Mediante estas experiencias metacognitivas, el alumno aprende a conocer sus propios procesos perceptivomotrices, va adquiriendo conciencia de que posee ciertas competencias para realizar determinadas tareas motrices, evalúa el esfuerzo y el conocimiento empleado para conseguir un resultado o un logro, y llega a prever que en un momento dado puede lograr las competencias necesarias para actuar. Según Brown, las experiencias metacognitivas pueden ser de cuatro tipos: clasificar, verificar, evaluar y anticipar.³

De acuerdo a la experiencia de aprendizaje con el grupo de voleibol del Inem durante estos años, el proceso para el logro de este conocimiento declarativo está íntimamente ligado a la competencia motriz. A mayor competencia motriz y mayores experiencias

²Kurth Meinel. *Didáctica del movimiento*.

³Ibidem.

previas, más fácilmente se desarrolla el conocimiento declarativo. Es así como se presentan situaciones en las cuales ante un nuevo estímulo hay alumnos que rápidamente manifiestan respuestas eficaces; es decir, realizan los gestos con economía y funcionalidad y además demuestran una buena capacidad de análisis, transfieren el gesto a otras situaciones problemáticas como las acciones de juego, evalúan su comportamiento motriz, y presentan hasta varias alternativas de solución ante una situación problemática determinada. Estos alumnos, tal como lo plantea Brown respecto a las experiencias metacognitivas, demuestran en su comportamiento motriz la capacidad de clasificar, evaluar, verificar y anticipar.

Sin embargo, así como se presentan alumnos con gran competencia para el aprendizaje de habilidades motrices, también se presentan algunos que demuestran lentitud en los

procesos de aprendizaje y, muy a pesar de su perseverancia, requieren repetir gran cantidad de veces los ejercicios en situaciones tanto invariables como variables para lograr como mínimo la estructura básica del gesto motriz. Estos alumnos exigen atención permanente por parte del entrenador, e información continua sobre las condiciones en que se va a realizar la acción. Aunque situaciones globales como el juego favorecen la diversión y la aplicación de las habilidades adquiridas, con ellos hay que recurrir permanentemente a procedimientos analíticos y descriptivos para recordarles la estructura básica del movimiento, hay que diseñar secuencias progresivas (de lo fácil a lo difícil) de ejercicios y realimentarlas prácticamente en la parte inicial de cada sesión o clase, y es necesario también propiciarles una alta frecuencia de prácticas: 4 o 5 sesiones por semana. En pocas palabras, es necesario llevar todo un programa individualizado de

desarrollo motriz para que estos alumnos logren buenas estructuras de movimiento, en las cuales son fundamentales el conocimiento y control del propio cuerpo, la lateralidad, la imagen corporal, el ajuste corporal, la estructuración espacial y temporal, la coordinación dinámica general y el equilibrio. Hay que plantear situaciones que favorezcan el desarrollo de las capacidades perceptivomotrices sin olvidar que están en la edad más propicia para el desarrollo de la capacidad fisicomotriz;



prácticamente hay que realizar una combinación entre los contenidos para el desarrollo motriz de niños de edad escolar y de adolescentes. Estos alumnos manifiestan en su expresión una relativa incompetencia motriz que se aprecia claramente en situaciones de transferencia cuando se ven enfrentados a situaciones en las cuales hay que aplicar todos los elementos supuestamente aprendidos. Esto se comprueba claramente ante las dificultades para desarrollar 1) la atención selectiva concentrarse en situaciones específicas y esenciales de una situación de juego sin perder la visión general de la misma, y 2) la anticipación perceptiva,⁴ capacidad de adelantarse en el tiempo y espacio a la acción motriz, técnica o táctica, que realizará el compañero o el oponente en una situación de juego.

Muchos de estos alumnos, por medio de una práctica perseverante, individualizada y permanente, logran mejorar su competencia motriz en la práctica de juegos de conjunto y específicamente en voleibol, experiencia a la cual me refiero. Sin embargo, he podido comprobar que después de dejar la práctica por algún tiempo su regresión es acelerada y requieren nuevamente grandes esfuerzos para recuperar el nivel de juego, para ser competentes. En algunos casos aislados, estos alumnos logran una buena expresión del movimiento en

actividades deportivas individuales, como la natación. Sin embargo, no me he detenido en el estudio de estas situaciones.

Conocimiento metamotriz. Tanto en los alumnos que manifiestan un buen desarrollo de la competencia motriz como en los que tienen dificultades para su desarrollo en el caso específico del voleibol, he podido comprobar que en la medida en que los alumnos son conscientes de sus propias acciones; es decir, en la medida en que tienen información y conocimiento y están en capacidad de realizar un análisis y transferencia de esta información para aplicarla en la práctica (conocimiento metamotriz), la competencia para realizar una tarea motriz mejora, aunque no siempre de manera inmediata, y no en pocas ocasiones se requiere una práctica frecuente y variada para lograr su mejor desarrollo; esto es, un proceso de interacción permanente entre teoría y práctica en la cual el profesor inicialmente tiene un papel bastante importante en cuanto a la comunicación, pero en el cual el alumno se convierte en el gestor principal de nuevos aprendizajes y acciones motrices a medida que se apropia del conocimiento y automatiza los gestos. Adquiere, así, una relativa independencia en las estructuras de movimiento con respecto al profesor, que intervendrá cautelosamente y sólo en las ocasiones que lo ameriten.

⁴Sánchez Bañuelos, Fernando. *Bases para una didáctica de la educación física y el deporte*. 1986