

---

# Ten Forty, nueva modalidad deportiva en nuestros juegos Carapachibey

REMIJ 2012;13(1):155-156

## *Ten Forty, new sport in our games Carapachibey*

**MSc. Lázaro García Domínguez<sup>1</sup>, Lic. Diuber González Figueredo<sup>2</sup>, Lic. Yennys Gómez Montes<sup>3</sup>, Lic. Clariza Spencer Lamorú<sup>4</sup>**

<sup>1</sup> MSc. Cultura Física Comunitaria. Profesor Asistente.

<sup>2</sup> Profesor Instructor

<sup>3</sup> Profesora Instructora.

<sup>4</sup> Profesora Asistente.

El sistema competitivo universitario está dirigido fundamentalmente a garantizar la más amplia representación de los estudiantes en la práctica sistemática del deporte y las actividades físicas recreativas, insertado con un enfoque integral político ideológico para la labor educativa. El Departamento de Cultura Física de la Facultad de Ciencias Médicas de la Isla de la Juventud realizó una investigación para incorporar una nueva modalidad deportiva con el nombre de Carapachibey Ten Forty en nuestros juegos, con el propósito de identificar un deporte que caracterizara a los atletas de la Facultad, la resultante del trabajo se puso en práctica de la siguiente manera:

La competencia se realizó en parejas, una hembra y un varón. Cada unidad docente presentó 2 parejas. Se prepararon 10 estaciones de trabajo con una separación de tres metros y cada una realizó el recorrido a favor de las manecillas del reloj. En una de las estaciones se elaboró preguntas de verdadero y falso sobre el deporte cubano, con énfasis en la Isla de la Juventud. En el resto las actividades que se desarrollaron fue planchas con peso, abdominales de piernas, dominio del balón con peso (mayor cantidad de toques), salto largo sin impulso, parada de manos (mayor tiempo o distancia), peleas de gallos, carrera con la goma de carro distancia 10 Metros, cuclillas con peso, impulsión de la bala de

espalda, carrera Cross Contri Complicado. Requisito importante es que una vez comenzada la competencia no pueden cambiarse y deben de terminar la misma. En el caso de las cuclillas y las planchas, la hembra se subirá encima del varón y el peso de la hembra será con pesas. Se confeccionó una tarjeta por pareja, donde cada profesor registró los resultados del evento, al final se sumó los puntos obtenidos para seleccionar la más integral. Los lugares se calificaron según los puntos: 1er lugar (10 puntos), 2do lugar (8 puntos) y 3er lugar (6 puntos).

Lo relevante de estos juegos y que marcó la diferencia de años anteriores, fue la aceptación, la acogida por parte de los estudiantes de la nueva modalidad insertada, demostrado en los resultados obtenidos. La intención de marcar la diferencia y la selección de los ejercicios llevó de preparación, además aportar un sello diferente al deporte de los galenos en la nuestro terruño, experiencia que se puede aplicar en las demás universidades o facultades de medicina en el país.

#### Anexo

