

## Miniolimpiadas deportivas de participación y desarrollo de valores

Gustavo Adolfo Gamaza Suárez

Profesor de Educación Física

IES Tomás de Iriarte

### Resumen

*La realización de una miniolimpiada de atletismo, con diferentes pruebas de fuerza, velocidad y resistencia adaptadas a los participantes, supone una experiencia educativa motivadora tanto para el docente como para el alumnado. La realización de esta tarea centra el foco de aprendizaje del alumnado en la participación y en el trabajo de valores como el respeto, la tolerancia y el compañerismo. Esto genera una serie de reflexiones sobre el proceso para su preparación y su contextualización curricular, además de propiciar algunas sugerencias de mejora surgidas a partir de su puesta en práctica. La miniolimpiada se engloba dentro de una Unidad Didáctica, dirigida al alumnado de 1º de ESO llamada “Vamos a las Miniolimpiadas”, aunque por su carácter abierto puede ser fácilmente adaptable a otros niveles y contextos diferentes.*

### INTRODUCCIÓN.

Los Juegos Olímpicos restablecidos por Pierre de Coubertin han sido definidos bajo unos principios fundamentales incluidos en la Carta Olímpica, en donde además de establecer el reglamento, los derechos y deberes del Comité Olímpico, Federaciones Internacionales y Comités Nacionales, se establecen los principios y valores que deben reinar durante toda esta competición, los valores olímpicos.

La importancia de trabajar los valores en los centros educativos está equiparada a la de los contenidos propios de cada materia. El desarrollo de los valores nos permite realizarnos como personas, además de responder a la demanda social de contribuir a construir un mundo mejor.

Los valores olímpicos que hemos tomado como punto de partida para la realización de esta tarea han sido el respeto, el compañerismo, el esfuerzo, la participación y la integración. Valores extrapolables a otros ámbitos fuera del deportivo y que contribuyen de forma decisiva a la formación integral de la persona.

El objetivo principal de esta tarea, por encima de las marcas que obtengan los participantes, es que el alumnado identifique y desarrolle estos valores, primando la tolerancia, la cooperación y el respeto a las diferencias individuales.

### **PLANTEAMIENTO DE LA TAREA Y JUSTIFICACIÓN CURRICULAR**

Como ya se ha comentado, esta actividad va dirigida al alumnado de 1º de ESO, aunque las características propias de la tarea hacen que pueda ser fácilmente aplicable a otros niveles e incluso materias. Si hemos comentado que el objetivo es el trabajo en valores, todo el contexto deportivo puede ser intercambiado por otro, por ejemplo, literario o matemático.

En este caso nos hemos decantado por 1º de ESO ya que es un nivel con el que se inicia una nueva etapa y, en muchos casos, un centro nuevo y nuevos compañeros, es decir, una nueva realidad. Además, el alumnado se encuentra en un momento de tránsito de la etapa infantil a la adulta, caracterizado por los altibajos emocionales y socioculturales. Por ello, resulta fundamental poner énfasis en el trabajo en valores como la solidaridad, el respeto, el compañerismo, el esfuerzo, etc., así como contribuir a crear buenos hábitos de práctica de actividad física.

Teniendo en cuenta el currículo oficial vigente, esta tarea favorece el logro del objetivo general de etapa que nos habla de conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de las otras personas, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Además, dentro de los objetivos generales de nuestra materia, esta tarea hace hincapié en aquel que nos habla de participar de forma activa, autónoma, responsable y creativa en diferentes actividades físico-motrices, valorándolas como un recurso adecuado para la ocupación del tiempo libre, respetando las normas y reglas establecidas, evitando

discriminaciones y adoptando una actitud abierta, crítica y responsable ante el fenómeno deportivo desde la perspectiva de participante, espectador y consumidor.

A pesar de que con la realización de esta tarea se van a tocar distintos contenidos presentes en el currículo, el foco de atención estará puesto en aquellos que nos hablan de los valores, como son el respeto a la diversidad de ejecuciones en la práctica de actividades físico-motrices, el tener una actitud de autoexigencia y autoconfianza en la realización de actividades físico-motrices o el de tomar conciencia y aceptación de la propia realidad corporal y de las posibilidades y limitaciones durante la práctica físico-motriz. Otros contenidos implícitos en la misma son las capacidades físicas básicas relacionadas con la salud, el acondicionamiento de las mismas y la estructura y funcionalidad del cuerpo, así como la función del aparato locomotor y del sistema cardiovascular en la actividad física.

En cuanto a los criterios de evaluación indicados en el currículo de Educación Física, el número ocho ha sido el inspirador a la hora de planificar esta tarea. Este criterio nos habla de mostrar una actitud de tolerancia y deportividad en las actividades físico-motrices, aceptando las reglas y normas establecidas y considerando la competición como una forma lúdica de autosuperación personal y del grupo.

La competencia básica principal a la que contribuye esta tarea es la Competencia social y ciudadana, ya que lo que realmente nos interesa es el trabajo de valores por encima del rendimiento deportivo. También estará implicada la Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, ya que nuestro alumnado está conociendo mediante el deporte su propio cuerpo y el medio que le rodea.

### **PREPARACIÓN DE LA TAREA Y PUESTA EN PRÁCTICA**

Esta experiencia educativa se lleva realizando consecutivamente tres años en el mismo instituto, y las tres veces realizadas han sido diferentes, ya sea por el alumnado participante, por los profesores implicados o por la organización de la misma. En cualquier caso, la valoración siempre ha sido muy positiva tanto por parte tanto del alumnado como del profesorado y familias, quedando, por supuesto, muchos detalles y puntos que mejorar, que

en algunos casos van a depender de las condiciones iniciales con que nos encontremos, que en cada curso son diferentes.

Con la unidad didáctica, se pretende que nuestro alumnado aprenda qué son los Juegos Olímpicos, cuáles son las principales pruebas, qué valores promueven y, sobre todo, qué valores son identificables y aplicables en otros ámbitos de la vida. Comenzamos la unidad con un cuestionario inicial sobre los Juegos Olímpicos y la proyección de la película “Quiero ser como Beckham” donde se pide a los alumnos que identifiquen los valores de esfuerzo, amistad y compromiso. Hecho esto, responden a una ficha de preguntas sobre la película, situaciones de la vida cotidiana en la reconozcan estos valores, los valores en el mundo deportivo, etc. Para concluir la sesión realizamos un debate en gran grupo que aporte diferentes puntos de vista.

En las posteriores sesiones nos centramos en la parte práctica con el fin de mostrar y desarrollar las capacidades físicas básicas orientadas a las pruebas de atletismo que vamos a realizar en la tarea final, la Miniolimpiada. El tipo de pruebas que se proponen para esta tarea son tres: de fuerza, como el lanzamiento de peso o el lanzamiento de jabalina; de velocidad, como la carrera de relevos; y de resistencia, como la carrera de 400 metros.

En nuestro caso hemos organizado la tarea en siete disciplinas (salto de longitud, salto de altura, lanzamiento de peso, lanzamiento de jabalina, carrera de 100 metros lisos, carrera de 400 metros lisos y carrera de relevos), aunque puede quedar abierta a otras modalidades que se estimen.

Es importante resaltar que todo este trabajo de las capacidades físicas se va a hacer poniendo el acento pedagógico en el trabajo de los valores como la cooperación, el esfuerzo y el respeto a los demás. Para ello se proponen juegos grupales cooperativos, como “la cogida” en grupos y parejas, carrera de relevos pasándose un balón medicinal, etc.

Al ser la mayoría de las pruebas individuales, en las sesiones de la unidad didáctica, se habilitan rincones de trabajo por grupos. Cada grupo debe autoevaluarse anotando marcas iniciales obtenidas en las pruebas y, además, realiza ejercicios para la progresiva mejora en cada prueba; por ejemplo, en el lanzamiento de peso se pasan un balón medicinal evitando que

caiga; para las carreras de velocidad corren de la mano en parejas, colocándose juntos alumnos más rápidos con otros más lentos, etc.

La tarea final, la Miniolimpiada, la realizamos en las instalaciones del CIAT (Centro Insular de Atletismo de Tenerife), en donde contamos con una pista de atletismo reglamentaria, fosos para los saltos, lanzamientos, materiales, etc. Este tipo de tarea es recomendable realizarla en este tipo de instalación, ya que a la motivación que supone el contexto real, hay que sumar la garantía de poder hacer las pruebas bajo techo si las condiciones climatológicas no acompañan. Asimismo, es fundamental que para asentar los valores descritos en los aprendizajes perseguidos, se programe este tipo de tarea para principio de curso, con el fin de sentar una base sólida que permita la consolidación de estos valores y la adquisición de nuevos.

Para la realización de la miniolimpiada, se cuenta con la colaboración del alumnado de 2º de bachillerato perteneciente a la materia optativa "Acondicionamiento físico", quien se encargará de organizar cada prueba, explicarla, recoger las marcas, ejercer de jueces, etc. Este es un recurso muy interesante, ya que amplía la participación del alumnado del centro, lo motiva y lo prepara en labores de organización, para hablar en público, para la toma de decisiones, etc. En caso de que en el centro no se imparta esta materia, se podrían trasladar las funciones al alumnado de 1º de bachillerato, a profesores o incluso a padres del alumnado participante, con lo que se estimula la participación de otros sectores de la comunidad educativa.

Las pruebas se realizan siguiendo el programa, algunas de forma simultánea y otras por rondas. En el programa es importante tener en cuenta el dejar un intervalo para recargar energías y descansar, espacios fundamentales para la práctica responsable de cualquier actividad deportiva.

En cuanto al material necesario, dependerá de la configuración de las pruebas. Esto no debe preocuparnos, pues el no disponer de algún equipamiento puede suplirse con su total o parcial elaboración por parte del alumnado, integrándose en este caso los currículos de otras materias como Educación Plástica y Visual o Tecnologías, en el diseño de esta tarea. Pero si aun así se persistiera en la no integración del currículo de otras materias, la mini olimpiada puede adaptarse a los recursos con que contemos o que podamos solicitar, siendo importante no

tanto qué pruebas programemos sino los aprendizajes que esperamos que adquiera el alumnado, ya mencionados.

A modo de ejemplo, el curso pasado participaron en esta actividad cuatro grupos de 1º de ESO, lo que supuso un número que ronda los 110 alumnos. Para tratar de darle un carácter coeducativo a la tarea, se realizaron las distintas pruebas con equipos mixtos y heterogéneos en cuanto a su rendimiento, en donde el éxito individual no era premiado sino el logrado por el equipo completo, gracias al esfuerzo de todos sus componentes. Para ello, cada participante conseguía puntos para su equipo en cada prueba en que participaba que, finalmente, eran sumados para obtener la marca final del equipo. Las marcas las sumamos en tres dimensiones: altura (prueba de salto de altura), longitud (pruebas de salto de longitud, lanzamiento de peso, lanzamiento de jabalina) y tiempo (pruebas de carreras).

No vamos a detenernos en otros aspectos organizativos como las autorizaciones para los padres, aviso al AMPA, Cabildo de Tenerife, elaboración de fichas de registro de marcas, etc., pero sí considero pertinente destacar, dadas las experiencias vividas, la importancia de solicitar una ambulancia a la Cruz Roja para ese día. En los tres años en que hemos realizado esta tarea siempre ha habido algún incidente que, aunque de carácter leve en su mayoría, no ha pasado a mayores por la intervención inmediata del personal sanitario que nos ha acompañado.

Otro aspecto a tener en cuenta es la preparación de premios, medallas y diplomas. Dado que lo que queremos valorar es la participación y los aprendizajes que se derivan de esta participación, los diferentes reconocimientos que se entregan están orientados, más que al rendimiento físico, que también, al logro de los valores que se trabajan. Por este motivo, es imprescindible que cada participante reciba su correspondiente reconocimiento.

Aparte de los premios propios del rendimiento en las pruebas, se valora sobremanera a aquellos grupos que destacan por algún valor. Así, tenemos premios “al equipo más solidario”, “al equipo con mejor perder”, “al equipo más participativo”, etc. Estos premios los decide el profesorado que participe en el diseño y puesta en práctica de la tarea. Además, aporta su opinión el alumnado de 2º de bachillerato –o quien se estime si no fuera posible- que participe en el desarrollo de las pruebas.

**EVALUACIÓN DE LA TAREA Y POSIBLES SUGERENCIAS DE MEJORA.**

Es fundamental que el alumnado a quien va dirigida la tarea sepa qué va a valorarse. Por eso, hay que informar de que lo prioritario para la consecución de los objetivos inicialmente establecidos es el trabajo en grupo. Esto es, la colaboración con el resto de compañeros, la disponibilidad para favorecer la integración de todos los miembros del grupo y el interés que se muestre en las tareas propuestas.

Una vez realizada la tarea, la sensación final que se nos ha quedado siempre ha sido muy parecida: una enorme satisfacción al ver que se pueden hacer cosas diferentes y que funcionan, que en mayor o menor medida los alumnos aprenden, experimentan y disfrutan, y que el esfuerzo realizado por todos vale la pena. Al alumnado le quedan grabadas las experiencias de ese día y las recuerda largo tiempo, lo que despierta su motivación a las nuevas propuestas que el docente vaya planteando a lo largo del curso. Pero sin duda, lo más importante es que cualquiera que haya participado, tenga el rol que tenga, detecte aquellos aspectos que han funcionado y proponga mejoras para aquellos en que no se han cumplido las expectativas, tanto desde el punto de vista pedagógico como desde el organizativo y de participación.

Entre las dificultades encontradas en estos tres años destaca la falta de participación de un reducido sector del alumnado, que prefiere quedarse en casa en este tipo de actividades. En estos casos, se ha adoptado la decisión de contactar con las familias explicándoles la actividad, los objetivos y la importancia de que sus hijos y ellos mismos también participen. El implicar a las familias de los alumnos en la tarea puede enriquecerla mucho, además de servir de motivación y apoyo y de ser una excusa perfecta para disfrutar de un día de convivencia entre profesorado, alumnado y familias. Asimismo, podría incluirse en la fase inicial de la tarea el desarrollo de una campaña de difusión, en la que varios equipos integrados por alumnado del nivel para el que se propone la tarea se encargan de estimular la participación de aquellos más reticentes.

Otro problema con el que nos hemos encontrado en algunas ocasiones ha sido el poco tiempo disponible para las actividades programadas. En este tipo de tareas las cosas siempre van

saliendo más lentas de lo que se pensaba, y los horarios programados se tienen que ir cambiando constantemente. Por ello, la solución ha pasado por prever más tiempo del que se necesita en un principio (o ser menos ambicioso con el número de pruebas) y tener preparado un plan b, consistente en la supresión de algunas pruebas, disminuir el número de intentos por participante, etc., para los posibles imprevistos (lesiones, lluvia, atascos, etc.).

Sin lugar a dudas, la clave del éxito de esta tarea está en la adaptación que se pueda hacer de la misma a un contexto determinado, es decir, a las características del alumnado, del centro, del equipo educativo, de los padres y madres, del AMPA, del entorno, de las propias instalaciones deportivas, etc.

La experiencia ha dejado claro que implicar al profesorado de otras materias es muy difícil si no se siente partícipe de la tarea que va a realizar el alumnado, por lo que una buena forma de conseguir esa implicación y complicidad es invitarlo a diseñarla de forma conjunta, donde quepan elementos del currículo específicos de las materias que imparte. Como punto de partida, podría proponerse al claustro desde principio de curso, pudiendo además el jefe de departamento llevar la propuesta a los otros jefes de departamento en una reunión de la Comisión de Coordinación Pedagógica. Un ejemplo de integración podría ser el trabajo desde la materia de Matemáticas con las marcas recogidas (medias, gráficas, suma de tiempos, etc.), o desde Geografía e Historia con el tratamiento del Olimpismo, su origen, características, etc. Tampoco es descabellado plantear desde la materia de Tecnologías la realización de un montaje fotográfico, una vez concluida la mini olimpiada.

A modo de conclusión, puedo afirmar que en mayor o en menor medida, siempre se obtienen buenos resultados cuando se realizan actividades diferentes, en lugares diferentes y con planteamientos diferentes. Ello puede ser debido a que rompemos por completo la rutina pedagógica en la que sin querer muchas veces vamos cayendo los docentes, y que además de variar el camino didáctico hacia los aprendizajes descritos en los criterios de evaluación, con estas experiencias, aportamos a todos los implicados un soplo de aire fresco y motivador en nuestro día a día.

## **BIBLIOGRAFÍA.**

Edita: ©Consejería de Educación, Universidades y Sostenibilidad  
DIRECCIÓN GENERAL DE ORDENACIÓN, INNOVACIÓN Y PROMOCIÓN EDUCATIVA  
CEP Santa Cruz de Tenerife  
Autoría:  
Fecha de edición Junio 2013  
**ISSN: 2174-419X**

---



- Crowther, Robert: *Todo sobre los Juegos Olímpicos*. Ediciones SM (CESMA, S.A.).

- Solar Cubillas, Luis V: *Pierre De Coubertin: La dimensión Pedagógica. Aportación del Movimiento Olímpico a las Pedagogías Corporales*. Gymnos.

- César F. Buitrón, César y Del Riego, Carlos: *Citius, Altius, Fortius. Las olimpiadas y sus mitos. Everest*.

Webs sobre los juegos olímpicos:

- [http://olympicstudies.uab.es/lec/pdf/spa\\_binder.pdf](http://olympicstudies.uab.es/lec/pdf/spa_binder.pdf)
- <http://juegos-olimpicos.com/>
- <http://www.juegoslondres2012.com/>
- <http://olimpismo2007.blogspot.com.es/>
- [http://www.lapetus.uchile.cl/lapetus/archivos/1220290211CFG\\_OLIMPISMO\\_GGG.pdf](http://www.lapetus.uchile.cl/lapetus/archivos/1220290211CFG_OLIMPISMO_GGG.pdf)