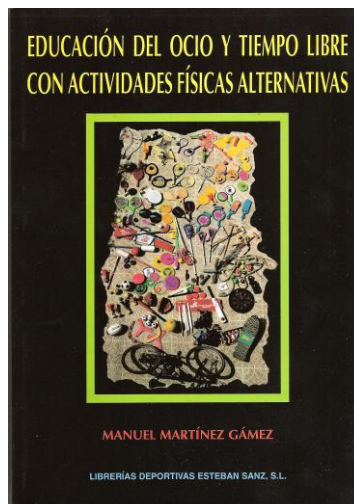


INTRODUCCIÓN

Los Juegos y Deportes Alternativos * engloban todas las actividades físicas que se refieren a modalidades lúdicas deportivas no habituales ni estandarizadas en nuestro entorno y en las que se pueden dar la mayoría de las características siguientes:

- Proporcionan un amplio abanico de posibilidades, para que el alumnado descubra las que mejor se adaptan a sus intereses y aptitudes.
- Proporcionan al alumnado modelos lúdico-deportivos no estereotipados facilitando que la actividad física perdure una vez que salen del sistema educativo, como modo de emplear su tiempo libre.
- Al encontrarse en un estadio de deportivización temprana, las reglas son flexibles, adaptándose a los intereses y necesidades de las personas participantes.
- En la fase inicial de aprendizaje motor, el nivel del grupo suele ser homogéneo.
- Se pueden improvisar los materiales a utilizar y los espacios para su práctica, no siendo un requisito que estén deportivizados.
- En la mayoría de los casos tienen pocos contactos físicos por lo que resultan ser muy inclusivos e intergeneracionales.



Huyendo de la más pura especialización y a veces de los términos técnicos y tácticos iremos profundizando en la diversidad y mayor amplitud de la iniciación lúdica, tratando las modalidades que iremos presentando con una mayor flexibilidad reglamentaria, con la idea de darle mayores posibilidades de adaptación al entorno y aplicabilidad a las distintas preferencias.

Con una Educación Física de calidad, se debería conseguir que cada alumno y alumna, llegue a conocer el potencial de su propio cuerpo y alcance a dominar una amplia gama de actividades motrices, pudiendo identificar sus necesidades y escoger las modalidades más convenientes para su desarrollo personal a lo largo de toda su vida.

Los Juegos y Deportes Alternativos, amplían un espacio de desarrollo motor copado por los deportes tradicionales, a los que los medios de comunicación y nuestra cultura física han dado mayor importancia. Ofrecen al alumnado un gran escenario de experiencias motrices alternativas, ofreciendo otras opciones lúdicas deportivas en las que emplear el OCIO y TIEMPO LIBRE y que puedan adaptarse con más facilidad a los intereses y aptitudes de las personas.

Si proporcionamos un amplio abanico de actividades motrices, podremos evitar, en muchos casos, que la actividad física desaparezca una vez que el alumnado sale del sistema educativo, consiguiendo que éstas formen parte de su modo de emplear el tiempo libre, con las mejoras correspondientes en su desarrollo personal y en las condiciones de calidad de vida y salud.

Para más información consultar el libro:
* "Educación del Ocio y Tiempo Libre con Actividades Físicas Alternativas".
Manuel Martínez Gámez.
Editorial Esteban Sanz. Madrid, 1995.



MANUEL MARTÍNEZ GÁMEZ