

SALTANDO SIN PARAR

Las combas en Educación Física

Seminario 2 - 20/02/2010

El salto de comba es una actividad muy antigua en todo el mundo y sin embargo en nuestro país se desconoce su vertiente deportiva. Conocemos los juegos populares de comba que realizaban antiguamente las mujeres en patios y recreos, así como el trabajo de comba como entrenamiento y mejora de la condición física de deportes como el boxeo, pero existe una modalidad deportiva muy interesante que podemos trabajar desde las clases de educación física.



La comba artística consiste en la elaboración de coreografías utilizando las diferentes posibilidades de salto que nos permite la cuerda (individual, en grupo, doble cuerda, ruedas con varias cuerdas, velocidad). Nos tenemos que remontar al curso escolar 1992/1993 para encontrar el origen de esta especialidad en España, un grupo de profesores de Educación Física denominado grupo Flic Flac promueven en sus cuadernos del alumno la práctica de lo que se denomina trabajo con cuerdas o Skipping. Posteriormente Tres profesores de Educación Física de institutos de la Manchuela (Fernando Fernández Ortiz, Francisco Márquez González y Santiago Navarro Herrero) se propusieron crear un lugar de encuentro dentro de esta especialidad para su alumnado que denominaron Certamen de Cuerda Artística Escolar donde alumnos de institutos de la provincia de Albacete y Valencia se reúnen todos los años para participar en este evento con los siguientes objetivos:

- Fomentar una actividad cardiosaludable
- Poner en común las diferentes coreografías elaboradas en cada Instituto
- Fomentar la relación social entre el alumnado participante.

   Actualmente en nuestro país solo existe un club "Salto de comba de Montilla" (Córdoba) que afortunadamente viene casi todos los años de invitado al Cert  men y presenta sus novedades.

Trabajaremos a través de esta actividad: la coordinación, el equilibrio, la agilidad, todas las capacidades físicas, el ritmo, la expresión corporal, el trabajo en equipo y el espíritu de superación. Si estás interesado en este trabajo y quieres participar en el Certamen con tus alumnos puedes informarte en la siguiente página:

www.certamendecomba.com

En esta encontrarás videos de todos los Certámenes organizados hasta ahora, las técnicas de esta especialidad, las bases del concurso que este año 2009/2010 se celebrará en La Roda (Albacete)

Aquí tienes algunos enlaces de videos interesantes:

VIDEO 1: 1º CLASIFICADO IX CERTAMEN DE COMBA ALBACETE 2008

VIDEO 2: 1º CLASIFICADO X CERTAMEN DE COMBA MONTILLA 2009

VIDEO 3: ROPE SKIPPING

VIDEO 4: European Champions Rope Skipping 2007 Promo video.

Si quieres más información puedes contactar conmigo en este mail.

Publicado por Rosa María Valera, seminario Turno 2