

SALTANDO SIN PARAR

Las combas en Educaci3n FÁ-sica

Seminario 2 - 20/02/2010

El salto de comba es una actividad muy antigua en todo el mundo y sin embargo en nuestro paÁ-s se desconoce su vertiente deportiva. Conocemos los juegos populares de comba que realizaban antiguamente las mujeres en patios y recreos, asÁ- como el trabajo de comba como entrenamiento y mejora de la condici3n fÁ-sica de deportes como el boxeo, pero existe una modalidad deportiva muy interesante que podemos trabajar desde las clases de educaci3n fÁ-sica.



La comba artÁ-stica consiste en la elaboraci3n de coreografÁ-as 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 EspaÁ±a, un grupo de profesores de Educaci3n FÁ-sica denominado grupo Flic Flac promueven en sus cuadernos del alumno la prÁ-ctica de lo que se denomina trabajo con cuerdas o Skipping. Posteriormente Tres profesores de Educaci3n FÁ-sica 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 ArtÁ-stica Escolar donde alumnos de institutos de la provincia de Albacete y Valencia se reÁñen todos los aÁ±os para participar en este evento con los siguientes objetivos:

- Fomentar una actividad cardiosaludable
- Poner en com3n las diferentes coreografÁ-as elaboradas en cada Instituto
- Fomentar la relaci3n social entre el alumnado participante.

Á Actualmente en nuestro paÁ-s solo existe un club "Salto de comba de Montilla" (CÁrdoba) que afortunadamente viene casi todos los aÁ±os de invitado al CertÁmen 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