

INTRODUCCION

El lanzamiento de jabalina es una prueba del atletismo actual, donde se lanza una jabalina, hecha de metal o fibra de vidrio lo más lejos posible.

Teniendo en cuenta que el lanzamiento de artefactos de diferentes formas y tamaños para cazar animales a distancia para conseguir sustento se remonta a muchos miles de años atrás, y que el hombre desde antiguo siempre ha tenido una tendencia a medirse con los demás hombres para demostrar que es mejor, se puede suponer que la exhibición de este tipo de habilidades, lanzar más lejos o con más puntería, podría tener un origen mucho más lejano de lo que nos muestra la historia escrita. El lanzamiento de jabalina como deporte de competición reglado ya se realizaba en la antigua Grecia, incluida dentro de la prueba de pentatlón, en los Juegos Olímpicos de la antigüedad y en los Juegos Panhelénicos. El pentatlón era la competencia por excelencia de los Juegos Olímpicos; se incorporó en el año 708 a. C. y consistía en las cinco pruebas siguientes:

Estadio (stadion), una carrera de 180 metros a pie

- Lucha
- Salto de longitud
- Lanzamiento de jabalina
- Lanzamiento de disco

La técnica para lanzar la jabalina se supone que era diferente a la actual, puesto que se permitía utilizar tiras de cuero para utilizarlas como propulsor, llamadas amentum en latín, y que, acabadas en dos orificios por los que se introducían dos dedos para enrollarlas en la jabalina, prolongaban la longitud del brazo y al mismo tiempo imprimían a la jabalina un giro que la estabilizaba en el aire.

En el Colegio Fiscal Mixto El Empalme, se practica esta disciplina, la presente tesis nos permitirá evaluar cómo influye el número de alumnos en el aprendizaje de las técnicas de la jabalina en los estudiantes del noveno año de educación básica paralelo “A” del Colegio Fiscal Mixto “El Empalme” del periodo lectivo 2012-2013

Problema de Investigación

¿Cómo influye el número de alumnos en el aprendizaje de las técnicas de la jabalina en los estudiantes del noveno año de educación básica paralelo “A” del Colegio Fiscal Mixto “El Empalme” del periodo lectivo 2012-2013?.

Tema

La influencia del número de alumnos en el aprendizaje de las técnicas de lanzamiento de la jabalina, en los estudiantes del noveno año de educación básica paralelo "A" del Colegio Fiscal Mixto "El Empalme" del periodo lectivo 2012-2013.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Planteamiento del problema

El Colegio Fiscal Mixto “El Empalme” es un centro de formación educativa que brinda un servicio de educación a la comunidad del cantón estando localizado en la vía Quevedo, frente a la ciudadela las Tecas, donde se atiende un promedio de 2000 educandos diariamente, los mismos que al transcurrir el tiempo solicitan una mayor cobertura en el área deportiva, situación que no puede ser atendida por cuanto el Colegio Fiscal Mixto “El Empalme” no cuenta con el personal docente, ni la estructura idonea. Al Colegio Fiscal Mixto “El Empalme” acuden las personas de la zona urbana, rural y urbana marginal contando para ello, con cuatro docentes en el área deportiva.

Análisis crítico

El tratamiento del deporte como contenido educativo en Educación Física ha evolucionado en los últimos años, atrás quedó el aprender un elemento técnico-táctico. En la actualidad, que los alumnos aprendan los deportes no es un fin en sí mismo, sino un medio eficaz de los que dispone el sistema educativo para contribuir a su formación integral, ya que permite incidir tanto en el desarrollo cognitivo, psicomotor como afectivo-social del alumno.

Sin embargo, el tratamiento del deporte como contenido educativo puede asociarse, en ocasiones, a estereotipos negativos heredados del deporte de alto rendimiento, que por su relevancia en el ámbito sociocultural, se extrapolan al ámbito educativo, pero, que bien orientado, supone una herramienta educativa muy eficaz, por ello, Blázquez (1986, citado por Feu, 2007) expone que: “El deporte ni es bueno ni es malo; es el contexto el que determina su carácter”.

Deporte es para nosotros un vehículo fundamental para conseguir los objetivos educativos de una manera más que solvente. Sin embargo, del tratamiento que de éstos se desprenda se derivarán unos logros muy diferentes, siendo precisamente el enfoque de trabajo de los Deportes lo que debemos cuidar escrupulosamente de cara a aprovecharnos de ese enorme potencial educativo y formador.

Prognosis

Los estudiantes demandan que el servicio deportivo sea diferente a lo acostumbrado, es decir, que se realicen nuevos tipos de disciplina deportivas, pero con la ejecución de un Plan de implementación de nuevos servicios alcanzaríamos mayor demanda de educandos.

Delimitación del problema

El presente trabajo de investigación “Cómo influye la incorrecta distribución del profesores, número de alumnos para obtener resultados en el aprendizaje de las técnicas de lanzamiento de la jabalina en los estudiantes del noveno año de educación básica paralelo “A” del Colegio Fiscal Mixto “El Empalme” en el año 2012-2013”, se lo realizará en el cantón El Empalme, Provincia del Guayas, en la vía Quevedo, frente a las ciudadela Las Tecas, donde se buscara solucionar los problemas y las necesidades de los estudiantes del Colegio Fiscal Mixto “El Empalme”.

Objetivos: General y Específico

General

Demostrar cómo influye el número de alumnos en el aprendizaje de las técnicas de la jabalina en los estudiantes del noveno año de educación básica paralelo "A" del Colegio Fiscal Mixto "El Empalme" del periodo lectivo 2012-2013?.

Específico

- ✓ Mostrar métodos estratégicos, los cuales brindarán mayor posibilidad de práctica de las técnicas de lanzamiento de la jabalina a los estudiantes
- ✓ Determinar el número de estudiantes que deben ser educados por el instructor para que el aprendizaje de lanzamiento de la jabalina sea aprovechado
- ✓ Enumerar las técnicas del lanzamiento de la jabalina
- ✓ Demostrar los resultados obtenidos en el aprendizaje de las técnicas del lanzamiento de la jabalina

Justificación

Este trabajo tratará de definir la innovación e implementación de nuevas técnicas y servicios del Colegio Fiscal Mixto “El Empalme” tal como lo requieren los educandos y como lo brindan los colegios de la capital, para de esta manera brindar mayor cobertura en las aéreas deportivas.

En la actualidad el cantón El Empalme cuenta con muchas unidades educativas, todas y cada una de ellas ofrecen escasos servicios que no alcanzan a cubrir las demandas y necesidades de los educandos a nivel deportivo, por esta razón se justifica la elaboración de este proyecto.

Por lo expuesto anteriormente justificamos la realización de este proyecto para que se implementen nuevas técnicas y servicios en el área deportiva del Colegio Fiscal Mixto “El Empalme”.

Limitaciones de la investigación

- ✓ Falta de docentes que conozcan sobre la disciplina del lanzamiento de la jabalina
- ✓ Falta de adecuación de espacio para práctica del deporte

MARCO TEÓRICO

Marco Teórico Conceptual

Introducción

Una jabalina es una lanza diseñada para ser arrojada. Fue utilizada por los cazadores prehistóricos y por los guerreros en combate. En muchas sepulturas de guerreros celtíberos se han hallado jabalinas de hierro y en el tapiz de Bayeux se representa una batalla con jabalinas lanzadas al aire contra el ejército enemigo. Para darles mayor fuerza de impulso y recobrarlas después de haberlas arrojado, se ataban algunas en el medio con una correa al soldado, que se conoce con el nombre de amiento, del latín amentum.

El lanzamiento de jabalina es una destreza deportiva bastante compleja y difícil de dominar, ya que el atleta debe constar de coordinación, fuerza, velocidad y muchas más valencias físicas para su buena ejecución. Esta integra una de las tantas destrezas de la disciplina del atletismo. El objetivo del lanzamiento de jabalina es alcanzar la mayor distancia horizontal posible, y para alcanzar este objetivo se deben tomar en cuenta los factores cinemáticos y la buena ejecución de la técnica.

Esta destreza se divide en tres fases que son:

FASE I “Carrera de impulso”

FASE II “Pasos cruzados”

FASE III “Doble apoyo y descarga de jabalina”

El lanzamiento de jabalina es uno de los eventos de los Juegos Olímpicos con más historia, ya que se incluyó con la idea de reproducir una de las habilidades más apreciadas por las civilizaciones griega y romana, pues la jabalina se utilizaba como instrumento de guerra y de cacería. El lanzamiento de jabalina forma parte del programa olímpico desde 1896.

En el inicio del lanzamiento, los competidores toman la jabalina cerca de su centro de gravedad y debe agarrar la jabalina al nivel de los ojos, corren rápidamente hacia una línea de marca y, al llegar a ella, se giran hacia un lado de su cuerpo, echan hacia atrás la jabalina y preparan el lanzamiento.

Cuando el lanzador comienza los pasos finales la jabalina tiene que mantenerse bien atrás, los hombros deben de mantenerse detrás o sobre la cadera y las piernas deben de ir al frente, provocando que todo el cuerpo se encuentre acomodado hacia atrás. Jeffery P. Gorsky

Entre tanto, para mantener la velocidad durante la carrera mientras se echan hacia atrás para lanzar se realizan lo que se llaman los pasos cruzados, luego se hace la llegada del pie izquierdo con una mínima flexión de rodilla junto con el doble apoyo para contrarrestar la velocidad de la carrera y así transportar esa energía como fuerza para el lanzamiento en sí. El ángulo de lanzamiento está entre los 36° y 38° , para Mirko Sustic 1978 Pg 198 es de 45° , aunque en estudios realizados a los mejores atletas del mundo se

encontraron ángulos de entre 30° a 40°, es uno de los factores mas relevante en la ejecución de la técnica al igual que la velocidad de la jabalina al momento de su lanzamiento y la coordinación de los pasos cruzados, todo esto influye en obtener la mayor distancia. Según Gorsky (1981) “el factor que más afecta la distancia es la velocidad de la jabalina al momento de ser lanzada”.

El ángulo del brazo durante el lanzamiento deberá ser de 45 grados en relación con los hombros esto permitirá una mejor eficiencia muscular y un jalón más largo

En la actualidad se utiliza en competencias atléticas.

Antiguos tipos de jabalina:

- ✓ Arpón: jabalina prehistórica cuya punta se separaba del asta cuando impactaba en la presa. Actualmente el término se refiere a un asta de hierro con punta dentada, usado para capturar grandes peces y ballenas.
- ✓ Chuzo: lanza corta de fuerte moharra que se disparaba con el brazo.
- ✓ Dardo: lanza más ligera que un venablo que desde la Edad del Bronce se empleaba como jabalina.
- ✓ Frámea: jabalina cuya longitud no sobrepasaba la estatura de un hombre.
- ✓ Pilum: lanza usada por los antiguos soldados romanos, cuya punta de hierro se separaba al impactar al enemigo y se le incrustaba parcialmente en el cuerpo.
- ✓ Venablo: lanza corta; era el distintivo de alférez español, en el siglo XVI.

Historia

El lanzamiento de jabalina es uno de los eventos de los Juegos Olímpicos con más historia, ya que se incluyó con la idea de reproducir una de las habilidades más apreciadas por las civilizaciones griega y romana, pues la jabalina se utilizaba como instrumento de guerra y de cacería. Se cree que Hércules fue uno de los primeros lanzadores de jabalina.

GENERALIDADES

La jabalina es un palo alargado que, con la tecnología moderna, se está construyendo de fibra de carbón. La punta puede ser metálica o de goma.

La jabalina que utilizan los competidores varones no debe pesar menos de 800 gramos (0.8 kilos) y tiene entre 2.6 y 2.7 metros de longitud y un diámetro de 25 a 30 cm. en su punto más grueso; La cabeza metálica tiene de 25 a 33 cm. de longitud. La jabalina utilizada por las competidoras de la rama femenil, no debe pesar menos de 600 (0.6 kilos) gramos y tiene una longitud de entre 2.2 a 2.3 metros y un diámetro de 20 a 25 milímetros en su parte más gruesa, la cabeza metálica tiene de 25 a 33 cm. de longitud.

Dos líneas paralelas separadas 4 m. marcan la pista de lanzamiento de jabalina. La línea de lanzamiento tiene 7 cm. de anchura y se encuentra alojada en el suelo tocando los extremos frontales de las líneas de marca de la pista. El centro de este pasillo está entre las líneas de marca de pista. Desde este punto central se extienden dos líneas más allá de la línea de

lanzamiento hasta una distancia de 90 m. Todos los lanzamientos deben caer entre estas dos líneas.

Un lanzamiento es inválido si el competidor toca fuera del área de carrera, si lanza la jabalina fuera del área donde debe caer o si la jabalina no toca primero el suelo con la punta. Todos los lanzamientos deben caer entre estas dos líneas. El juez o árbitro de campo le indicará al lanzador con una bandera blanca cuando él puede realizar su intento. El juez o arbitro de campo indicará con la bandera blanca que el lanzamiento es válido, o nulo con la bandera roja. Cada lanzamiento se mide inmediatamente desde el primer contacto de la jabalina con el suelo hasta el centro del círculo del que forma parte el ángulo; el resultado se da a cada competidor y gana aquel que haya conseguido el lanzamiento más largo.

En el inicio del lanzamiento, los competidores agarran la jabalina cerca de su centro de gravedad y corren rápidamente hacia una línea de marca y, al llegar a ella, se giran hacia un lado de su cuerpo, echan hacia atrás la jabalina y preparan el lanzamiento. Entre tanto, para mantener la velocidad durante la carrera mientras se echan hacia atrás para lanzar, dan un paso lateral rápido. Al llegar a la línea de marca, lanzan la jabalina al aire. El lanzamiento se invalida si cruzan la línea de lanzamiento o la jabalina no cae primero con la punta.

FACTORES DE RENDIMIENTO

Los factores de rendimiento se pueden resumir en tres:

1. EJECUCIÓN TÉCNICA

La ejecución técnica tiene mucho que ver con el rendimiento del tiro. Un lanzamiento bien hecho técnicamente supera a otro lanzamiento solo al diferenciarse en su gesto técnico.

De todo los movimientos del lanzamiento él más importante para el rendimiento, es la correcta coordinación temporal de toda la parte superior del cuerpo.

2. COMPORTAMIENTO DE LA JABALINA EN EL VUELO

El rendimiento en este apartado se representa desde que la jabalina sale de la mano del lanzador hasta que llega al suelo.

Los factores más importantes que pueden influir son:

✓ CARACTERÍSTICAS DE LA JABALINA

La Federación Internacional de Atletismo tiene predeterminadas unas características que son las de las jabalinas que se utilizan en los Juegos Olímpicos. Éstas pueden influir directamente y de forma muy valorada en los lanzamientos.

✓ ÁNGULO DE ATAQUE

Según el ángulo con que se lance la jabalina puede dar lugar a la marca mundial o a un simple tiro de un principiante.

El ángulo por el que suele rondar para el lanzamiento de jabalina es de 36° respecto a la horizontal. Este ángulo lo modifican los atletas según la velocidad del viento y las circunstancias en el momento del lanzamiento.

✓ VELOCIDAD DE LANZAMIENTO:

Para algunos investigadores este factor es el más importante pero solo es uno más entre muchos.

Los factores que reflejan una buena velocidad de lanzamiento son:

- La buena posición de la cadena cinética al comenzar la fase de lanzamiento.
- La secuencia del paso de energía durante la fase de lanzamiento.

3. ALGUNOS CONCEPTOS BÁSICOS RELACIONADOS CON LOS FACTORES

- ✓ Un buen lanzamiento se suele definir como un lanzamiento con elevada velocidad, un lejano apoyo del pie de frenado, el mínimo grado de flexión de la rodilla de la pierna adelantada en la fase final, etc. Generalizando un buen lanzamiento es el que consta de elevada velocidad y una ejecución técnica considerable.

- ✓ El ángulo más óptimo es con el que el lanzador es capaz de lanzar la jabalina a la mayor distancia posible.
- ✓ Disminuyendo el ángulo con el que se lanza la jabalina se ayuda al atleta a aumentar la velocidad de la misma, hasta un cierto punto.
- ✓ Según el tipo de Jabalina se deberá de lanzar de una forma u otra.

MODELO TÉCNICO DEL LANZAMIENTO

El modelo de lanzamiento de jabalina ha ido evolucionando según pasa los años. Las fases de que consta son las siguientes:

FASE DE CARRERA

- ✓ Fase cíclica: La constituye la carrera del impulso inicial
- ✓ Fase acíclica: Parte de la carrera en la que se coloca la jabalina en la posición de lanzamiento. Esta fase se termina cuando el pie derecho toca el suelo.

FASE DE LANZAMIENTO

Va desde el momento anterior hasta que la jabalina abandona la mano del lanzador en la acción final del lanzamiento. Esta fase se divide en dos tiempos:

- ✓ Preparatoria: Hasta el momento del doble apoyo
 - ✓ Final: Desde la preparatoria al momento del abandono de la jabalina.

FASE CÍCLICA

El objetivo más importante de esta parte es conseguir la aceleración inicial del lanzador que suele realizarse a lo largo de 8 a 12 pasos, dependiendo del nivel físico-técnico del atleta. Cada atleta debe conseguir una velocidad de carrera acorde a sus posibilidades físico-técnicas, de forma que sea capaz de mantener el control de sus movimientos a lo largo del lanzamiento y de la fase final.

El lanzador a lo largo de la carrera de impulso debe mantener la jabalina horizontal al suelo, situando la mano por encima de la cabeza, la palma dirigida hacia el interior y el codo del brazo portador separada del tronco. La mirada al frente y la actitud general de una carrera en progresión.

FASE ACÍCLICA

El paso de la fase cíclica a la acíclica se realiza a partir de una referencia de carrera en la que el atleta comienza las actividades técnicas propias.

La fase acíclica es la fase final del lanzamiento. No se producen incrementos de velocidad horizontal del lanzador y el ritmo con el que se realizan los apoyos y los impulsos ayudan a la consecución de una posición de lanzamiento final más favorable.

COLOCACIÓN DE LA JABALINA

- ✓ La mano del lanzador debe situarse a la altura superior a la del hombro correspondiente con la palma de la mano hacia arriba.

- ✓ La jabalina se sitúa de forma que la punta de esta quede a la altura de la cara del atleta.
- ✓ Los hombros en dirección de la línea de lanzamiento.
- ✓ Las líneas de hombros y caderas se deben mantener paralelas.
- ✓ Las piernas realizan unos impulsos de cruce para favorecer la posición de las caderas.

LLEGADA DEL PIE DERECHO AL SUELO

Los pasos técnicos de este momento serían los siguientes:

- ✓ Grado de inclinación del tronco con relación al eje vertical, entre 30 y 36°.
- ✓ Grado de flexión de la rodilla, este paso está en función de la talla del atleta, por lo tanto los valores dependerán de las características físicas del atleta.
- ✓ Se debe formar un ángulo de 90° entre el eje vertical del tronco y la jabalina.
- ✓ Tiene que existir una distancia horizontal entre la proyección vertical de la cadera derecha al suelo y el pie derecho.

ACCIÓN DE LA PIERNA-CADERA DERECHA DESDE EL APOYO DEL PIE DERECHO AL APOYO DEL PIE IZQUIERDO

Las acciones técnicas que deben acompañar a este movimiento son:

- ✓ La línea del hombro debe estar en la posición de la fase anterior, es decir, alineados en dirección al lanzamiento.

- ✓ El brazo portador tiene que estar alineado con los hombros y la mano ligeramente por encima del hombro derecho. La palma de la mano dirigida hacia arriba.
- ✓ La jabalina debe mantenerse en la posición de fases anteriores sin modificar su ángulo de posición

GRADO DE INCLINACIÓN DEL TRONCO

Una buena inclinación del tronco permite al lanzador:

- ✓ Disponer del tiempo necesario para realizar todos los movimientos y fases del lanzamiento.
- ✓ Aumentar la distancia sobre las que se aplicarán las fuerzas sobre la jabalina.
- ✓ Facilitar que se consiga la posición de "arco tenso" en fase de doble apoyo.
- ✓ Proyectar la jabalina en un ángulo bajo en relación con el eje del cuerpo, favoreciendo la creación de fuerzas de mayor intensidad

COORDINACIÓN TEMPORAL EN EL CAMBIO DE VELOCIDAD DE LOS SEGMENTOS CADERA-HOMBRO-CODO-MANO

Durante la fase lanzamiento, la secuencia de movimientos sería la siguiente:

(de un diestro)

- ✓ Rotación de la pierna respecto a la cadera izquierda (rotación interna).
- ✓ Transmisión de la energía al tronco. Se produce una pérdida de energía de la pierna, un frenado del cuerpo por la actuación de los músculos antagonistas aumentando la energía del tronco.

- ✓ Transmisión de la energía al brazo. La pérdida de energía del cuerpo ocasiona una ganancia al brazo, para ello la pierna izquierda debe frenar el movimiento.
- ✓ Intercambio de energía entre brazo y antebrazo.
- ✓ La energía del antebrazo debe transmitirse a la jabalina, se producirá un frenado del antebrazo pasando su energía a la jabalina.

LLEGADA DEL PIE IZQUIERDO AL SUELO

La pierna izquierda, a lo largo de esta última fase realiza una acción de fijación, que permite la acción en cadena de los segmentos corporales, que activan el lanzamiento de jabalina. Para que esto se cumpla, la rodilla debe mantenerse en flexión a lo largo de todo el lanzamiento a la vez que la pierna derecha realiza una acción de asistencia rotando el talón. Esta acción debe producirse antes de que entre en funcionamiento el tronco, hombro y brazo lanzador para provocar el paso de "arco tenso".

Las acciones de referencia en este periodo son:

- ✓ Rotación de la pierna respecto a la cadera izquierda (rotación interna).
- ✓ Transmisión de energía al tronco: Se produce una pérdida de energía de la pierna aumentando así la del tronco.
- ✓ Transmisión de energía al brazo: La pérdida de energía del tronco lleva a cabo la ganancia de la misma en el brazo. Para que esto ocurra se debe fijar y frenar la pierna izquierda.

ACCIÓN DE LOS SEGMENTOS DEL HOMBRO-CODO-MANO

La última fase del lanzamiento necesita poner en juego los segmentos corporales hombro, codo y mano. La acción de la mano se lleva a cabo gracias a la velocidad alcanzada primero por el hombro y luego por el codo.

Las acciones que se producen son las siguientes:

- ✓ Intercambio de energía entre brazo y antebrazo. El antebrazo realiza un movimiento rápido de extensión del codo.
- ✓ La energía del antebrazo se transmite a la jabalina. Se produce un frenado del antebrazo y la consiguiente ganancia de energía de la jabalina que da lugar a la máxima velocidad de despegue.

ANÁLISIS CUALITATIVO

Después de haber estudiado cada una de las fases del lanzamiento de jabalina , y cada variables, podemos darnos cuenta de las fortalezas y debilidades del atleta estudiado.

Cabe destacar que en la FASE I “carrera de impulso” el atleta obtuvo la gran mayoría de los aspectos positivos para una ejecución efectiva y eficaz, manteniendo la jabalina a la altura de la cabeza por encima del hombro, el codo del brazo portador de la jabalina separado del tronco y haciendo una carrera de velocidad acorde a su condición física.

No obstante, en su FASE II “pasos cruzados” se pudo notar que el atleta presento mayor cantidad de errores. El atleta logró realizar el giro del tronco

hacia el brazo de lanzamiento, pero, el brazo no lo extendió completamente hacia atrás y de esta forma la jabalina no pudo quedar paralela al brazo, el brazo de lanzamiento durante esta fase presentó una ligera flexión que fue más pronunciada en la FASE III afectando directamente el resultado del lanzamiento.

En cuanto a los movimientos de las extremidades inferiores los pasos cruzados no fueron de la manera adecuada, el atleta realizó tres pasos cruzados (cuando los autores consultados hablan de 5 a 7 pasos cruzados), en ellos no se observó el desplazamiento lateral con aducción y abducción de caderas (el primer paso y el segundo paso cruzado fueron pasos frontales) , y se produjo un pequeño salto en el último de los pasos cruzados antes de hacer llegar el pié contrario del brazo de lanzamiento al suelo, el cual produjo una pérdida de energía.

En la FASE III “Doble apoyo y descarga de jabalina”, el atleta realizó una buena ejecución a pesar de algunos errores que se pudieron observar. La llegada del pié contrario al brazo ejecutor se realizó de una manera agresiva, ubicando a este en una posición activa y sólida, haciendo posible el paso de la energía de la carrera. Uno de los errores fue dejar el codo del brazo izquierdo por debajo de las costillas. La posición de arco tenso la realizó de una buena manera haciendo las transferencias de energía de manera efectiva y eficaz, pero, uno de los errores principales y que ya antes mencionamos fue la flexión observada aproximadamente de 90° en el brazo portador de la jabalina. Tomando en cuenta lo que dicen los autores, el

ángulo de salida de jabalina observado en la ejecución de la destreza del atleta Edgar Pérez que fue de 43° , esta por encima del ángulo ideal que oscila entre 30° y 40° . Luego de la descarga (lanzamiento) el atleta realizó el recobro logrando el cambio de piernas rápidamente, evitando así el contacto con la línea de foul.

Lanzamiento de jabalina



El lanzamiento de jabalina es una prueba del atletismo actual, donde se lanza una jabalina, hecha de metal o fibra de vidrio

Se lanza desde un pasillo de una anchura de 4 metros, acabado en un arco de 8 metros de radio. El sector de caída estará marcado con dos líneas blancas de 5 cm de anchura de tal modo que si, los bordes internos de las líneas se prolongan, deberían pasar por las dos intersecciones de los bordes interiores del arco y las líneas paralelas que delimitan el pasillo de impulso y que se cruzan en el punto central del círculo, del cual el arco forma parte. El sector tendrá así 29° aproximadamente.

Para realizar cada intento el atleta tiene un minuto. Normalmente cada atleta

realiza tres intentos, y los ocho atletas con mejor marca válida, o todos si son ocho o menos, realizan otros tres intentos en orden inverso a su mejor marca.

La jabalina debe cogerse por la encordadura (al menos la mano del atleta debe tocarla), y lanzarse por encima del hombro o del brazo de lanzar; no se permite lanzarla en rotación ni puede el atleta dar la espalda al sector de caída antes de soltar la jabalina; los estilos no clásicos no están autorizados. Si la jabalina se rompe en el intento o en el aire no se contará como nulo, tampoco si la rotura hace perder el equilibrio al atleta y provoca que toque fuera del arco; en este caso se le permitirá volver a comenzar. En la caída, la punta metálica debe tocar el suelo antes que cualquier otra parte de la jabalina.

Motivos de lanzamiento nulo:

- ✓ Tocar con cualquier parte del cuerpo la línea del arco o fuera de ella
- ✓ Salir por la parte de delante del arco o las líneas de prolongación
- ✓ Salir antes de que se produzca la caída del artefacto
- ✓ Caer el artefacto fuera del sector
- ✓ Caer el artefacto incorrectamente, sin tocar el suelo primero la punta metálica.
- ✓ Retraso en la ejecución

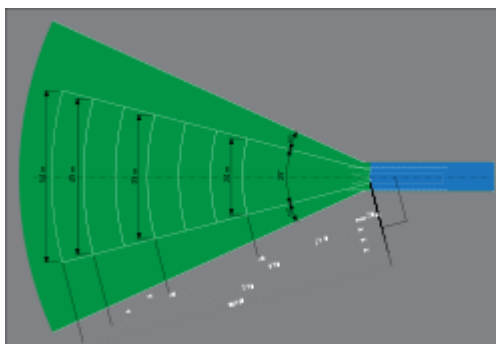
El lanzamiento de jabalina forma parte del programa olímpico desde 1896.

Escenario deportivo



La zona de lanzamiento de jabalina se ubicará dentro de una pista de atletismo, ubicada en el centro de uno de los semicírculos, ubicado de forma paralela a las rectas. Si la longitud del pasillo excede el espacio disponible en el semicírculo, se prolongará a través de la pista, para ello es necesario colocar un sector desmontable.

La zona de lanzamiento de jabalina está compuesta por tres partes:



Pasillo de lanzamientos:

Se encuentra dentro de un área mayor de 9m de ancho y 36.5m de largo. El pasillo tendrá una longitud de 30 a 36,50 m, pero preferiblemente no debe ser de menos de 33,50 m. El ancho del pasillo será de 4 m, conservando 2,5m de distancia a cada lado con respecto al área que lo contiene.

Arco límite:

Está marcado al final del pasillo de lanzamientos, es una línea de 7cm de ancho que conserva una curvatura de 29 grados. Esta línea es la encargada de señalar el área válida de desplazamiento del deportista.

Sector de caída:

Es la sección en la cual caerá la jabalina después de ser lanzada por el atleta. Aunque tiene una extensión ilimitada se recomienda que, a partir del arco límite, sea de 100m, para competencias nacionales e internacionales, y de 80m, para competencias menores. Esta zona es demarcada con arcos de 29 grados cada 10 metros para facilitar la medición por parte de los jueces en competencia.

Jueces

En una competición de lanzamiento de jabalina debe haber cuatro jueces distribuidos de la siguiente manera:

El primer juez se ubica junto al pasillo de lanzamientos. Desde allí podrá verificar que el deportista ejecute correctamente la carrera de aproximación y

el porte de la jabalina. Este juez se encarga de leer la cinta métrica e indicar el resultado obtenido en el lanzamiento. Además porta una banderilla blanca para indicar los lanzamientos válidos y una roja para los nulos.

El segundo juez, estará al lado del arco límite. Esta posición le permite observar si el deportista toca la línea, así valida o invalida el lanzamiento.

El tercer y cuarto juez se ubican en el sector de caída. Desde allí verifican que la jabalina caiga de manera correcta dentro de la zona permitida y la distancia que alcanza el lanzamiento.

Competencia



Para realizar cada intento el atleta tiene un minuto. Normalmente, cada atleta realiza tres intentos y los ocho atletas con mejor marca válida, o todos si son ocho o menos, realizan otros tres intentos en orden inverso a la mejor marca.

La jabalina debe agarrarse por la encordadura, al menos la mano del atleta debe tocarla, y lanzarse por encima del hombro o del brazo de lanzar. No se permite lanzarla en rotación ni puede el atleta dar la espalda al sector de

caída antes de soltar la jabalina; los estilos no clásicos no están autorizados. En la caída, la punta metálica debe tocar el suelo antes que cualquier otra parte de la jabalina.

Motivos de lanzamiento nulo:



Tocar con cualquier parte del cuerpo la línea del arco o fuera de ella.

Salir por el frente del arco o las líneas de prolongación.

Salir antes de que se produzca la caída de la jabalina.

Si la jabalina cae fuera del sector

Si la jabalina cae incorrectamente. La mitad delantera debe tocar primero el suelo.

Retraso en la ejecución.

Uniforme



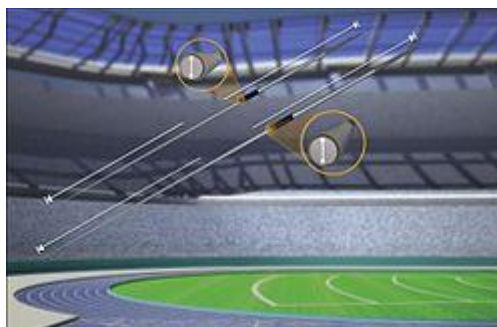
El uniforme de competencia ha tenido variaciones, desde un pantalón corto de tela gabardina, algodón y una camiseta sin mangas; hasta hoy en día, que se utiliza un pantalón corto de tela, que puede ser sintética o un pantalón muy ceñido al cuerpo, desde los tobillos hasta la cintura. En la competencia se le coloca el número del competidos en el pecho y otro en la espalda.



Los zapatos empleados también se denominan botas, pues la mayoría de los modelos llegan a la altura del tobillo, ya que precisamente su función es cuidar esta articulación. Otros modelos son más bajos pero sin llegar a los utilizados por corredores y saltadores. Estos zapatos en la suela llevan unos pinchos o clavos incluyendo el talón que proporcionan al deportista un mayor

apoyo y agarre, generalmente los deportistas utilizan los más largos permitidos buscando optimizar su función.

Construcción



La jabalina se compondrá de 3 partes: cabeza, asta y empuñadura de cuerda. El asta deberá construirse completamente de metal o de otro material homogéneo adecuado y tendrá fija a ella una cabeza metálica terminando en una punta aguda.

La empuñadura deberá cubrir el centro de gravedad que no excederá el diámetro del asta en más de 8 mm. Puede tener una superficie de diseño regular no deslizante, sin correas, muescas ni incisiones de ninguna clase. La empuñadura será de grosor uniforme.

La longitud de la jabalina de competición en la rama masculina es de 260 a 270cm, su diámetro es de 25 a 30mm en la parte más gruesa y tiene un peso máximo de 800gr.

Para la rama femenina la jabalina tiene una longitud de 220 a 230cm y un diámetro entre 20 y 25mm, su peso máximo es de 600gr. En ambos casos la jabalina cuenta con un agarre fabricado con cordel, de unos 15cm de largo, que se encuentra aproximadamente en el centro de gravedad de la jabalina entre los 90 cm y 110 cm. Este centro de gravedad se ha venido acercando a la punta de la jabalina alrededor de 3cm, con ello se logra que la jabalina caiga antes, ya que los avances técnicos y de entrenamiento permitían realizar marcas que excedían el largo de los campos.

Peso (incluyendo la empuñadura)	Hombre	Juveniles Chicos	Mujeres y Chicas
Peso mínimo para ser admitido en competición y aceptación de peso	800g	700g	600g
Información para los fabricantes: Oscilación al proveer el artefacto para competición	min 805g max 825g	min 705g max 725g	min 605g max 625g
Longitud total	min 2,60m max 2,70m	min 2,30m max 2,40m	min 2,20m max 2,30m
Longitud de la cabeza metálica	min 0,25m max 0,30m	min 0,25m max 0,30m	min 0,25m max 0,33m
Distancia desde la punta de la cabeza metálica hasta el centro de gravedad	min 0,90m max 1,06m	min 0,86m max 1,00m	min 0,80m max 0,92m
Diámetro del asta en su parte más gruesa	min 25mm max 30mm	min 23mm max 28mm	min 20mm max 25mm
Anchura de la empuñadura de cuerda	min 150mm max 160mm	min 150mm max 160mm	min 140mm max 150mm

Récords mundiales a partir de la era IAAF

El primer récord mundial reconocido fue mediante el atleta sueco Eric Lemming, quien el 29.09 de 1912 estableció el registro de 62.32 metros. De

todas maneras conviene aclarar que este torneo, el cual tuvo lugar en la ciudad de Estocolmo, todavía se hizo mediante lanzamientos con ambas extremidades superiores, y en la cual Lemming registró 106.47 metros: 62.32 con la extremidad derecha y 44.15 metros con la izquierda. Conviene aclarar que Lemming fue tres veces seguidas campeón olímpico: 1906, 1908 y 1912.



Eric Lemming

Esta marca fue superada recién el 25.08 de 1919 mediante el atleta finlandés Jonni Myyrä con un lanzamiento de 66.62 metros, también en la ciudad sueca de Estocolmo.

El 12.10 de 1924 el primado mundial vuelve a Suecia con su representante Gunnar Lindström, quien lanzó el implemento a 66.62 metros. Dicho torneo tuvo lugar en la ciudad de Eksjö. Este mismo deportista mejoró su registro el año siguiente en la ciudad de Oslo con un lanzamiento de 67.31 metros, pero no fue reconocido debido al viento favorable (¿?). Tres

años más tarde, específicamente el 08.10 de 1927, el finlandés Eino Penttilä, en la ciudad de Vilpuri, marcó 69.88 metros, lo que demostraba que en algún momento se superaría la distancia de los 70 metros.

Los setenta metros

El primer lanzador en cruzar esta barrera fue el atleta sueco Erik Lundqvist. En efecto, el 15.08 de 1928 “clavó” el implemento en la distancia de 71.01 metros. En esta competencia disputada en la ciudad de Estocolmo, tuvo otro lanzamiento de 70.10 metros.

Pero a continuación apareció un atleta de Finlandia, Matti Järvinen, el cual puede considerarse como uno de los mejores lanzadores de todos los tiempos. Superó el récord mundial nada menos que diez veces, e inclusive llegó a ser Campeón Olímpico en Los Ángeles, 1932.

Esta fue su seguidilla de récords:

71.57	Matti Järvinen (FIN)	8 agosto 1930
71.70	Matti Järvinen (FIN)	17 agosto 1930
71.88	Matti Järvinen (FIN)	31 agosto 1930
72.93	Matti Järvinen (FIN)	14 septiembre 1930
74.02	Matti Järvinen (FIN)	27 junio 1932
74.28	Matti Järvinen (FIN)	25 mayo 1933
74.61	Matti Järvinen (FIN)	7 junio 1933
76.10	Matti Järvinen (FIN)	15 agosto 1933
76.66	Matti Järvinen (FIN)	7 septiembre 1934
77.23	Matti Järvinen (FIN)	18 junio 1936



Matti Järvinen. Uno de los más grandes lanzadores de jabalina de todos los tiempos.

Batió diez veces el récord mundial y fue Campeón Olímpico (1932)

Conviene aclarar que en ese entonces la medición de la distancia no se hacía en forma radial como se hace en la actualidad (caso del lanzamiento del disco o bala), lo que estima que su lanzamiento de 77,23 hubiera sido por encima de los 80 metros.

Dos años más tarde Järvinen pierde su récord a manos a manos de otro finlandés, Yrjö Nikkanen, quien arrojó el implemento a 77.87 metros. Esto ocurrió en la ciudad finlandesa de Karhula el 25.08 de 1938. Este mismo atleta, el 16.10 de 1938 se superó a 78.70 metros.

A partir de esa fecha hubo una especie de “parate” debido a la II Guerra Mundial, y la propia Finlandia entró en guerra con la Unión Soviética.

En efecto, el récord de Nikkanen permaneció inamovible hasta el año 1953, el cual fue mejorado superando una verdadera barrera.

La barrera de los ochenta metros

El primer lanzador en superar esta distancia fue un atleta norteamericano, “Bud” Held, el cual logró en la ciudad de Pasadena 80.41 metros. Este acontecimiento tuvo lugar el 08.08 de 1953. El mismo Held superó su propia marca en la ciudad de Modesto el 21.05 de 1955 con una distancia de 81.75 metros.



“Bud” Held, lanzador de jabalina de los Estados Unidos.

Ha sido el primero en cruzar la barrera de los 80 metros

Sin embargo, el 24.05 de 1956, en la ciudad finlandesa de Kuhmoinen, el atleta de dicha nación, Soini Nikkinen, recupera el récord para Finlandia con un tiro de 83.56 metros.

Un mes más tarde, el 30.06, el récord mundial pasa a manos de un atleta polaco, Janus Sidlo, quien lanzó la jabalina a 83.66 metros. Luego, el 26.11 en los Juegos Olímpicos realizados en la ciudad australiana de Melbourne, el atleta noruego Egil Danielsen obtiene 85.71, que pasó también a ser récord olímpico. Este registro permaneció hasta el 05.06 de 1959, cuando en la ciudad norteamericana de Compton, el atleta representativo de dicha nación, Al Cantello arroja la jabalina a 86.04 metros.

Dos años más tarde, el 01.06 de 1961, en la ciudad de Milán, el italiano Carlo Lievore inscribe su nombre como nuevo récord mundial con un lanzamiento de 86.74 metros.

El 01.04 de 1964, el noruego Terje Pedersen mejora el registro del italiano Lievore en la capital de su nación, Oslo, llevándolo a 87.12 metros. Pero aquí ya se estaba soñando con la meta de superar los noventa metros.

La meta de superar los noventa metros

Esto estuvo a cargo de este mismo atleta del báltico, Terje Pedersen, quien el 02.07 de 1964, nuevamente en Oslo, supera la barrera de los noventa metros con un lanzamiento de 91.72 metros. Esto ocurrió en un encuentro atlético entre Noruega y Checoslovaquia.



Terje Pedersen, lanzador de jabalina que fue el primero en superar la barrera de los noventa metros

Ello ocurrió en Oslo el 02.07 de 1964 y con un registro de 91.72 metros

Este registro del atleta nórdico perduró hasta el 23.06 de 1968, cuando el especialista de la URSS Janis Lusia lo supera por pocos centímetros: 91.98 metros. Este torneo tuvo lugar en la ciudad de Saarijärvi, Finlandia. El mismo año dicho atleta soviético logró la medalla de oro en la especialidad en los Juegos Olímpicos disputados en la ciudad de México.

Pero a continuación el registro tope del lanzamiento de la jabalina vuelve a Finlandia mediante su especialista Jorma Kinnunen. Su marca fue de 92.70 metros. Ello ocurrió 18.06 de 1969 en la ciudad finlandesa de Tampere. Tres años más tarde, en la ciudad de Estocolmo, el 06.07 de 1972, Janis Lusia recupera para sí la marca mundial con 93.80 metros. Hay

que destacar que este deportista logró el máximo título en su especialidad en cuatro campeonatos europeos: 1962, 1966, 1969 y 1971.

A continuación el encargado de obtener el récord del mundo fue un atleta de la República Federal Alemana, Klaus Wolfermann, quien en la ciudad industrial de Leverkusen estableció un nuevo registro con 94.08 metros. Esto tuvo lugar el 05.05 de 1973. Se puede aclarar que Wolfermann un año antes, en los Juegos Olímpicos disputados en la ciudad de Munich, obtuvo el máximo título olímpico en la especialidad superando al soviético Janis Lusia por apenas dos centímetros: 90.48 – 90.46 metros (!!).

Se tuvo que esperar hasta el 26.07 de 1976 para superar el registro del atleta teutón. El encargado de ello fue el húngaro Miklós Németh, quien logró 94.58 metros nada menos que en los Juegos Olímpicos disputados en la ciudad de Montreal. Por esta causa dicho registro también fue récord olímpico. Conviene aclarar que este atleta era hijo de Imre Németh, campeón olímpico del lanzamiento del martillo en la ciudad de Londres en el año 1948. Con el paso del tiempo, Miklós Németh se convirtió en fabricante y exportador de jabalinas.



Miklós Németh. Atleta húngaro que fue récord mundial y olímpico del lanzamiento de la jabalina.

Actualmente dirige una empresa que fabrica y exporta de dicho elemento

Este récord mundial es superado cuatro años más tarde, el 22.04 de 1980 por su compatriota Ferenc Paragi, quien superó el registro de Németh llevándolo a 96.72 metros. Esto tuvo lugar en la ciudad húngara de Tata. Desgraciadamente este atleta tuvo que retirarse temprano de la actividad competitiva por reiteradas lesiones en su hombro.

Tres años más tarde, en la ciudad de Los Ángeles, el norteamericano Tom Petranoff lleva el registro a 99.72 metros. Por lo que podemos observar, se estaba al límite de los 100 metros.

Los 100 metros en el lanzamiento de la jabalina

El único atleta que logró este gran objetivo fue el lanzador alemán de la República Democrática Alemana Uwe Hohn quien obtuvo nada menos que 104.80 metros.



Uwe Hohn, el único lanzador que superó los 100 metros en el lanzamiento de la jabalina (104.80 metros). Esto obligó a cambiar la reglamentación de dicha disciplina por razones de seguridad

Semejante lanzamiento de parte de este atleta alemán provocó que se hiciera una modificación en la reglamentación de esta disciplina. Lanzamientos que rondaban los 100 metros ponían en peligro el desarrollo simultáneo de otras especialidades atléticas. Por este motivo se decidió reducir el área de la superficie de este implemento y desplazar su centro de gravedad 4 centímetros hacia adelante. Esto reduciría en cierta medida las distancias con relación a la reglamentación anterior. La misma entró en vigencia el 1 de abril de 1986.

Récords mundiales del lanzamiento de la jabalina con el nuevo implemento

El primer lanzador que se inscribió oficialmente en la lista de los récords mundiales con estas nuevas características fue el atleta alemán Klaus

Tafelmeier con un lanzamiento de 85.74 metros. Ello ocurrió en la ciudad italiana de Como el 21.06 de 1986. Al año siguiente apareció un lanzador representante de la República Checa, que luego daría mucho que hablar: Ján Zelezny. En efecto, en la ciudad de Nitra, el 31.05 de 1987, en un encuentro atlético internacional elevó el récord mundial a 87.66 metros. Luego de muchos años (1912), el récord mundial vuelve a Suecia mediante su representante Patrik Boden, quien en un torneo cuadrangular disputado en la ciudad norteamericana de Austin mejora el registro anterior a 89.10 metros. Esto ocurrió el 24.03 de 1990.

Pero los atletas ingleses no quisieron quedar fuera de este juego. Por esta causa, el 02.07 de 1990, en la ciudad de Estocolmo, el británico Steve Backley establece un nuevo récord mundial con 89.59 metros. Pero aparece nuevamente el checo Ján Zelezny quien supera por algunos centímetros el registro de Backley: 89.59 metros. Esto tuvo lugar en la ciudad de Oslo el 14.07 de 1990. En este torneo el mismo lanzador inglés se clasificó segundo con un tiro de 87.94 metros.

Como se puede apreciar, se estaba nuevamente en el límite de la barrera de los noventa metros.

La barrera de los noventa metros

Esta es superada precisamente por Steve Backley quien en la ciudad de Londres en una “Grand Prix Meeting” establece la primera marca por encima de los noventa metros: 90.98.

Sin embargo, y después de largo tiempo, nuevamente los finlandeses obtienen el récord mundial. Esto estuvo a cargo de Seppo Rätty. El 06.05 de 1991 lanza el nuevo implemento a 91.98 metros. Esto tuvo lugar en la ciudad japonesa de Shizuoka. El mismo Rätty se encargó de superar su marca llevándola nada menos que a 96.96 metros. Dicho desempeño fue en la ciudad finlandesa de Punkalaidum el 02.06 de 1991. Pero, debido a que estos registros fueron realizados mediante el implemento marca “Németh”, hubo que cambiar nuevamente el reglamento. Este tipo de jabalina hecha por el fabricante húngaro tenía una pieza “extra” dentro de esta herramienta deportiva el cual le ayudaba a estabilizar su vuelo. Por dicha causa se estableció un nuevo reglamento en julio de 1992 el cual eliminaba este elemento adicional.

Debido a esto, el récord volvió al checo Ján Zelezny quien la ciudad sudafricana de Pietersburg establece una marca de 95.54 metros. Ello ocurrió el 06.04 de 1993.

Fue el mismo Zelezny que superó su propia marca el 29.08 de 1993 mejorándolo a 95.66 metros en la ciudad inglesa de Sheffield. Ello tuvo lugar

el 29.08 del mismo año. Y finalmente, el 25.05 de 1996, en la ciudad germana de Jena, este lanzador checo culminó su seguidilla de récords mundiales con 98.48 metros. Este registro sigue vigente en los días actuales después de 16 años. El rendimiento de este atleta centro europeo ha sido notable, puesto que ha sido récord olímpico con 90,17 metros, récord de los Campeonatos del Mundo de atletismo con 92,80 metros, medalla de oro en los Juegos Olímpicos de 1992 en Barcelona, medalla de oro en los Juegos Olímpicos de 1996 en Atlanta, medalla de oro en los Juegos Olímpicos de 2000 en Sydney, medalla de plata en los Juegos Olímpicos de 1988 en Seúl , y tres veces campeón del mundo en los años 1993, 1995 y 2001.



Ján Zelezny, lanzador de jabalina de la República Checa, actual récord mundial de la especialidad con 98.48 metros

Se podría considerar quizás a Zelezny y al finlandés Matti Järvinen como los máximos exponentes de la disciplina del lanzamiento de la jabalina y teniendo en cuenta en cómo fueron superando sus propios registros, el atleta checo en la década de los años noventa del siglo pasado, y el finlandés en los años treinta.



Ján Zelezny, quien con el finlandés Matti Järvinen han sido los más distinguidos

representantes del lanzamiento de la jabalina de todos los tiempos

Los mejores registros del lanzamiento de la jabalina de todos los tiempos y con la última reglamentación

Resultado	Atleta	País	Lugar	Fecha
98.48	Jan Železný	República Checa	Jena	25-05-1996
93.09	Aki Parviainen	Finlandia	Kuortane	26-06-1999
92.61	Sergey Makarov	Rusia	Sheffield	30-06-2002
92.60	Raymond Hecht	Alemania	Oslo	21-06-1995
91.69	Konstadínós Gatsioudis	Grecia	Kuortane	24-06-2000
91.59	Andreas Thorkildsen	Noruega	Oslo	02-06-2006
91.53	Tero Pitkämäki	Finlandia	Kuortane	26-06-2005
91.46	Steve Backley	Reino Unido	Auckland	25-01-1992
91.29	Breaux Greer	Estados Unidos	Indianápolis	21-06-2007
90.73	Vadims Vasilvks	Lituania	Tallin	22-07-2007

El lanzamiento de jabalina, un deporte popular en los Juegos Olímpicos, consiste en arrojar una lanza con punta de metal tan lejos como sea posible. No es difícil hacerlo, pero lleva tiempo y un aprendizaje de la técnica correcta si quieres hacer un “gran” lanzamiento de jabalina. Ten en cuenta que las siguientes instrucciones están pensadas para un lanzador diestro, pero puedes invertir derecha e izquierda si eres zurdo.

1. Prepárate para el "Despegue y Acarreo." En esta fase, debes relajar los músculos de tu muñeca, brazo y hombro derechos, además de tomar la postura correcta para iniciar una carrera con velocidad.

Comienza con la rodilla derecha flexionada ligeramente hacia adelante, y ese mismo pie un poco adelantado.

Levanta la jabalina por encima de tus hombros o cabeza.

Flexiona tu codo derecho hacia adelante.

Gira tu palma derecha apuntando hacia el cielo, para crear una plataforma natural en la que la jabalina pueda apoyarse.

Ahora coloca la punta de la jabalina hacia la dirección en que correrás, dejándola caer sólo un poco (unos 15° de inclinación).

2. Emprende la "Carrera de Impulso." Cuando hayas practicado un tiempo el lanzamiento de jabalina, tu carrera de impulso podría tomar hasta 13 o 17 pasos. La distancia para tomar impulso es menor para lanzadores poco experimentados.

Manten tus caderas levantadas y corre sobre tus metatarsos (las "palmas" de los pies, justo antes de los dedos).

Deja que tu brazo libre se balancee más hacia adelante y atrás de la línea de tu cuerpo.

Flexiona el brazo en que cargas la jabalina para fijar con firmeza su posición.

3. Ejecuta el "Desprendimiento." Es buena idea poner una marca en el piso que señale el punto para iniciar este movimiento, empezando con el pie derecho y dando un par de zancadas más antes de desprenderte de la jabalina.

Cuando llegues a la marca, acelera tu cuerpo y desplaza la jabalina junto con tu hombro derecho hacia atrás; intenta relajar el brazo para que se estire hacia atrás todo lo posible y tu hombro rote completamente: esto dará fuerza al lanzamiento cuando se produzca.

Mantén tu cara mirando hacia el frente, en la dirección en la que lanzarás.

Mantén tus caderas perpendiculares a la dirección en que corres (no las inclines o tuerzas).

Desplaza tu pierna derecha un poco más arriba y adelante de lo normal, para equilibrar el peso y permitir que las caderas se mantengan alineadas.

4. Haz la "Transición." También se le conoce como el punto de "cruce". En este momento es cuando alcanzas la inclinación hacia atrás característica del movimiento de lanzamiento, adelantando tu pie derecho adelante de tu centro de gravedad.

Mantén el pie derecho cercano al piso.

Permite que tu talón izquierdo toque el suelo.

Cuando el pie derecho se adelante, levanta tu pie izquierdo del piso e inclina tu torso hacia atrás formando un ángulo de 115° . Esta fase termina cuando el pie derecho está sobre el suelo y la pierna izquierda está levantada y proyectada hacia adelante.

5. Da la "Zancada de Pre-lanzamiento". Mueve la pierna izquierda hacia adelante y alinea hombros y caderas con la dirección de lanzamiento.

Espera a que el pie izquierdo toque el suelo.

Endereza tu torso.

Dirige tu cara hacia la dirección del lanzamiento. La jabalina y tus hombros deberían estar en paralela.

Coloca la mano que realizará el lanzamiento por encima de tus hombros.

6. Ejecuta el "Lanzamiento." En cuanto tu pie izquierdo toque el piso, tu costa izquierdo también deberá estar listo para soportar el peso de la pierna derecha que se elevará y se adelantará hasta colocar la cadera en un ángulo recto con la jabalina.

Después del impulso de la cadera derecha, estira hacia atrás el brazo izquierdo y mantenlo paralelo con el hombro derecho para permitir que las caderas continúen alineadas con el movimiento hacia el frente de tu pecho; mientras esto sucede continúa con el desplazamiento de tu codo derecho para el lanzamiento

Adelanta el hombro que está lanzando más allá de tu pierna izquierda; tu mano debería acompañar el movimiento hasta el final (en conjunto, hombro, codo y mano deberían efectuar un movimiento semejante al de un látigo estallando en el aire, aunque le des fuerza a cada sección por separado). Una fotografía en cámara lenta sería la única manera de observar este efecto instantáneo casi imperceptible.

Levanta la pierna izquierda y haz el movimiento final con el brazo que lanza; el codo debería estar tan alto y cercano al eje transversal de tu cuerpo como sea posible al plano sagital (medial) de tu cuerpo. El ángulo para liberar la jabalina debe permitir un despegue e impulso aerodinámico; los expertos recomiendan un ángulo de 33° .

7. Pasa a la "Recuperación." El pie izquierdo está en el piso. La pierna derecha lo rebasa y luego te detiene. Qué tan rápido te detienes dependerá del impulso tomado durante la carrera; usualmente será después de unos 2 metros.

Marco Teórico Institucional

El Colegio Fiscal Mixto El Empalme, fue creado el 12 de septiembre de 1973, e inscrito en el Registro oficial el 8 de octubre de 1973, siendo en esa época Presidente de la República el Gral. Guillermo Rodríguez Lara, iniciándose con una partida presupuestaria de ciento cincuenta mil sucres, 5 cargos de profesores y 150 alumnos, ubicados en tres paralelos, funcionando en el antiguo local de Nuestra Señora de Fátima, Hoy Centro Educativo El Carmelo desde el mes de mayo de 1973. Actualmente el Colegio Fiscal Mixto El Empalme funciona en sus secciones diurna y nocturna y presenta alternativas concretas a la solución de la problemática educativa de la educación técnica acogiendo al PRETEC con sus mayas curriculares y las especialidades técnicas acorde a las necesidades.

El Colegio Fiscal Mixto El Empalme tiene como visión proyectarse como colegio piloto en la formación de bachilleres en ciencia y técnico en el campo laboral-profesional, pedagógicamente capaces de enfrentar los retos y exigencias del mundo actual, se ha propuesto la formación axiológica para beneficio de la colectividad y su entorno a través de la preparación científica se mejoraría las actividades comerciales productivas y así se mejoraría la calidad de vida logrando una sociedad justa, humanista, libre y democrática

Actualmente el Colegio Fiscal Mixto El Empalme atiende a más de 2000 estudiantes diariamente, los mismos que al transcurrir el tiempo solicitan una mayor cobertura en el área deportiva.

Antecedentes Investigativos

Se puede pensar que el lanzamiento de jabalina en su forma actual es una aplicación de la técnica que empleaban los soldados de cualquier procedencia en el manejo de esta arma. En 1956 el reglamento atlético fijo unos límites espaciales, técnicos y gestuales definidos.

Los primeros atletas practicaron un lanzamiento que tenía que aliarse la precisión y la fuerza (distancia). La distancia se fue favoreciendo. También hubo un tiempo donde se sumaban las distancias logradas con el brazo izquierdo y el derecho. En la primera guerra mundial, solo se tuvo en cuenta el mejor lanzamiento. Los resultados no paraban de mejorar, pasando por los 60 m en 1908, a los 70 m en 1930. En 1953 el americano Held supero la barrera de los 80 metros. 1964, el noruego Pedersen lanza la jabalina a los 87,12 m, y luego a 91,72 metros. En el 72 se bate este record y colocan la jabalina en 93,80 metros. En 1985 ciertos parámetros relativos a la construcción a la jabalina son modificados con el fin de parar esta evolución

Fundamentos Teórico-Científica

El lanzamiento de jabalina desde la óptica del movimiento se ubica en los ejercicios acíclicos, pues sus ciclos técnicos no se repiten, la ejecución de esta disciplina se realiza en el marco de la actividad anaeróbica, la principal fuente energética que utiliza el metabolismo es el ATP y se encuentra en la actividad de potencia máxima.

El lanzamiento de jabalina pertenece al grupo de los deportes de fuerza rápida, desde los parámetros biomecánicos depende del ángulo de salida del implemento deportivo, el ángulo de ataque que tiene que ver con la velocidad con la que es lanzada la jabalina y la entrada a la masa de aire, la aceleración que se le da al cuerpo y que se puede trasladar a la jabalina por medio de la carrera y pasos especiales.

Es una de las técnicas más complejas del atletismo y la manifestación más alta de la fuerza explosiva, atendiendo que su técnica es la aceleración de los segmentos grandes y distales y la desaceleración de los mismos para transmitirla por medio del brazo a la jabalina

Planteamiento de hipótesis: general, específicas

La incorrecta distribución de los profesores, número de alumnos influirá en la obtención de buenos resultados en el aprendizaje de las técnicas de lanzamiento de la jabalina en los estudiantes

Operacionalización de variables: variable independiente, variable dependiente

Variable Independiente LA DISTRIBUCION DE LOS PROFESORES Y NUMERO DE ALUMNOS

CONCEPTO	DIMENSIÓN	INDICADORES	ÍTEMS
distribución de los alumnos y profesores en el Octavo Año de Educación Básica Colegio Fiscal Mixto El Empalme, en el periodo 2012-2013	Resultados en el aprendizaje	<ul style="list-style-type: none"> - Alto número de alumnos - Pocos docentes para la enseñanza en el lanzamiento de la jabalina - Falta de práctica - Falta de interés del estudiante 	La aplicación de test para conocer los resultados en el aprendizaje de lanzamiento de la jabalina

Variable Dependiente : Técnicas de lanzamiento de la jabalina

CONCEPTO	DIMENSIÓN	INDICADORES	ÍTEMS
Resultados en el aprendizaje	Resultados en el aprendizaje	- Rendimiento deportivo	Errores cometidos en la ejecución del lanzamiento de la jabalina

Definición de términos usados

Jabalina

Es una lanza diseñada para ser arrojada. Fue utilizada por los cazadores prehistóricos y por los guerreros en combate. En muchas sepulturas de guerreros celtíberos se han hallado jabalinas de hierro y en el tapiz de Bayeux se representa una batalla con jabalinas lanzadas al aire contra el ejército enemigo. Para darles mayor fuerza de impulso y recobrarlas después de haberlas arrojado, se ataban algunas en el medio con una correa al soldado, que se conoce con el nombre de amento, del latín *amentum*.

Técnico

Está vinculado al griego *téchne*, que puede traducirse como “**ciencia**” o “**arte**”. Esta noción hace referencia a un **procedimiento que tiene como objetivo la obtención de un cierto resultado o fin**. Al ejecutar conocimientos técnicos, se sigue un conjunto de reglas y normas que se utiliza como medio para alcanzar un fin.

Atlético

Del atletismo o de los atletas

Transición

Acción y resultado de transmitir

METODOLOGÍA

Metodología Empleada

Deductivo – Inductivo

Este método ayudó a desarrollar la investigación desde los detalles más particulares que tuvieron que ver con la información hasta llegar hasta el ámbito más general de la investigación.

Analítico - Sintético

La elaboración de un análisis de la investigación hasta la simplificación y sistematización del problema de investigación

Estadístico

El método Estadístico fue aplicado a los resultados absoluto y relativo obtenidos en la encuesta con datos de porcentajes en cuadros y gráficos

Modalidad básica de la investigación

Para realizar el presente trabajo se utilizará la investigación de campo participante ya que se basará en encuestas esta forma recopilar toda la información necesaria que ayudará a resolver el problema

Nivel o tipo de investigación

Esta investigación será descriptiva. El objetivo de esta investigación consiste en llegar a conocer las situaciones, costumbres y actitudes predominantes a través de la descripción exacta de las actividades, objetos, procesos y personas. Su meta no se limita a la recolección de datos, sino a la predicción e identificación de las relaciones que existen entre dos o más variables. Los investigadores no son meros tabuladores, sino que recogen los datos sobre la base de una hipótesis o teoría, exponen y resumen la información de manera cuidadosa y luego analizan minuciosamente los resultados, a fin de extraer generalizaciones significativas que contribuyan al conocimiento.

Población y muestra

Población El Colegio Fiscal Mixto “El Empalme” cuenta con aproximadamente 320 estudiantes del primer año de educación básica 20012-2013, repartidos de la siguiente manera:

HOMBRES	170
MUJERES	150
TOTAL	320

La **muestra** estuvo determinada por un 95 % del nivel de confianza y un 5 % de error estimado con la aplicación de la siguiente fórmula que midió la probabilidad que el evento ocurra y si la población es mayor o igual a 320

Se utilizó la siguiente fórmula:

$$n = \frac{N.P.Q.Z^2}{E^2 (N-1) + Z^2.P.Q}$$

DATOS:

n = Muestra a obtener ¿?

P = Probabilidad de que el evento ocurra 50% = 0,5

Q = Probabilidad de que el evento no ocurra 50% = 0,5

Z = Nivel de confianza 95% (1,96)

E = Índice del error admisible 5% = 0,05

N = Población o universo 320

$$\begin{array}{l}
 \frac{320 \times 0.50 \times 0.50 \times 1.96^2}{0.05^2 (319) + (1.96)^2 \times 0.5 \times 0.5} \\
 \text{TOTAL } 174 \qquad \qquad \qquad 320 \times 0.50 \times 0.50 \times 3.8416 \qquad \qquad \text{encuestas} \\
 \text{para} \qquad \qquad \qquad n = \text{-----} \qquad \qquad \qquad \text{efectuar} \\
 \frac{0.7975 + 0.9604}{307.328} \\
 n = \text{-----} \\
 1.7579 \\
 n = 174.82
 \end{array}$$

Técnicas e instrumentos

El Plan de Implementación de distribución del profesores, número de alumnos para obtener resultados en el aprendizaje de las técnicas de lanzamiento de la jabalina en los estudiantes del noveno año de educación básica paralelo "A" del Colegio Fiscal Mixto "El Empalme" en el año 2012-2013 del cantón El Empalme Provincia del Guayas tuvo el siguiente proceso metodológico:

El estudio de mercado estuvo determinado por los resultados de la encuesta, compuesta por preguntas mixtas, cerradas; dicotómicas, simple o múltiple elección, dirigido a 174 personas. Esta encuesta permitió conocer las,

necesidades, actitudes, gustos y preferencias de los alumnos del noveno año de educación básica del Colegio Fiscal Mixto “El Empalme”, así como su opinión frente a los servicios que ofrecen las demás unidades académicas, lo que ayudo en la elaboración de la propuesta de implementación, de estrategias para solucionar la distribución de profesores, número de alumnos y así obtener resultados en el aprendizaje de las técnicas de lanzamiento de la jabalina en los estudiantes del noveno año de educación básica paralelo “A” del Colegio Fiscal Mixto “El Empalme” en el año 2012-2013 d

El cumplimiento de los objetivos dentro de la propuesta permitió:

Mejorar distribución de personal docente y alumnos

Diseñar estrategias para un mejor aprendizaje del lanzamiento de la jabalina

Recolección de información

La recolección de información se realizará a través de encuestas dirigidas a los alumnos del primer año de educación básica del Colegio Fiscal Mixto El Empalme, con el fin de recolectar información real acerca de este problema que afectaría el desarrollo físico de los estudiantes.

Selección de recursos de apoyo

- Jabalina
- Área de lanzamiento y equipo deportivo apropiado

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

Presentación, análisis de datos, análisis de resultados, Interpretación y discusión de resultados

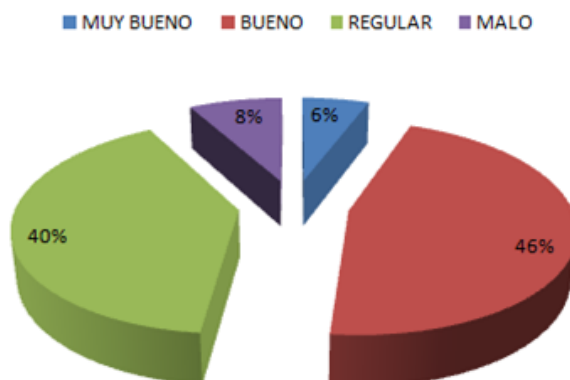
¿Calificación de la educación deportiva que brinda el Colegio Fiscal Mixto “El Empalme”?

Cuadro N° 1

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
MUY BUENO	10	5,75%
BUENO	80	45,98%
REGULAR	70	40,23%
MALO	14	8,05%
Total	174	100.00%

Fuente: Encuestas

Elaborado por: La investigador



ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

El 5,75% de los estudiantes encuestados consideran que el Colegio Fiscal Mixto El Empalme brinda un servicio deportivo Muy bueno, el 45,98% lo califica como Bueno, el 40,23% lo califica como Regular, y el 8,05% lo califica como Malo, se puede determinar que el servicio de educación deportiva que ofrece el Colegio es una fortaleza en el negocio de la educación.

¿Docentes del área deportiva que imparten por clase en el Colegio Fiscal Mixto “El Empalme”?

Cuadro N° 2

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
1	174	100.00%
MAS DE 1	0	0%
	174	100.00%

Fuente: Encuestas

Elaborado por: La investigador



ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

El 100,00% de los estudiantes encuestados informan que solo un docente del área deportiva imparte en una hora clase

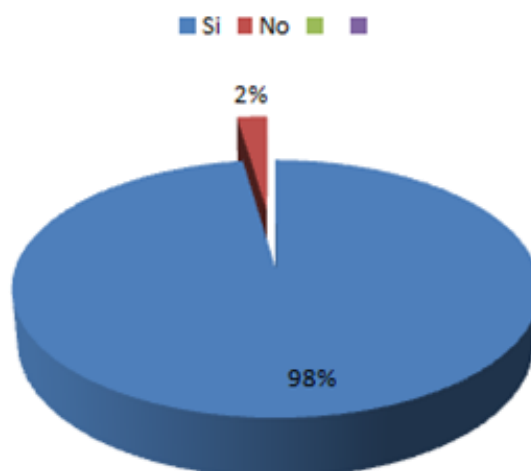
¿Deben ser incorporados más docentes en el área deportiva del Colegio Fiscal Mixto “El Empalme”?

Cuadro N° 3

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
SI	170	97,70%
NO	4	2,30%
	174	100,00%

Fuente: Encuestas

Elaborado por: La investigador



ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

El 97,70% de los estudiantes encuestados informan sí es necesario más docentes en el área deportiva, y el 2,30% indican que no.

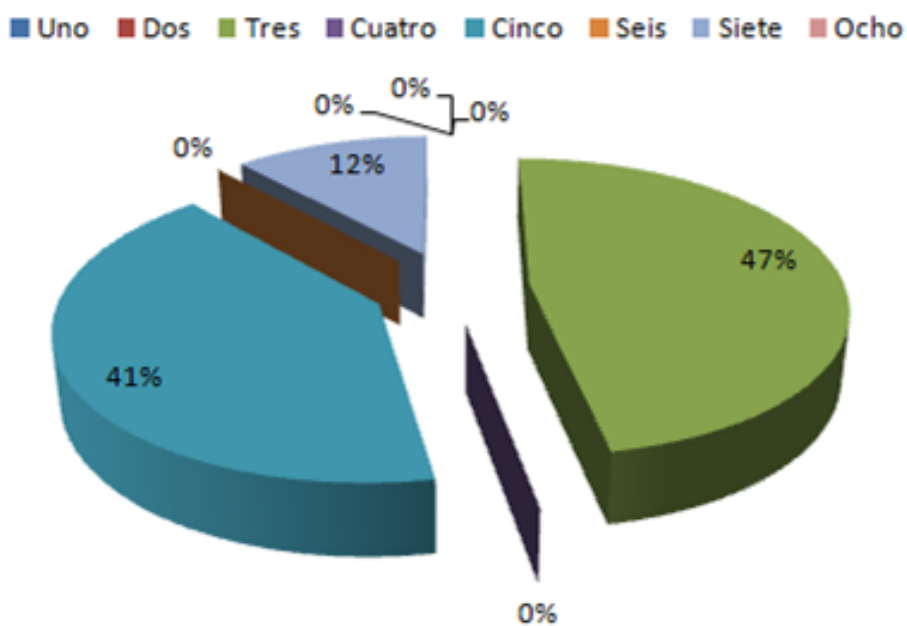
¿Cuántos docentes deben impartir clases por hora en el área deportiva en el Colegio Fiscal Mixto “El Empalme”?

Cuadro N° 4

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
Uno	0	0,00%
Dos	0	0,00%
Tres	80	47,06%
Cuatro	0	0,00%
Cinco	70	41,18%
Seis	0	0,00%
Siete	20	11,76%
Ocho	0	0,00%
Total	170	100,00%

Fuente: Encuestas

Elaborado por: La investigador



ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

El 47,06% de los estudiantes encuestados consideran que el Colegio Fiscal Mixto El Empalme cree que deben impartir sus conocimientos tres docentes por hora clase, el 41,18% creen que deben ser 5 docentes por hora clase, y el 11,75% creen que deben impartir siete docentes por hora clase, se puede determinar que los estudiantes necesitan que sean por lo menos tres maestros que impartan disciplinas deportivas por hora clase.

¿Se ha practicado el lanzamiento de la jabalina como disciplina deportiva durante sus años de estudio ?

Cuadro N° 5

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
SI	104	59,77%
NO	70	40,23%
	174	100,00%

Fuente: Encuestas

Elaborado por: La investigador



ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

El 59,77% de los estudiantes encuestados informan han practicado la disciplina deportiva del lanzamiento de la jabalina y el 40,23% indica que no ha realizado esta disciplina deportiva.

¿El Colegio Fiscal Mixto “El Empalme” debe instruir a los docentes del área deportiva en la práctica de lanzamiento de la jabalina?

Cuadro N° 6

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
Muy Necesario	170	97,70%
Necesario	0	0,0%
No es necesario	4	2,30%
	174	100,00%

Fuente: Encuestas

Elaborado por: La investigador



ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

El 97.70% de los estudiantes encuestados informan que es muy necesario instruir a los docentes del área deportiva en el lanzamiento de la jabalina, y el 2,30% creen que no

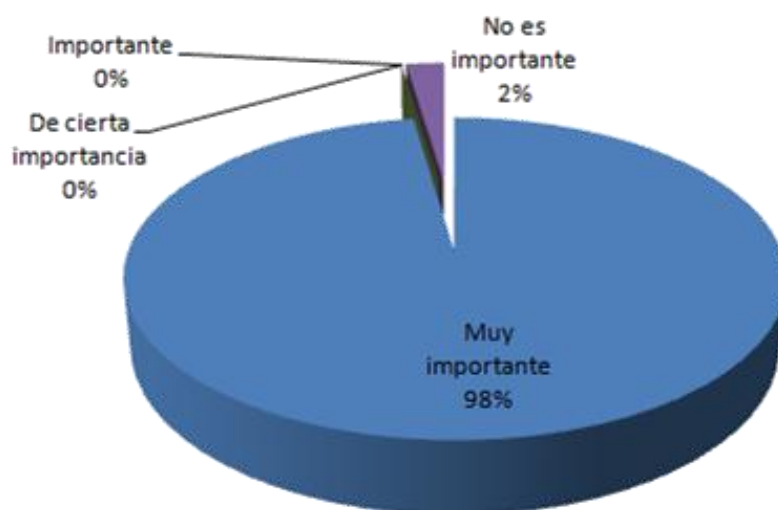
¿El Colegio Fiscal Mixto “El Empalme” debe constar con una infraestructura más amplia para practicar el deporte de lanzamiento de la jabalina?

Cuadro N° 7

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
Muy importante	170	97,70%
Importante	0	0,0%
De cierta importancia	0	0,0%
No es importante	4	2,30%
	174	100,00%

Fuente: Encuestas

Elaborado por: La investigador



ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

El 97.70% de los estudiantes encuestados informan que es muy importante ampliar la infraestructura del colegio Fiscal Mixto El Empalme, y el 2,30% creen que no es importante

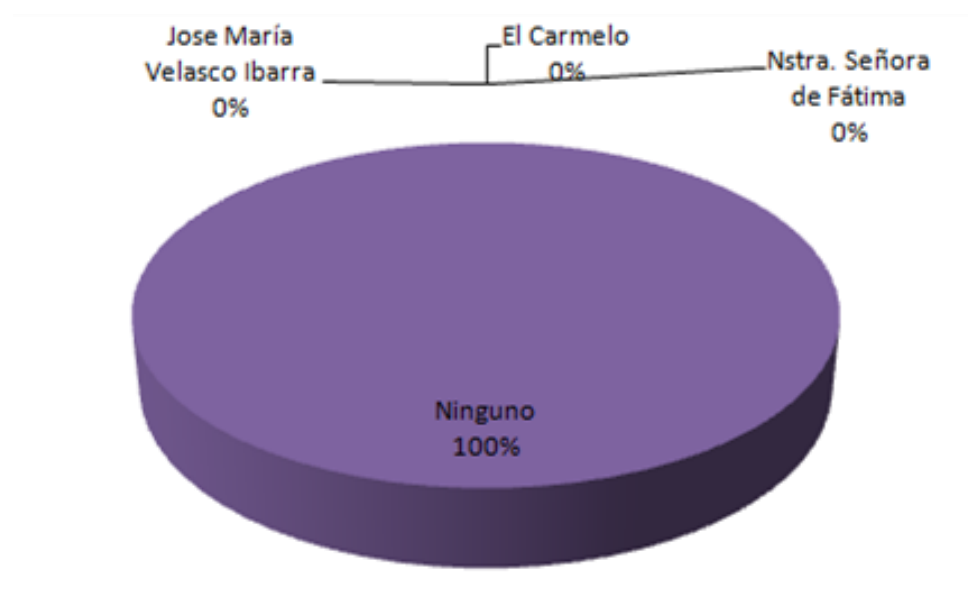
¿Existe un colegio diferente al Colegio Fiscal Mixto El Empalme que tenga la disciplina deportiva lanzamiento de jabalina entre lo que imparte ?

Cuadro N° 8

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
Jose María Velasco Ibarra	0	0,0%
El Carmelo	0	0,0%
Nstra. Señora de Fátima	0	0,0%
Ninguno	174	100,0%
	174	100,00%

Fuente: Encuestas

Elaborado por: La investigador



ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

El 100,00% de los estudiantes informan que no hay ninguna institución educativa a parte del Colegio Fiscal Mixto El Empalme que imparta la disciplina deportiva de lanzamiento de la jabalina

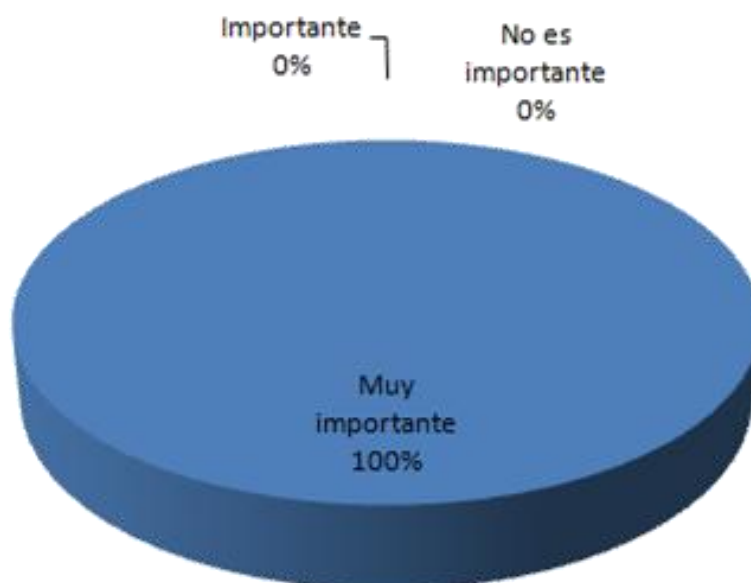
¿El Colegio Fiscal Mixto “El Empalme” debe ampliar el horario para práctica de lanzamiento de la jabalina ?

Cuadro N° 9

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
Muy importante	174	100,0%
Importante	0	0,0%
No es importante		0,0%
	174	100,00%

Fuente: Encuestas

Elaborado por: La investigador



ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

El 100,00% de los estudiantes encuestados informan que es muy importante

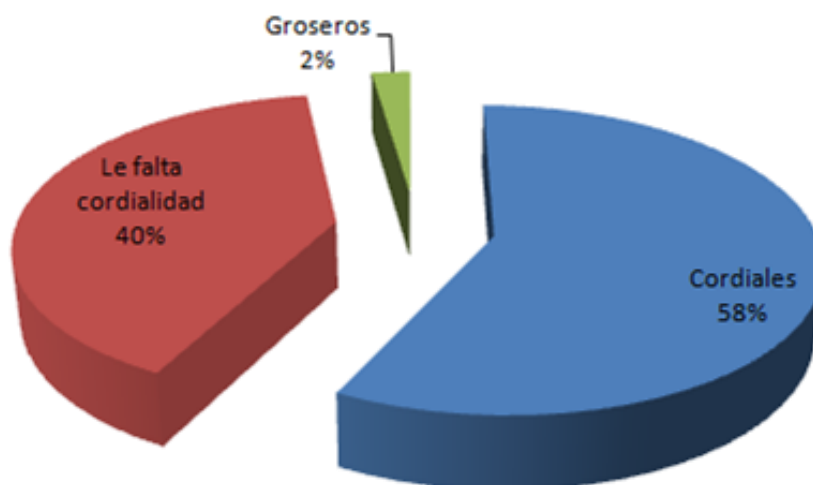
¿Cómo es el comportamiento de los docentes del área deportiva en el Colegio Fiscal Mixto El Empalme. ?

Cuadro N° 10

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
Cordiales	100	57,47%
Le falta cordialidad	70	40,23%
Groseros	4	2,30%
	174	100,00%

Fuente: Encuestas

Elaborado por: La investigador



ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

El 57,47% de los estudiantes encuestados informan que los docentes son cordiales, el 40,23% creen que les falta cordialidad y el 2,30% creen no saben tratar al alumno

Verificación de hipótesis

En el Cantón Sólo el Colegio Fiscal Mixto El Empalme, imparte la disciplina deportiva del lanzamiento de la jabalina, pero lamentablemente los alumnos practican muy poco debido a que solo lo imparte un instructor para 40 alumnos en una sola hora clase

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

- ✓ La mayoría de los estudiantes consideran que la disciplina impartida en el área deportiva es buena para su salud “mente sana en cuerpos sano”
- ✓ Un buen porcentaje de encuestados sugieren que por hora clase impartan más docentes
- ✓ Sólo el Colegio Fiscal Mixto El Empalme, imparte la disciplina deportiva del lanzamiento de la jabalina, pero lamentablemente los alumnos practican muy poco debido a que solo lo imparte un instructor para 40 alumnos en una sola hora clase
- ✓ Un porcentaje significativo de estudiantes indican que los docentes del área deportiva deben ser más cordiales

Recomendaciones

- ✓ Se debe mejorar cordialidad entre el docente y los alumnos del área deportiva
- ✓ Se debe considerar dentro de la propuesta, la realización de un estudio técnico que permita remodelar la infraestructura del Colegio Fiscal Mixto El Empalme para poder impartir mejor la disciplina del lanzamiento de la jabalina
- ✓ Se debe contratar más docentes en el área deportiva para que por lo menos 5 docentes impartan la esta disciplina deportiva por hora clase, con el fin de que el Empalme con un representante pueda participar en los juegos Olímpicos

- ✓ Es necesario considerar la capacitación del personal del área deportiva en la disciplina de lanzamiento de jabalina

MARCO ADMINISTRATIVO**Responsable**

- ✓ Edison Ricardo Zambrano Peralta

Financiamiento

- ✓ Propio

Presupuesto**DETALLE**

Transporte	\$25.00
Refrigerio	\$10.00
Material de Oficina	\$25.00
Material Bibliográfico	\$20.00
Transcripción del informe	\$60.00
Imprevistos	\$30.00
Total	\$170.00

Cronograma

	SEPTIEMBRE	OCTUBRE	NOVIEMBRE	DICIEMBRE	ENERO
Actividades	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4
Recolección de información	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4
Presentación de proyecto	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4
Selección de datos	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4
Presentación de Borrador	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4
Práctica de variables alternativas	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4
Presentación de proyecto	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4
Evaluación del mismo	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4

BIBLIOGRAFÍA

- Devís, J. y Sánchez, R.. (1996) “La enseñanza alternativa de los juegos deportivos: antecedentes, modelos actuales de iniciación y reflexiones finales”. En J.A. Moreno y P.L. Rodríguez (comps) “Aprendizaje deportivo”. Murcia: Universidad de Murcia, pp.159-181.
- Gutiérrez, S. (1998). El deporte como medio educativo. Actas del XVI Congreso Nacional de E.F. Facultades de Educación y Escuelas de Magisterio. Badajoz ; Facultad de Educación (U.E.X.).
- Mosston, Muska y Ashworth, Sara. La enseñanza de la educación física.. 1993. Editorial Hispano Europea. Barcelona.
- Rius, J. (1989). Metodología del atletismo. Barcelona: Paidotribo.
- VVAA. (1993). ATLETISMO (III). Lanzamientos. Editado por COE.

ANEXOS

ENCUESTAS APLICADA A LOS ESTUDIANTES DE NOVENO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DEL COLEGIO FISCAL MIXTO EL EMPALME 2012-2013

EN EL ESTUDIO “PLAN DE DISTRIBUCIÓN DEL PROFESORES, NÚMERO DE ALUMNOS PARA OBTENER RESULTADOS EN EL APRENDIZAJE DE LAS TÉCNICAS DE LANZAMIENTO DE LA JABALINA EN LOS ESTUDIANTES DEL NOVENO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA PARALELO “A” DEL COLEGIO FISCAL MIXTO “EL EMPALME” EN EL AÑO 2012-2013”

1.- ¿COMO CALIFICA LA EDUCACIÓN DEPORTIVA DEL COLEGIO FISCAL MIXTO EL EMPALME?

- | | | |
|--------------------------|----|-----------|
| <input type="checkbox"/> | a) | MUY BUENO |
| <input type="checkbox"/> | b) | BUENO |
| <input type="checkbox"/> | c) | REGULAR |
| <input type="checkbox"/> | d) | MALO |

2. ¿CUANTOS DOCENTES IMPARTEN POR CLASE DEPORTIVA?

- | | | |
|--------------------------|----|----------|
| <input type="checkbox"/> | a) | 1 |
| <input type="checkbox"/> | b) | MAS DE 1 |

3 ¿CREE USTED, QUE EL COLEGIO FISCAL MIXTO EL EMPALME DEBE IMPLEMENTAR MÁS DOCENTES EN EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA O DEPORTIVA?

- | | | |
|--------------------------|----|----|
| <input type="checkbox"/> | a) | SI |
| <input type="checkbox"/> | b) | NO |

4. ¿SI USTED CONTESTO AFIRMATIVAMENTE LA PREGUNTA No. 2, CUANTOS DOCENTES DEBEN IMPARTIR UNA CLASE ESPECIFICAMENTE SOBRE LANZAMIENTO DE JABALINA?

- | | | |
|--------------------------|----|---|
| <input type="checkbox"/> | a) | 1 |
| <input type="checkbox"/> | b) | 2 |
| <input type="checkbox"/> | c) | 3 |
| <input type="checkbox"/> | d) | 4 |
| <input type="checkbox"/> | e) | 5 |
| <input type="checkbox"/> | f) | 6 |
| <input type="checkbox"/> | g) | 7 |
| <input type="checkbox"/> | h) | 8 |

5.- ¿EN EL TIEMPO QUE USTED HA REALIZADO SUS ESTUDIOS, HA PRACTICADO EL LANZAMIENTO DE LA JABALINA?

- | | | |
|--------------------------|----|----|
| <input type="checkbox"/> | a) | SI |
| <input type="checkbox"/> | b) | NO |

6.- ¿PARA DAR MAYOR FACILIDAD DE LA PRACTICA DEL DEPORTE DE LA JABALINA, ES NECESARIO QUE EL COLEGIO FISCAL MIXTO EL EMPALME HAGA PERFECCIONAR A SUS DOCENTES?

- | | |
|--|--------------------|
| | a) MUY NECESARIO |
| | b) NECESARIO |
| | c) NO ES NECESARIO |

7.- ¿CONSIDERA IMPORTANTE QUE EL COLEGIO FISCAL MIXTO EL EMPALME DEBA CONTAR CON UNA INFRAESTRUCTURA MÁS AMPLIA?

- | | |
|--|--------------------------|
| | a) MUY IMPORTANTE |
| | b) IMPORTANTE |
| | c) DE CIERTA IMPORTANCIA |
| | d) NO ES IMPORTANTE |

8.- ¿DE LOS NOMBRES A CONTINUACION CUAL CREE USTED QUE BRINDA LA PRACTICA DEPORTIVA DE LANZAMIENTO DE LA JABALINA?

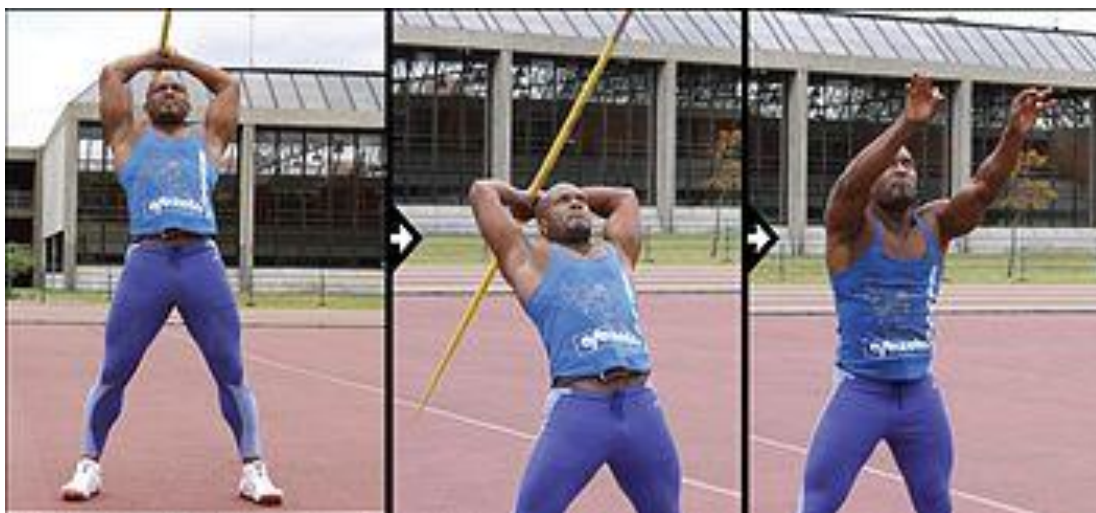
- | | |
|--|---|
| | a) COLEGIO TECNICO EXP. JOSE MARIA VELASCO IBARRA |
| | b) UNIDAD EDUCATIVA EL CARMELO |
| | c) UNIDAD EDUCATIVA NSTR. SEÑORA DE FÁTIMA |
| | d) NINGUNO |

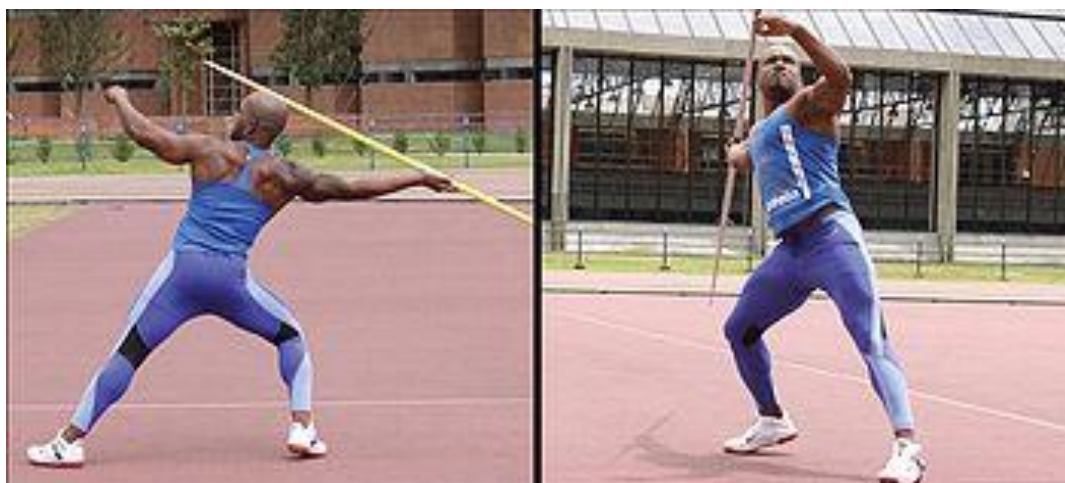
9.- ¿CÓMO CALIFICA USTED, EL QUE EL COLEGIO FISCAL MIXTO EL EMPALME DEBA AMPLIAR SU HORARIO PARA LA PRACTICA DE ESTE DEPORTE?

- | | | |
|--------------------------|----|------------------|
| <input type="checkbox"/> | a) | MUY IMPORTANTE |
| <input type="checkbox"/> | b) | IMPORTANTE |
| <input type="checkbox"/> | c) | NO ES IMPORTANTE |

10.-¿ CALIFIQUE USTED, EL SERVICIO QUE BRINDA EL PERSONAL DEPORTIVO DEL COLEGIO FISCAL MIXTO EL EMPALME ?

- | | | |
|--------------------------|----|----------------------|
| <input type="checkbox"/> | a) | CORDIALES |
| <input type="checkbox"/> | b) | LE FALTA CORDIALIDAD |
| <input type="checkbox"/> | c) | GROSEROS |









PROPUESTA

GESTIONAR ANTE EL MINISTERIO DE EDUCACION INTERCULTURAL, QUE SE INCREMENTE PROFESORES DE CULTURA FISICA EN ESCUELAS Y COLEGIOS.

Para hablar de una educación integral, en la que ningún aspecto del ser humano quede librado al azar, debemos considerar (y esto no es ninguna novedad) el cuerpo y la mente conformando una unidad, por lo que la educación física no debe ubicarse dentro del escalafón programático como la hermana menor de las disciplinas intelectuales, sino en un nivel de paridad, ya que una contribuirá con la otra para el desarrollo de logros cada vez más complejos.

Seguramente, casi ninguno de nuestros futuros alumnos va a ser un deportista con un fichaje millonario, ni el deporte será su media de vida. Pero una actividad física adecuada posibilitará desarrollar plenamente su actividad cotidiana, sin sufrir dolores de espalda mientras trabaja en la oficina, o un incesante cosquilleo en las piernas por problemas de circulación, o unas varices por estar mucho tiempo de pies.

Un tiempo adecuado de actividad física correcta, complementa de la mejor forma posible el desarrollo integral de las personas, tanto de la perspectiva

mental como corporal, debiendo adecuar los minutos de estudio, con los que son necesarios para el juego o el deporte.

El Colegio Fiscal Mixto “El Empalme” es un centro de formación educativa que brinda un servicio de educación a la comunidad del cantón estando localizado en la vía Quevedo, frente a la ciudadela las Tecas, donde se atiende un promedio de 2000 educandos diariamente, los mismos que al transcurrir el tiempo solicitan una mayor cobertura en el área deportiva, situación que no puede ser atendida por cuanto el Colegio Fiscal Mixto “El Empalme” no cuenta con el personal docente, ni la estructura idónea. Al Colegio Fiscal Mixto “El Empalme” acuden las personas de la zona urbana, rural y urbana marginal contando para ello, con cuatro docentes en el área deportiva, pese a todo esto la institución imparte el conocimiento sobre el lanzamiento de jabalina.

Porque el tratamiento del deporte como contenido educativo en Educación Física ha evolucionado en los últimos años, atrás quedó el aprender un elemento técnico-táctico. En la actualidad, que los alumnos aprendan los deportes no es un fin en sí mismo, sino un medio eficaz de los que dispone el sistema educativo para contribuir a su formación integral, ya que permite incidir tanto en el desarrollo cognitivo, psicomotor como afectivo-social del alumno.

Sin embargo, el tratamiento del deporte como contenido educativo puede asociarse, en ocasiones, a estereotipos negativos heredados del deporte de alto rendimiento, que por su relevancia en el ámbito sociocultural, se extrapolan al ámbito educativo, pero, que bien orientado, supone una herramienta educativa muy eficaz, por ello, se expone que: “El deporte ni es bueno ni es malo; es el contexto el que determina su carácter”.

Deporte es para nosotros un vehículo fundamental para conseguir los objetivos educativos de una manera más que solvente. Sin embargo, del tratamiento que de éstos se desprenda se derivarán unos logros muy diferentes, siendo precisamente el enfoque de trabajo de los Deportes lo que debemos cuidar escrupulosamente de cara a aprovecharnos de ese enorme potencial educativo y formador.

Los estudiantes demandan que el servicio deportivo sea diferente a lo acostumbrado, es decir, que se realicen nuevos tipos de disciplina deportivas, pero con la ejecución de un Plan de implementación de nuevos servicios alcanzaríamos mayor demanda de educandos.

Este trabajo tratará de definir la innovación e implementación de nuevas técnicas y servicios del Colegio Fiscal Mixto “El Empalme” tal como lo requieren los educandos y como lo brindan los colegios de la capital, para de esta manera brindar mayor cobertura en las aéreas deportivas.

En la actualidad el cantón El Empalme cuenta con muchas unidades educativas, todas y cada una de ellas ofrecen escasos servicios que no alcanzan a cubrir las demandas y necesidades de los educandos a nivel deportivo, por esta razón se justifica la elaboración de este proyecto.

Por lo expuesto anteriormente justificamos la realización de este proyecto para que se implementen nuevas técnicas y servicios en el área deportiva del Colegio Fiscal Mixto “El Empalme”.