

**ACCIÓN No. 6/2007**

*Acción*, Revista Cubana de la Cultura Física, continuadora de *Cultura Física* fundada en el año 1985, es editada por el Instituto Superior de Cultura Física «Manuel Fajardo», en coordinación con el Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación (INDER).

Con una frecuencia semestral, la revista acepta la colaboración nacional y extranjera siempre que estas se ajusten a las instrucciones que aparecen en el reverso de la contracubierta.

Los artículos publicados son total responsabilidad de sus autores.

**CONSEJO EDITORIAL:****Presidenta:**

Dra. C. Beatriz Sánchez Córdova

**Secretario:**

Lic. Osmani Iglesias Rodríguez

**Miembros:**

Dr. C. Armando Forteza de la Rosa  
Dr. C. Carlos Cuervo Pérez  
Dr. C. Jerry Bosque Jiménez  
Dra. C. Grisell González de la Torre  
Dra. C. Magaly Mena Hernández  
Lic. Ela Fernández Bengochea

**Edición:**

Rosa Ma. Marrero

**Diseño y composición:**

Enrique Mayol Amador  
Yunet Amador Pérez  
Editorial José Martí

**SUBSCRIPCIONES:**

ISCF «Manuel Fajardo», Santa Catalina  
No. 12453, entre Boyeros y Primelles,  
Cerro, Ciudad de La Habana, Cuba.

E-mail: vri@iscf.cu  
Fax: (537) 6499560  
Telef.: (537) 648 7135  
RNPS 0385  
ISSN 1608-3792

La nueva Regla de 1 kg en el levantamiento de pesas. Estudio preliminar / 2

LIC. RAMÓN VALDÉS ALONSO

LIC. FRANCISCO FERNÁNDEZ GONZÁLEZ

El deporte de cara al siglo XXI. Los desafíos entre lo global y lo local / 7

DRA. C. BEATRIZ SÁNCHEZ CÓRDOVA

DR. C. JERRY BOSQUE JIMÉNEZ

LIC. OSMANY IGLESIAS RODRÍGUEZ

El crecimiento de los resultados competitivos en las impulsoras de bala de Cuba y del mundo en el período 1989-2000 / 15

MS. C. HERISBEL DAMIÁN VILLANUEVA MAYOR

Un orgullo del mundo: José Raúl Capablanca / 21

LIC. ELISA PONS QUESADA

LIC. EDUARDO MÉNDEZ FORTES

Modelo de enseñanza de las acciones motoras en los deportes de equipo. Su aplicación en el programa de educación física / 23

DR. C. RICARDO PARDO HERNÁNDEZ

Estudio de la progresión metodológica de la enseñanza de los saltos en gimnasia rítmica / 26

LIC. DAILAY MENÉNDEZ GARRIDO

LIC. DAYLI PARRA PUPO

DR. C. MÉLIX ILISÁSTIGUI AVILÉS

MS. C. JUANA BRAVET QUESAS

Cumplimiento de las pruebas normativas de ingreso y del percentil 90 en la categoría de 11-12 años de balonmano en la Copa Nacional Pioneril / 33

LIC. BARBARITA DE LA CARIDAD MÁRQUEZ MIRANDA

El Reglamento del frontón cubano. Un método para facilitar su aprendizaje. (Primera parte.) / 37

LIC. CARLOS ALBERTO GRANDA LORENZO

Propuesta de un programa de educación física para el primer ciclo de la enseñanza primaria en la República de Sierra Leona / 41

LIC. SAHR KEN SANDI

Comportamiento de los parámetros competitivos físico y técnico-táctico del voleibol en el equipo femenino de Santiago de Cuba 12-13 años en los Juegos Escolares Nacionales de 2004 / 48

LIC. ROSA AMELIA GONZÁLEZ

LIC. YADIRA MENDIONDO MIRANDA

Complejo técnico de bateo. Criterios de las fases de corrección de errores. Período corto de enseñanza / 54

MS. C. OSCAR A. HUMANES CRUZ

LIC. SAÚL ISIDRO BALLESTER ORAMAS

Una aproximación a la pedagogía no directiva / 58

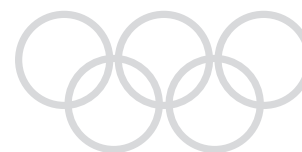
LIC. SILVIA SUÁREZ FAXAS

MS. C. MATILDE GONZÁLEZ GARCÍA

# La nueva Regla de 1 kg en el levantamiento de pesas. Estudio preliminar

■ LIC. RAMÓN VALDÉS ALONSO

■ LIC. FRANCISCO FERNÁNDEZ GONZÁLEZ



## RESUMEN

Se realiza un estudio preliminar de lo que ocurre con la aplicación de la nueva «Regla de 1 kg» en levantamiento de pesas, para lo cual se utiliza como muestra los resultados que aparecen en los protocolos de dos competencias: una con el empleo de la regla anterior, la otra, con la de la regla actual. Se creó una base de datos con los incrementos del peso de la palanqueta en el segundo y tercer intentos en los ejercicios arranque y envión. En el procesamiento de los datos se obtuvieron tablas de distribución de frecuencias, estadígrafos de posición y de dispersión y una prueba de significación estadística para el contraste de las variables con el empleo de las dos reglas.

## INTRODUCCIÓN

Desde que se fundó la Federación Internacional de Levantamiento de Pesas (IWF: siglas en inglés) en 1905, el reglamento técnico de este deporte ha estado en constante perfeccionamiento con el objetivo de mejorar su esencia y disminuir el tiempo de duración de las competencias.

En ocasión de celebrarse el 4 de marzo de 2004 en Estambul, Turquía, el Congreso Electoral de la Federación Internacional de Levantamiento de Pesas, fue aprobada la «Regla de 1 kg», la cual establece que el peso de la palanqueta siempre será múltiplo de 1 kg y el incremento para el segundo y tercer intentos deberá ser como mínimo de 1 kg.

La regla anterior determinaba que el peso de la palanqueta tenía que ser múltiplo de 2,5 kg, excepto en

## The New One "Rule of 1 kg" in Weightlifting. A Preliminary Study

### ABSTRACT

A preliminary study of what happens with the application of the new "Rule of 1 kg" is carried out in weightlifting, taking into account the results that appear in the protocols of two competitions, one with the use of the previous rule and the other one with the current rule. A database was made with the increments of the weight of the attempts in the second and third attempts in the exercises snatch and clean and jerk. In the data processing charts of distribution of frequencies, position statisticians and of dispersion were obtained as well as a test of statistical significance for the contrast of the variables with the employment of the two rules.

el caso de que se fuera a intentar un record, en que podía ser múltiplo de 500 g. El incremento para el segundo y tercer intentos era como mínimo 2,5 kg.

Una deficiencia de la antigua regla era que en ocasiones el atleta que levantaba más no ganaba la competencia, ya que si establecía record en arranque y/o en el envión con pesos múltiplos de 500 g, estos no se tenían en cuenta para la clasificación individual por ejercicio, ni para calcular el biatlón (suma del mejor arranque y el mejor envión válidos), sino el peso múltiplo de 2,5 kg inferior a la marca establecida.

Con la nueva «Regla de 1 kg» el levantamiento de pesas se convierte en un deporte más justo y fácil de entender por el público. Ahora el incremento mínimo de 1 kg es utilizado para cualquier intento, incluso para romper un record; y siempre se tendrá en cuenta el peso levantado, si este fue válido, para la clasificación individual en el arranque y envión, y para el biatlón.

Como es lógico, ahora los entrenadores y atletas tienen que adaptarse a esta nueva regla, por lo que en la competencia la selección de los pesos a levantar debe ser cuidadosamente estudiada. De manera que se hace necesario acometer un estudio que pueda mostrar cómo se manifiesta la nueva «Regla de 1 kg» sobre la plataforma de competencia.

## DESARROLLO

### Situación problemática

Efecto de la nueva «Regla de 1 kg» que da la posibilidad de incrementar sólo 1 kg en los intentos de arranque y envión en las competencias de levantamiento de pesas.

### Problema científico

¿Qué ocurre con la aplicación de la nueva «Regla de 1 kg» que permite incrementar como mínimo 1 kg en los intentos de arranque y envión en las competencias de levantamiento de pesas?

**Objetivos**

- Caracterizar el incremento de peso de la palanqueta por intento, en los ejercicios de arranque y envión, que utilizan los pesistas en competencia con la regla anterior y la actual de 1 kg.
- Comprobar si existen diferencias en el incremento del peso de la palanqueta por intento en cada ejercicio competitivo con la regla anterior y la actual de 1 kg.

**Metodología**

Se utilizó para la investigación una muestra no probabilística intencional con los resultados que aparecen en los protocolos de dos competencias: una en la que se utilizó la regla anterior y en la otra, la regla actual de 1 kg.

La muestra representativa incluye a los 371 pesistas que estuvieron en los Juegos Olímpicos de Atenas (Grecia, 2004), en la que se utilizó la regla

anterior; y los 457 que participaron en el Campeonato Mundial Juvenil de Busán (Korea, 2005), que emplearon la regla actual de 1 kg.

Se calcularon los incrementos del peso de la palanqueta en el segundo y tercer intentos en los ejercicios arranque y envión. Con los valores encontrados se creó una base de datos con el paquete estadístico SPSS Versión 11.5 para windows con cuatro variables, correspondientes a los intentos del arranque y de envión, pertenecientes a las dos competencias, una con la regla anterior (2004) y la otra con la regla actual de 1 kg (2005).

En el procesamiento estadístico de las variables en estudio se obtuvo:

- Tabla de distribución de frecuencias.
- Moda.
- Media aritmética.
- Desviación estándar.
- Coeficiente de variación.
- Máximo y mínimo.

- Dócima no paramétrica para muestras independientes con la U de Mann and Whitney.

**Análisis de los resultados**

En la tabla 1 se presentan los incrementos del peso de la palanqueta por intentos utilizados en el arranque con ambas reglas, las frecuencias del empleo de cada uno y el por ciento correspondiente.

En el segundo intento se observa que con la regla anterior no fueron solicitados incrementos mayores de 10 kg, y el más empleado por los atletas fue el de 5 kg con el 84,3%. Con la regla actual no se utilizó el de 1 kg, ni tampoco los mayores de 7 kg, se destacó el de 5 kg como el de mayor preferencia con el 58,8%. Si se analiza los por cientos del intervalo de 4 a 6 kg de incremento con esta misma regla, vemos que se comporta de forma similar al más utilizado con la regla anterior, al corresponder un 82,5% de las frecuencias en este intento.

Tabla 1

INCREMENTO DEL PESO DE LA PALANQUETA EN EL ARRANQUE POR INTENTO CON LA REGLA ANTERIOR Y LA ACTUAL (KG)											
SEGUNDO INTENTO						TERCER INTENTO					
REGLA ANTERIOR			REGLA ACTUAL			REGLA ANTERIOR			REGLA ACTUAL		
INCREMENTO	n	%	INCREMENTO	n	%	INCREMENTO	n	%	INCREMENTO	n	%
			1	-	-				1	6	6,4
2,5	9	8,3	2	3	2,6	2,5	55	57,9	2	22	23,4
			3	12	10,5				3	28	29,8
			4	21	18,4				4	11	11,7
5	91	84,3	5	67	58,8	5	36	37,9	5	23	24,5
			6	6	5,3				6	2	2,1
7,5	5	4,6	7	5	4,4	7,5	2	2,1	7	1	1,1
			8	-	-				8	-	-
			9	-	-				9	-	-
10	3	2,8	10	-	-	10	2	2,1	10	1	1,1
>10	-	-	>10	-	-	>10	-	-	>10	-	-
n*	108		n*	114		n*	95		n*	94	

\* n: solicitudes de incremento del peso de la palanqueta.

En el tercer intento con la regla anterior tampoco fueron empleados incrementos mayores de 10 kg, y el más solicitado fue el de 2,5 kg con el 57,9%. Con la regla actual ya se puede apreciar el incremento de 1 kg y se observa la poca utilización de incrementos mayores de 7 kg, con una sola solicitud de 10 kg. El más empleado frecuentemente fue el de 3 kg con un 29,8%. Analizando de forma conjunta los porcentajes de los incrementos de 2 y 3 kg —que son los más próximos al más empleado con la regla anterior—, vemos que se acerca en alguna medida al más utilizado frecuentemente con esta regla, al computar los dos juntos el 53,2% de las frecuencias de este intento. Es de destacar que en este intento

con ambas reglas, las frecuencias del empleo de cada uno y el por ciento correspondiente.

Se puede observar que en el segundo intento con la regla anterior se emplearon todas las posibilidades de incremento y el más utilizado fue el de 5 kg con el 61,2%. Con la regla actual también fueron empleados todas las posibilidades de incremento y el solicitado con mayor frecuencia fue también el de 5 kg con el 43,2%.

En el tercer intento con la regla anterior no fueron solicitados incrementos mayores de 10 kg y el que más se empleó fue el de 5 kg con el 46,2%. Con la regla actual fueron pocos los incrementos mayores de 7 kg, solamente hubo una solicitud

de la palanqueta en los intentos de arranque y envión, persiste la preferencia por parte de los atletas de incrementar el mismo peso empleado con la regla anterior.

En la tabla 3 se pueden apreciar los estadígrafos del incremento del peso de la palanqueta, se observa que como promedio el aumento del peso en el segundo y tercer intentos de ambos ejercicios es menor con la regla actual. Es posible que esto se deba a que los atletas al tener más opciones, hagan de forma más racional el incremento del peso para el siguiente intento, al aplicar la ley de obtener un mejor lugar levantando el menor peso posible.

De acuerdo con el coeficiente de variación, existe una gran dispersión

Tabla 2

INCREMENTO DEL PESO DE LA PALANQUETA EN EL ENVIÓN POR INTENTO CON LA REGLA ANTERIOR Y LA ACTUAL (KG)											
SEGUNDO INTENTO						TERCER INTENTO					
REGLA ANTERIOR			REGLA ACTUAL			REGLA ANTERIOR			REGLA ACTUAL		
INCREMENTO	n	%	INCREMENTO	n	%	INCREMENTO	n	%	INCREMENTO	n	%
			1	2	1,5				1	14	12,0
2,5	5	4,9	2	4	3,0	2,5	24	36,9	2	9	7,7
			3	12	9,1				3	22	18,8
			4	14	10,6				4	16	13,7
5	63	61,2	5	57	43,2	5	30	46,2	5	35	29,9
			6	11	8,3				6	12	10,3
7,5	18	17,5	7	15	11,4	7,5	8	12,3	7	7	6,0
			8	6	4,5				8	-	-
			9	2	1,5				9	1	0,9
10	13	12,6	10	8	6,1	10	3	4,6	10	1	0,9
>10	4	4,1	>10	1	0,8	>10	-	-	>10	-	-
n*	103		n*	132		n*	65		n*	117	

\* n: solicitudes de incremento del peso de la palanqueta.

el incremento que le sigue al de mayor frecuencia de empleo con la regla anterior y la actual es el de 5 kg con un 37,9% y 24,5% respectivamente.

En la tabla 2 están reflejados los incrementos del peso de la palanqueta por intento utilizados en el envión

con 9 y 10 kg y no hubo ninguna mayor de 10 kg. El más utilizado frecuentemente fue también el de 5 kg con el 29,9%.

Este primer análisis nos da a conocer que, no obstante existir ahora mayor diversidad en el incremento del

en todas las variables estudiadas; esto se debe a la gran variedad que siempre presenta el incremento del peso en los intentos de arranque y envión por ser este multifactorial.

Si analizamos detenidamente esta dispersión relativa, resalta que siem-

pre es mayor en los terceros intentos de ambos ejercicios y a su vez es también mayor con la regla actual, ocurriendo todo lo contrario en el segundo intento.

Con respecto a los incrementos mínimos y máximos por intento y ejercicio se observa que con la regla anterior estos oscilan entre 2,5 y 10 kg y donde único no se comporta así es en el segundo intento del envión, en que el incremento máximo fue de 17,5 kg, lo que es atípico. Con la regla actual, los incrementos fluctúan entre 1 y 10 kg y solamen-

te no fue utilizado el incremento mínimo de 1 kg en el segundo intento del arranque, que en este caso fue de 2 kg; el incremento máximo alcanzó los 12 kg en el segundo intento del envión, algo similar a lo ocurrido con la regla anterior. Esto sucede cuando un atleta realiza el primer intento con un peso bajo para asegurar un resultado en este ejercicio y en el segundo intento solicita un incremento poco usual. Llama la atención que en el tercer intento de arranque y envión con la aplicación de ambas reglas los incrementos mínimo y máximo fue-

ran respectivamente iguales, mientras que resultaron diferentes en los segundos intentos.

En la tabla 4 se presenta el estadígrafo Z, la probabilidad y la significación de la dócima no paramétrica para muestras independientes realizadas por intentos con la utilización de la regla anterior y la actual. El resultado muestra que existen diferencias muy significativas en el incremento del peso de la palanqueta en los segundos intentos de arranque y envión con la aplicación de ambas reglas.

Tabla 3

ESTADÍGRAFOS DEL INCREMENTO DEL PESO DE LA PALANQUETA POR EJERCICIO, INTENTO Y CON LA REGLA ANTERIOR Y LA ACTUAL (KG)								
ESTADÍGRAFOS	ARRANQUE				ENVIÓN			
	SEGUNDO INTENTO		TERCER INTENTO		SEGUNDO INTENTO		TERCER INTENTO	
	REGLA ANTERIOR	REGLA ACTUAL	REGLA ANTERIOR	REGLA ACTUAL	REGLA ANTERIOR	REGLA ACTUAL	REGLA ANTERIOR	REGLA ACTUAL
$\bar{X}$	5,05	4,67	3,71	3,43	6,31	5,42	4,62	4,08
S	1,23	0,98	1,62	1,52	2,51	1,98	2,04	1,83
V	24,4	21,1	43,5	44,4	40,3	36,4	44,1	45,0
Mínimo	2,5	2	2,5	1	2,5	1	2,5	1
Máximo	10	7	10	10	17,5	12	10	10
n*	108	114	95	94	103	132	65	117

\*n: solicitudes de incremento del peso de la palanqueta.

Tabla 4

DÓCIMA NO PARAMÉTRICA PARA MUESTRAS INDEPENDIENTES POR INTENTO CON LA APLICACIÓN DE AMBAS REGLAS (U DE MANN-WHITNEY)								
	ARRANQUE				ENVIÓN			
	SEGUNDO INTENTO		TERCER INTENTO		SEGUNDO INTENTO		TERCER INTENTO	
	REGLA ANTERIOR	REGLA ACTUAL	REGLA ANTERIOR	REGLA ACTUAL	REGLA ANTERIOR	REGLA ACTUAL	REGLA ANTERIOR	REGLA ACTUAL
Z	2,898		0,752		2,688		1,128	
Probabilidad	,004		,452		,007		,260	
Significación	*		N.D.**		*		N.D.**	

\*Muy significativa.

\*\*N.D. No diferencia.

## CONCLUSIONES

1. El incremento del peso de la palanqueta de 5 kg tuvo la mayor preferencia con las dos reglas en el segundo y tercer intentos del envión y el segundo del arranque. En el tercer intento del arranque el aumento del peso más utilizado fue de 2,5 kg con la regla anterior y 3 kg con la regla actual.

2. El incremento promedio del peso de la palanqueta con la regla actual fue menor en ambos intentos y en los dos ejercicios.

3. Los incrementos mayores de 10 kg fueron muy poco frecuentes, sólo se observó en el segundo intento del envión con ambas reglas.

4. El incremento mínimo de 1 kg de la regla actual fue utilizado, pero en el segundo intento del arranque no se empleó.

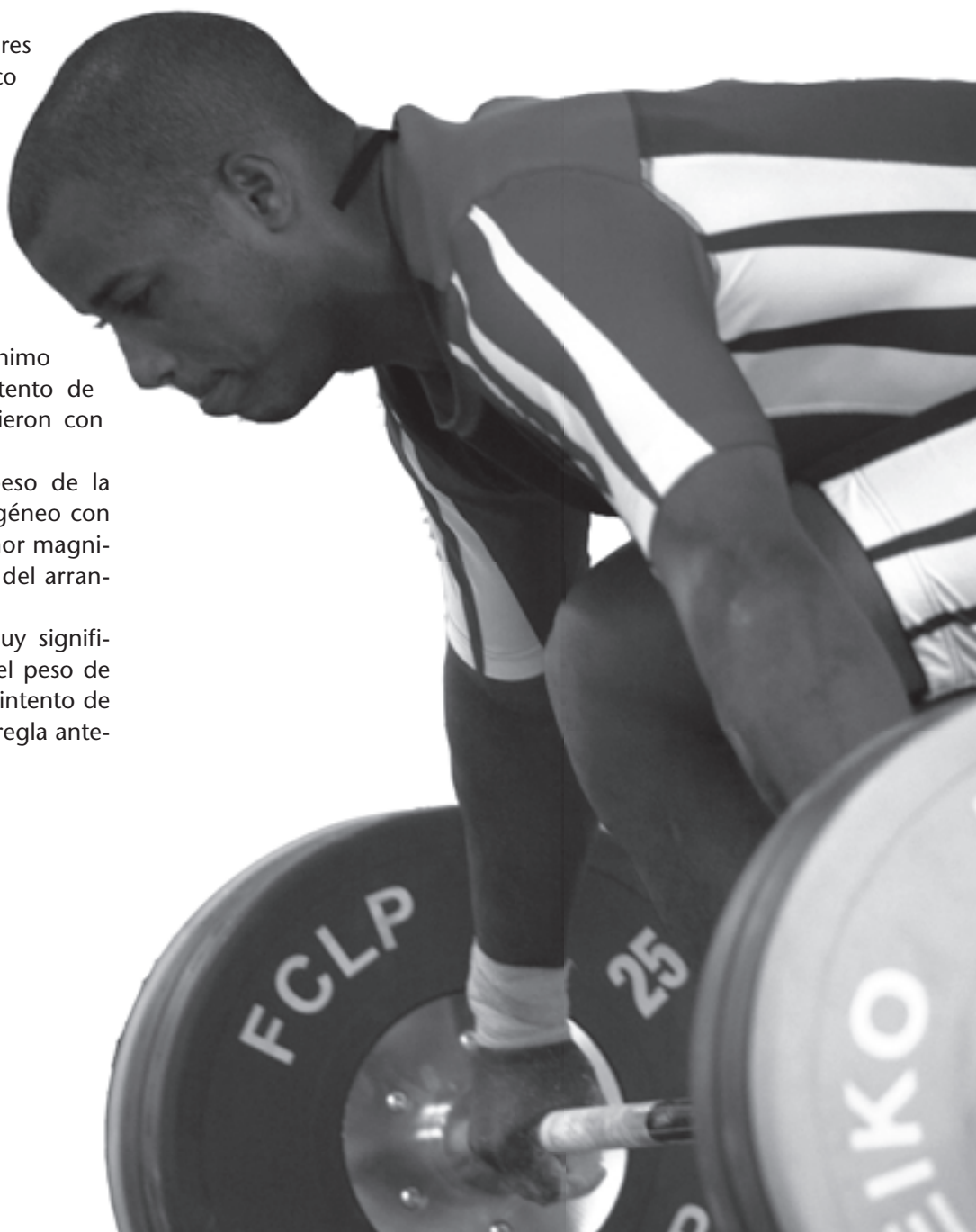
5. Los incrementos mínimo y máximo en el tercer intento de arranque y envión coincidieron con cada regla.

6. El incremento del peso de la palanqueta es muy heterogéneo con ambas reglas, pero en menor magnitud en el segundo intento del arranque.

7. Existen diferencias muy significativas en el incremento del peso de la palanqueta del segundo intento de arranque y envión entre la regla anterior y la actual.

## BIBLIOGRAFÍA

- BERNARD, OSTLE. *Estadística Aplicada*. Editorial Científico-Técnica, La Habana, 1977.
- COFFA, S., M. MYRDDIN y T. UESAKA. «La Regla de 1 kilo», en *Mundo Pesístico*, 3:22-23. Budapest, 2005.
- FEDERACIÓN INTERNACIONAL DE LEVANTAMIENTO DE PESAS. *Manual de Reglas 2001-2004*. IQ Press, Budapest, 2001.
- FEDERACIÓN INTERNACIONAL DE LEVANTAMIENTO DE PESAS. «Manual de Reglas 2005-2008». (Material impreso.)
- MESA, MAGDA. *Asesoría estadística en la investigación aplicada al deporte*. Editorial José Martí, La Habana, 2006.
- NÉMETH-MORA, ANIKO. «Un kilo=¿Revolución en la Halterofilia?», en *Mundo Pesístico*, 2:34. Budapest, 2004.
- ZATSIORSKI, V. M. *Metrología deportiva*. Editorial Planeta, Moscú, 1989.



# El deporte de cara al siglo XXI. Los desafíos entre lo global y lo local

■ DRA. C. BEATRIZ SÁNCHEZ CÓRDOVA

■ DR. C. JERRY BOSQUE JIMÉNEZ

■ LIC. OSMANY IGLESIAS RODRÍGUEZ



## RESUMEN

Reflexiona sobre el impacto de la globalización en el deporte y la actividad física, los cambios que ha traído consigo al ámbito local, es decir, nacional o autóctono. Cuba es ejemplo de alternativa para satisfacer las necesidades en lo local, pues ha desarrollado un sistema de cultura física y deporte, que desde los primeros años de la Revolución, asumió el deporte como un derecho del pueblo y se ha convertido en un importante mecanismo de educación, patriotismo y elevación de los niveles de vida y de salud.

## INTRODUCCIÓN

Nadie se cuestiona hoy que el deporte está en el centro de la crisis cultural de nuestros días. En estos tiempos, el impacto de la globalización y de los cambios sociales que han influido en el deporte y en la esfera de la actividad física ha sido de tal magnitud que sus fines y función social se distancian bastante de los ideales que les dieron origen en el movimiento olímpico moderno. No pocos escándalos han socavado los principios elementales del Comité Olímpico Internacional (COI), quien se ve en constante necesidad de reevaluar sus posturas frente a toda esta avalancha de procesos generados por la comercialización.

Detenernos en cómo los cambios sufridos en el deporte, y alrededor de este —en los inicios del siglo XXI— se encuentran en el centro de una lucha de ideas y reflexiones, en torno a la dialéctica de lo global y lo local —entendiéndose lo local como la identidad nacional y lo autóctono de cada

## Sports Facing 21st Century. A Challenge on Global and Local Arena

### ABSTRACT

This paper is an overall consideration about the impact of globalization on sports and physical activity and the changes it has brought about from global to local arena, that's to say, nationally and at home.

Among the alternatives to satisfy the needs on local area we show Cuba as an example because in our country a very developed system on physical culture and sports has been implemented since the very beginning of the Revolution and in which sport has been considered a right for all and has become a very important tool for education, patriotism, live level raising and health care.

región—, es nuestro objetivo primordial.

### IMPACTO DE LA GLOBALIZACIÓN EN EL DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FÍSICA

El actual movimiento deportivo, como pocos, se ha insertado con diferentes matices en la vida social, política y sobre todo económica de los estados; por lo que sin lugar a dudas, ha asimilado todo un caudal de relaciones que lo hacen no solo una parte inseparable de las sociedades sino, la expresión miniaturizada de estas. Ante esta realidad marcada por una constante dinámica, resulta vital e inevitable comenzar a pensar de una manera totalmente diferente.

El primer mundo apologista y defensor a ultranza del modelo neoliberal que nos proponen e imponen como la vía para el desarrollo y motor impulsor del proceso globalizador, no ha perdido la oportunidad de incluir

al movimiento deportivo como una pieza más dentro del esquema propuesto.

Veamos inicialmente las características esenciales de esta nueva época, que bajo los efectos de la globalización, es decir, lo global, provoca cambios significativos en la actividad deportiva, tanto a nivel internacional, como nacional, los cuales van desde la naturaleza organizativa, hasta las características mismas del deporte. Ellas son:

- Proceso desenfrenado de profesionalismo y comercialización, que abarca atletas, equipos, eventos y espectáculos deportivos, sedes deportivas, medios deportivos, etcétera.
- Encarecimiento de esta actividad, sobre todo el deporte de alto rendimiento; con implicaciones reales para la formación de atletas de calidad.
- Poder económico para tener las posibilidades de organizar eventos

deportivos internacionales importantes, con la calidad hoy exigida, privativo de grandes ciudades de países desarrollados.

- La apertura de la esfera deportiva a las empresas privadas y en especial a las transnacionales, que han visto en la actividad deportiva un medio para la obtención de altas ganancias; a partir de aquí el deporte se ha convertido en un negocio tan lucrativo como otro cualquiera de la producción y los servicios y se orienta a la rentabilidad.
- El patrocinio deportivo constituye en la actualidad una de las principales fuentes de ingreso para el deporte y a su vez un modo de comunicación de la empresa patrocinadora con sus clientes potenciales y reales que es utilizado por ella como parte de su estrategia de marketing.

- Los derechos televisivos se han convertido en fuentes generadoras de grandes ganancias, no solo para las dominantes cadenas televisivas, sino también para las organizaciones deportivas. Esto ha posibilitado que la TV ha condicionado y compulsado los constantes cambios en la reglamentación técnica de los juegos deportivos y de diferentes disciplinas atléticas para adecuarlos a sus intereses comerciales.
- Las corporaciones multinacionales han monopolizando el proceso de producción y comercialización de implementos y medios deportivos, con el cual amplían su control sobre esta actividad. Transnacionales como Adidas, Nike, por citar solo dos de ellas, una vez que han asegurado este control están presionando constantemente a las federaciones in-

ternacionales a cambios periódicos de reglamentaciones técnicas.

- La contratación de deportistas extranjeros ha sido una práctica de los clubes profesionales, así como la adquisición de equipos deportivos por entidades de la producción y los servicios.
- Cambio de las metodologías del entrenamiento deportivo. Con anterioridad el atleta se preparaba para un limitado número de competencias en el año, por lo que era común la existencia de ciclos y fases de entrenamiento que aseguraba su preparación. Ahora, dada la elevada cantidad de competiciones en que tiene que participar el atleta durante el año, se requiere que esté en forma deportiva la mayor parte del tiempo y así la preparación debe asegurar esto.





- El impacto de la ciencia y la tecnología en el deporte y en la preparación del deportista, no avecina límites, el hecho de convertir las canchas y terrenos de juegos en laboratorios biomecánicos donde todo se digitaliza y se estudian las imágenes, cambiará el espectáculo no solo en cuanto a medios e instrumentos deportivos, sino a las técnicas y tácticas mismas de los ejercicios de diferentes competiciones.
- Auge del doping deportivo. El proceso acelerado de este mal está asociado a la profesionalización de la mayoría de los deportes, lo que convierte la obtención de ganancias monetarias en la finalidad de esta actividad.
- El uso de la biotecnología en el cuerpo de los deportistas ya avecina una discusión en torno a los límites para el juego limpio.

No podíamos esperar que el deporte —atendiendo precisamente a la naturaleza que lo distingue de un tiempo a esta parte, y que tanta similitud tiene con relación al esquema global reinante— resistiera ante la nueva avalancha globalizadora que cambia la vida económica, política y cultural del contexto mundial actual y que le imprime a todo el panorama deportivo internacional las siguientes particularidades:

- *Ser agente movilizador del sector económico, por constituir hoy un lucrativo y poderoso negocio.* Del rentable pero hasta cierto punto sano producto que fue el deporte en sus primeros retozos con el mercado —cuando solamente era un espectáculo—, este ha pasado a ocupar un lugar realmente privilegiado entre las conocidas industrias del entretenimiento y sobre todo, dentro de aquellas que mayor cantidad de dinero y mercado generan en el mundo

desarrollado actual. El vínculo del deporte con sectores tan poderosos como el de los medios de comunicación, las grandes transnacionales del negocio de los servicios, las industrias de confecciones textiles y calzado, las de implementos deportivos o las más influyentes compañías publicitarias, entre otros, desafortunadamente determinan en muchos casos el incierto rumbo del movimiento deportivo internacional.

- *Tener un elevado desarrollo tecnológico.* Los primeros síntomas o la primera brecha abierta por el deporte al fenómeno de la globalización fue justamente la ineludible necesidad de asumir por este las nuevas tecnologías, vitales sin dudas, ante el enorme desarrollo alcanzado por el propio deporte a través de su historia. Esta indiscutible realidad abrió las puertas para que en desenfadada batalla las novedosas y sofisticadas tecnologías de punta entraran al mundo deportivo y determinaran en algunos casos la propia existencia de este. Actualmente no queda ninguna duda de la casi total dependencia del deporte a la tecnología. El deporte se ha convertido en un receptor seguro de todo nuevo avance tecnológico, traducido este, entre otros aspectos, en nuevos y sofisticados implementos para la preparación física de los deportistas, nuevas generaciones de sustancias farmacológicas tanto para la preparación de los deportistas como para la detección de sustancias prohibidas tan en boga en el deporte actual, la aplicación de los adelantos informáticos, así como la implementación de novedosas metodologías y sistemas de dirección.
- *Experimentar grandes cambios jurídicos en favor de su mercantilización.* Los enormes cambios susci-

tados concretamente en el seno de las instituciones deportivas internacionales y que responden por supuesto a la propia lógica del sistema reinante y no a la necesaria democratización que tanto el tercer mundo exige de estas, vienen a ser, lo que podríamos definir, el factor medular en la nueva arquitectura del movimiento deportivo internacional. Solamente los fatales, pero económicamente ventajosos, cambios jurídicos y de reglamentación dentro de organismos como el Comité Olímpico Internacional constituyen palpables ejemplos de cómo se manifiesta esta variante del «antiolimpismo institucional». En este sentido, temas históricamente tabúes dentro del Movimiento Olímpico Internacional como por ejemplo lo referido al profesionalismo, la comercialización o el uso por un país de los deportistas de otro, han sido «tratados» y cambiados pisoteando incluso muchos de los más sagrados ideales olímpicos, como aquel que abogaba por «un deporte olímpico que no debía servir para satisfacer intereses ajenos a este». Aquellos principios olímpicos, de los cuales tanta apología se ha hecho a través de poco más de cien años de existencia de dicho movimiento, hoy han sido transformados en políticas comerciales alrededor del deporte. No nos asombremos ante la posibilidad de que en cualquier momento el Comité Olímpico Internacional sea jurídicamente privatizado y entonces adquiera de esa forma el status que, en la práctica, desde hace mucho viene desempeñando.

- *Asumir funciones ajenas a su finalidad.* De las tradicionales funciones del deporte como profesión, trampolín para escalar socialmente, incluso para hacer carrera política, este ha pasado

a desempeñar otras como la de trampolín migratorio de los países pobres a los del primer mundo. La situación económica del tercer mundo, conjuntamente con la cobertura actual que permite a los países desarrollados robar talentos al mundo periférico, abre una puerta a este tipo de migración. Esta variante actual de un fenómeno que no es reciente ha tenido su expresión anterior en el saqueo de científicos, artistas y otros recursos humanos importantes del tercer mundo.

- *Propiciar permanentes debates éticos en torno a su forma de manifestarse y a las ilegalidades que le suceden.* Paralelamente, esta filosofía del dinero como único y determinante dios verdadero ha penetrado y corroído los niveles más altos de los organismos deportivos internacionales más importantes. No solo los deportistas se dopan para obtener mayores resultados y con ello jugosos premios en metálico, sino el simple hecho de que los eventos deportivos —a cualquier nivel— se han convertido en una jugosa fuente de ganancias ha bastado para que la corrupción y los sobornos constituyan hoy la mayor causa del desprestigio de muchas de estas instituciones. De aquí que en más de una ocasión a cambio de prebendas y sobornos se hayan escamoteado y robado sobre todo a los países del tercer mundo, sus derechos a ser sedes de eventos deportivos.

Inevitablemente, a la dependencia casi absoluta del deporte de los factores económicos y la corrupción, tenemos que adicionarle —lo que sin lugar a dudas constituye la cara del paradigma neoliberal de esta nueva era—, *la pérdida de poder e influencia de los estados ante el libre flujo del sacrosanto capital.* Este complemento sumado a la nociva falta de voluntad política para con el deporte, han sido los factores

fundamentales que limitan el desarrollo actual de este.

Paradójicamente, hoy el deporte nos da evidencias concretas de retornar, por lo menos en cuanto a su función social, a lo que fue en los inicios del siglo xx, cuando fue su práctica un lujo que solo podían darse quienes tuvieran posibilidades económicas. En la actualidad, salvando la enorme distancia de cien años, el deporte se ha convertido en un privilegio de unos pocos estados que cuentan con la capacidad económica de mantener un sistema deportivo con las exigencias de nuestra época. Hoy el nuevo escenario deportivo evidencia de una manera mucho más clara las enormes diferencias ya no entre los individuos sino, entre naciones, regiones geográficas e incluso, continentes. Evidentemente las cosas han cambiado de inicios del siglo xx a la actualidad pero la esencia sigue presente, el factor económico, en primera instancia, sigue marcando la diferencia.

En este ámbito los cambios son muchos, aparecerán nuevos deportes y nuevos relatos sobre ellos; el simple disfrute de ver y apreciar un espectáculo deportivo, nos parecerán cosas de películas de ficción.

Así las cosas, cabe preguntarse: ¿qué posibilidades en materia de deporte y actividad física, para el desarrollo de sus pueblos, les quedan a los países subdesarrollados ante esta inevitable globalización neoliberal?

La realidad sin dudas es sumamente contradictoria. Jurídicamente, el derecho de practicar deportes y participar en los grandes eventos no limitan a ningún estado o nación pero la determinante mala situación económica, sí.

Resulta al mismo tiempo muy lamentable el papel que le ha tocado desempeñar al mundo subdesarrollado dentro de esta «nueva época olímpica». El primer mundo mutila abiertamente las posibilidades del tercer mundo en lo que a deporte de alta competición se refiere; compran deportistas, importan de contrabando talentos de estos

países que luego explotan en ligas profesionales o representando a un país y a una bandera que no es la suya, y lo más vergonzoso es la forma en que pisotean el orgullo y la identidad nacionales de muchas naciones que —teniendo un gran potencial— no han visto y en un futuro inmediato no podrán ver su bandera en lo más alto de la cumbre deportiva mundial.

El ritmo del movimiento deportivo actual le impone a las naciones económicamente más pobres —a la mayoría de las naciones— la impostergable necesidad de repensar las estrategias a seguir en torno al deporte, si es que de alguna forma guardan la esperanza de tener —ya no la remota posibilidad de poder organizar un evento deportivo importante o el orgullo de alcanzar una presea con independencia de su color en uno de ellos— el elemental derecho de participar y tener quien las represente.

Por otra parte, amparado en el dominio casi absoluto de ese sinónimo de poder que son los medios de comunicación, el primer mundo legitima e institucionaliza cada lenguaje y código comunicativo que se ajusten y respondan a sus intereses. En este sentido, términos como mercado, oportunidades o capital, han invadido la privacidad de las naciones intentando a toda costa hacernos ver las virtuales ventajas del modelo global propuesto al mundo actual. En el caso específico del deporte —o lo que va quedando de este— la ofensiva ha estado centrada en imponer la ridícula falacia de que los actuales fenómenos vinculados a este, como la profesionalización o la comercialización, constituyen en materia deportiva una oportunidad para estos países, todo ello sustentado sobre la base de que cada país puede hacer uso en determinado evento, de sus deportistas rentados en ligas profesionales.

¿A qué oportunidades se refiere esta falacia, si tenemos en cuenta que los países del tercer mundo prácticamente pierden todo derecho jurídico de usar a sus propios ciudadanos?

La belleza que en alguna ocasión distinguí al deporte, su marcado sentido humano, su capacidad de unir en una batalla simbólica y amistosa a personas y naciones con independencia de cultura, raza, credo político o religioso, se han perdido ante esa realidad matizada por el gigantismo, el mercantilismo, la comercialización desenfrenada y la corrupción institucional.

El primer mundo apologista y defensor a ultranza del modelo neoliberal que nos proponen e imponen como la vía para el desarrollo, no ha perdido la oportunidad de incluir el deporte como una pieza más dentro de ese esquema propuesto. El marcado interés del primer mundo por los preciados recursos naturales de los países, objetivo fundamental de su desigual relación con el mundo subdesarrollado, ha pasado en esta nueva etapa neoliberal a un proceso de saqueo y robo de otros recursos mucho más preciados y vitales para nuestros países: *los recursos humanos*. La desenfrenada mercantilización de que son objeto los deportistas de países pobres, constituye no un ejemplo más sino, la consecuencia misma de un proceso que comenzó con el robo de cerebros y que no pretenden frenar hasta tanto no haya absorbido cada ápice de cultura e identidad de esas naciones.

El panorama de la educación física ante esta situación es todavía más difícil. La descentralización de la educación, la ausencia de apoyo estatal a esta, la privatización de los sistemas de enseñanza, la implementación de modelos globales de enseñanza que desconocen muchas veces los escenarios sociales y los intereses de los países, la influencia del mercado en la educación y en general, la ruptura del diseño nacionalista que ha regido los sistemas de enseñanza hasta la llegada de la globalización, han sido factores fundamentales que condicionan hoy la necesidad de que un sólido debate en torno a la educación física, sea incluida en congresos, eventos científicos, políticos y demás foros importantes.

Desafortunadamente para la gran mayoría que representamos los países menos desarrollados, el primer mundo configura el deporte y la actividad física, de la misma manera que determina cuál es el sistema económico y financiero, político, militar e incluso cultural que debe regir. Para ello, posee los medios económicos y los utiliza con este fin; minando la identidad y la cultura de las naciones, manipulando los organismos e instituciones internacionales, lanzando misiles en el país que se le antoja, robando científicos y deportistas del tercer mundo, determinando cuál, cómo y dónde son los deportes, las reglas y las naciones con derechos dentro de su esquema de funcionamiento del orden mundial.

En relación a lo global, se observa una profundización creciente en torno a los temas del deporte, lo cual se verá reflejado en su inserción completa como objeto de estudio en los ámbitos universitarios y académicos en general (Guterman, 2000), lo que permitirá llevar a cabo investigaciones teóricas y empíricas para desarrollar las ciencias aplicadas y contribuir a disipar las dudas planteadas sobre el status científico de estos estudios.

En sentido general podemos resumir hasta aquí que el deporte —como señalara en una ocasión el Comandante en Jefe Fidel Castro— ha entrado «en una época nueva, en que por influencia de grandes poderes económicos se ha ido comercializando cada vez más».

### **CUBA. DEPORTE E IDENTIDAD NACIONAL, LA RESPUESTA LOCAL**

El marcado interés hacia el deporte, no es exclusivo de los principales centros de poder mundial. En los llamados países subdesarrollados y del tercer mundo, se llevan a cabo no pocas alternativas para satisfacer las necesidades en lo local, entendiéndose esto como la identidad nacional y lo

autóctono de cada región, que exige un abordaje diferente que sea capaz de explicar aquellos fenómenos que se desarrollan o generan en el ámbito del deporte y la actividad física.

La experiencia cubana en materia deportiva —motivo para muchos de satisfacción y esperanza, para otros, de ira— muestra a los ojos del mundo índices que constituyen la mejor respuesta al enorme reto que las nuevas condiciones imponen al desarrollo deportivo de los países.

El recién terminado siglo, sobre todo sus últimas cuatro décadas, fue determinante en materia de desarrollo deportivo para Cuba. La maratónica tarea que asume la Revolución apenas comenzada en 1959 en esa esfera abandonada, difícilmente podría ser superada por otra nación en vías de desarrollo. El deporte cubano entra al nuevo milenio con un nivel deportivo insuperable incluso por naciones del llamado primer mundo. Solamente ubicarnos, contra todo pronóstico, dentro de las quince primeras naciones a nivel de Juegos Olímpicos constituye una utopía para muchos países.

Pero no siempre fue así, antes del triunfo de la Revolución, el deporte en Cuba era privilegio de las clases sociales acomodadas. Aquellas figuras que destacaban por sus condiciones físicas o aptitudes para determinada disciplina, eran captadas por clubes o entidades privadas que solventaban, en mayor o menor grado su preparación. El profesionalismo y la comercialización incipientes, caracterizaban el panorama deportivo cubano solo unas décadas atrás.

Durante la seudorrepública (1902-1958) la profesión de educación física la ejercían personas con conocimientos empíricos. Solo en 1948 se crea el Instituto Nacional de Educación Física (INEF), y comienzan los cursos de verano en la Universidad de La Habana.

En los primeros años de la Revolución, alentado por el imperialismo, comienza el éxodo de profesores de Educación Física. Más del 60% emigra

a los Estados Unidos, quedan en el país 300.

El 23 de febrero de 1961, mediante el Decreto 936 del Gobierno Revolucionario, se constituye el Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación (INDER). A partir de este momento, el país sienta las bases para el desarrollo de un potente movimiento deportivo nacional, que con el paso de los años, ha llevado a Cuba a ubicarse en los primeros planos a nivel internacional.

A través de un recorrido histórico y una valoración crítica sobre esa etapa, podemos señalar que el sistema creado por el INDER propició:

- Eliminar el profesionalismo y sus implicaciones en lo social.
- Crear y perfeccionar el régimen de participación masiva de todos los sectores de la población, con prioridad para los jóvenes.
- Inaugurar en 1965 la escuela de perfeccionamiento atlético y establecer en 1966 el centro de entrenamiento Cerro Pelado para el equipo nacional. Así partiendo del sistema masivo se transitó hacia el selectivo.
- Crear la industria deportiva para satisfacer las necesidades de materiales e implementos deportivos.
- Establecer un sistema de formación de cuadros científicos pedagógicos de cultura física.
- Posibilitar que los profesores e instructores más capaces del país recibieran cursos de capacitación por especialistas altamente calificados de la ex Unión Soviética y del ex campo socialista.
- Establecer la gratuidad de los espectáculos deportivos.
- Crear el Instituto de Medicina Deportiva.
- Establecer los Juegos Escolares Nacionales.

- Implementar planes y programas con planificación centralizada para el desarrollo y fomentación de actividades del movimiento de la cultura física.

Como fruto de los ingentes esfuerzos realizados en el ámbito de la cultura física y el deporte en todos estos años, Cuba con 11 millones de habitantes ha logrado situarse de forma estable entre los primeros países del mundo en el deporte olímpico, el segundo en Juegos Panamericanos y el primero en Juegos Centroamericanos y del Caribe, así como lugares cimeros en campeonatos mundiales, copas del mundo y de las universidades en diversos deportes, como son: béisbol, voleibol, atletismo, boxeo, judo, esgrima, kayacks, pesas, entre otros.

Sin embargo, esta privilegiada posición dentro del deporte elite —aunque así lo parezca— no constituye el más sobresaliente éxito del modelo deportivo que hemos asumido.

El éxito en el deporte de alto rendimiento cubano es el reflejo de todo un programa que tiene como base fundamental para su desarrollo la participación, que se expresa en los planes populares, la educación física, el deporte masivo y la recreación. Por ello, no podemos limitarnos a ver en el deporte de alto rendimiento y sus éxitos un resultado independiente. Este es fruto de un sistema bien engranado que comienza en los consejos populares pasando por la escuela como institución medular de este, hasta llegar al alto rendimiento.

A diferencia de muchos países, sobre todo del contexto latinoamericano en el que nos insertamos como espacio cultural, en Cuba el sistema de cultura física y deportes se desarrolla sobre la base de un estrecho vínculo con el proceso político que vive el país. El sistema democrático cubano considera al hombre como sujeto determinante de su propio destino y realización como nación. El hombre ha



sido la razón de ser del sistema y a él se debe su éxito. Ha sido precisamente en el rico potencial humano de la comunidad donde el Estado —a través de sus políticas sociales en torno a la actividad física— encontró la solución al subdesarrollo en materia deportiva.

En este sentido, la mayor riqueza de nuestra política deportiva radica en el hecho de haber podido desarrollar en condiciones económicas no siempre favorables un sistema de cultura física y deportes, sustentado ante todo en el principio vital del deporte como derecho del pueblo y en favor del desarrollo humano de este.

La colosal labor de más de cuarenta años a favor del desarrollo del deporte y la cultura física, tuvo y sigue teniendo en Cuba un pilar fundamental en la real y consecuente voluntad política de desarrollar y mantener a toda costa un sistema de cultura física y deportes sobre la base de los valores y los principios morales que sustentamos.

La eliminación del profesionalismo y la desenfrenada comercialización desde el propio año 1959, la masificación y obligatoriedad gratuita de la educación física dentro del sistema nacional de educación, la programación y desarrollo de actividades recreativas en las comunidades incluso en aquellas más intrincadas, el vínculo del INDER con otros sectores como el de la salud, el desarrollo de todo un sistema de cultura física terapéutica a través de áreas terapéuticas, el desarrollo de la medicina deportiva, la elevación del nivel escolar y cultural de nuestros deportistas, la creación de escuelas e institutos de cultura física y deportes en todo el país y sobre todo, la masificación de los espectáculos deportivos y el desarrollo de toda una cultura deportiva de la sociedad, entre muchos otros logros, son los que desde hace más de tres décadas prestigan a Cuba en materia deportiva a nivel mundial.

La experiencia cubana en materia deportiva ha quebrantado, sobre todo en los últimos diez años la válida, pero no absoluta, teoría de que los éxitos

en el deporte tienen necesariamente que estar sustentados en un sólido desarrollo económico. Hasta finales de la década del ochenta, cuando termina brusca y radicalmente el apoyo que recibía Cuba de los países del antiguo campo socialista esta teoría contaba con cierta validez.

Pero, ¿cómo se explica que sea justamente durante la década económicamente más difícil para el país que hayamos logrado los más altos resultados en materia de deporte?, ¿cómo se explica que pese a las limitaciones económicas, agudizadas por un bloqueo que nos imposibilita acceder al mayor mercado del mundo y a otros que por temores no comercializan con Cuba, dificultando de esta forma el acceso a tecnologías de punta, reactivos, alimentos y demás insumos deportivos, el sistema no ha dejado de funcionar?

Para muchos estas interrogantes constituyen eternas paradojas. Para otros, de manera mal intencionada, con el solo ánimo de desprestigiar el deporte cubano y con ello la Revolución, las explicaciones están en criterios nunca fundamentados como «la politización de que es objeto el deporte en Cuba y la supuesta utilización de este como un instrumento de la política». Pero, es el deporte un fruto de la política, y por ello un fin y no un medio de este.

No obstante, cabría preguntarnos en este sentido ¿tiene para Cuba algún valor político el desarrollo del deporte y los éxitos alcanzados en la arena internacional?

Para Cuba en particular y para el tercer mundo discriminado y explotado en materia deportiva en general, demostrar al omnipotente primer mundo que existe un sistema deportivo alternativo y diferente, capaz —sin necesidad alguna de comprar, sobornar o robar deportistas— no solo de codearse en cualquier lid sino de arrancarle medallas en condiciones por lo general adversas y hostiles, significa la única victoria política que sin vacilación asumimos ante el mundo.

Cuba, convencida de la realidad que muestra el tercer mundo, está totalmente segura de que el futuro del deporte y la educación física no está —como se pretende hacer ver— en la despiadada privatización de que es objeto este ámbito en todo el mundo. En países subdesarrollados, no es posible desarrollar un sistema deportivo justo y con resultados reales, con un alto nivel científico y técnico en favor del desarrollo humano, si no es a través del vínculo y el serio compromiso político de los estados para con el deporte.

Esa es sin lugar a dudas una «politización» que no solo permite el deporte sino, que la necesita para su desarrollo y el de las sociedades que lo practican. La otra politización —la de los boicots de eventos deportivos con fines políticos, la manipulación de pruebas, los sobornos a jueces con fines de desestabilización política, la de intervenir en los asuntos de los estados a través del deporte, etc.— no es nada beneficiosa para el futuro de este, y esa es la que Cuba no está acostumbrada a practicar.

El éxito alcanzado por el deporte cubano se resume en las palabras del Comandante en Jefe Fidel Castro, cuando señalaba que nuestros atletas llevaban adentro algo más que la preparación física, porque había principios que estaban por encima de todos los demás, incluso de todas las medallas de oro. Sin lugar a dudas, en la esencia de esos pensamientos está la explicación de cualquier interrogante en torno a nuestro deporte.

Esta pequeña y aparentemente insignificante isla del Caribe ha conceptualizado en la práctica lo que realmente debe ser la globalización.

En la actualidad Cuba brinda en materia deportiva su colaboración a un sinnúmero cada vez creciente de naciones de todo el mundo incluso desarrolladas. El alto nivel alcanzado en las esferas de la educación física y el deporte ha permitido a nuestro país brindar a otros países, técnicos con un nivel profesional

igual o superior a los de nuestros propios equipos nacionales.

La globalización solidaria que profesa nuestro sistema deportivo no se limita hoy al apoyo técnico que se presta en otros países. La mayor expresión de esa voluntad de contribuir, sobre todo con los países del tercer mundo, se expresa en acciones concretas como:

- La apertura en Cuba de una Escuela Internacional de Educación Física y Deportes que forma profesionales capaces de asumir los retos que tiene ese campo en sus respectivos países. (Se han graduado más de 800 estudiantes de 54 países, y estudian otros 1 356 jóvenes de 78 países.)
- La creación de un laboratorio antidoping en Cuba que ofrece servicios a países pobres y necesitados.
- La ayuda a los países del tercer mundo. (Más de 15 000 técnicos han prestado colaboración técnica en 102 países en los últimos doce años.)
- La intransigente posición de denuncia asumida por Cuba ante la necesidad de reformas en los organismos e instituciones deportivas internacionales, como justo apoyo a las más de 120 naciones que no cuentan con un representante en el Comité Olímpico Internacional, ni tienen la posibilidad de hacer llegar sus criterios y puntos de vista o expresar sus intereses a dicho comité.
- La constante oposición de Cuba a la manipulación de que es objeto el COI por parte de los países más desarrollados, que amparados no solo en el número de votos con que cuentan dentro de este comité sino en su enorme peso político y económico, ejercen un dominio total de ese organismo, como lo demuestra el hecho de

que la mayoría de esos países fueron sedes de los Juegos Olímpicos del pasado siglo.

- La inquebrantable posición asumida por Cuba en defensa de los ignorados intereses del tercer mundo ante el injusto, discriminatorio y antidemocrático modelo deportivo actual.
- El hecho de representar y prestigiar con nuestros logros al tercer mundo en cada evento que participamos.
- La posición de Cuba en defensa de un deporte humano y participativo frente al agonizante modelo globalizado con carácter mercantilista y deshumanizado que se intenta imponer al mundo actual.

No resulta nada difícil suponer que el siglo recién estrenado seguirá imponiendo retos al desarrollo deportivo. El deporte seguirá su constante metamorfosis y las estrategias en torno a él seguirán siendo una necesidad vital y objetiva para todo aquel que de una forma u otra tenga relación con esta actividad.

Mientras el tercer mundo entra al siglo XXI con la preocupación de responderse a sí mismo la interrogante de qué hacer desde lo local, es decir lo nacional, lo autóctono, Cuba muestra al mundo un sistema de cultura física y deportes cuyos indicadores fundamentales exhibe un pueblo con una amplia cultura deportiva, que disfruta y participa activamente no sólo en la práctica de la actividad física y el deporte, sino también en su organización a nivel comunitario. Además, cuenta con 67 000 profesores de Educación Física, Deporte y Recreación. Existen 79 127 estudiantes en el sistema deportivo, de los cuales 59 127 se forman como Licenciados en Cultura Física en los 169 municipios del país. La alta calificación de los recursos humanos especializados constituye el sostén de los resultados del movimien-

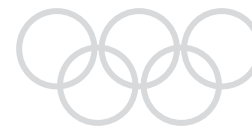
to deportivo cubano. Para ello contamos con el programa de maestría Actividad Física en la Comunidad y el programa de atención a las Glorias del Deporte Cubano (Jiménez, 2006), lo que hacen del deporte una alternativa viable ante el reto de la globalización actual.

Es por ello que si de retos se trata, no seríamos consecuentes asumiendo para el nuevo siglo una posición diferente a la que hemos mantenido durante estas cinco décadas. Mantener y perfeccionar nuestro sistema de cultura física y deportes sobre las bases que hasta hoy lo sustentan, contribuir con el desarrollo solidario del deporte y la educación física del tercer mundo, así como brindar nuestro incondicional apoyo en defensa de los intereses de la mayoría tercermundista, ha sido y será, el único y posible reto que con las armas de la moral asumiremos. Para ello contamos con la mayor riqueza posible: el potencial humano y el poder de su inteligencia.

## BIBLIOGRAFÍA

- GUTERMAN, TULLIO. «El deporte profesional en el siglo XXI». Inclusión, transformación y diversidad. Lecturas de educación física y deportes», en *Revista Digital*, año 5, no. 18, Buenos Aires, febrero 2000.
- JIMÉNEZ, CHRISTIAN. «Palabras en la ceremonia de apertura del XI Congreso Mundial Deporte para Todos», 31 de octubre-3 de noviembre 2006, en *Memoorias*, La Habana, 2006.
- Manual de Administración Deportiva*. Editorial Hurford Enterprises Ltd., Suiza, 2000.
- MARTÍNEZ, OSVALDO. «La globalización de la economía mundial. La realidad y el mito», en revista *Cuba Socialista*, no. 2, 1996.
- RAMONET, IGNACIO. «Globalización, desigualdades y resistencias», en revista *Economía y Desarrollo*, no. 1, 2000.
- «Retos del deporte cubano ante un mundo globalizado», edición especial para la audiencia pública de la Asamblea Nacional y el INDER. Impresora José A. Huelga, INDER, La Habana, 2000.

# El crecimiento de los resultados competitivos en las impulsoras de bala de Cuba y del mundo en el período 1989-2000



■ Ms. C. HERISBEL DAMIÁN VILLANUEVA MAYOR

## RESUMEN

Existe en el atletismo nacional un problema al que aún no se le ha dado solución y está relacionado directamente con la interrogante de cómo se comporta el crecimiento de los resultados competitivos en las lanzadoras cubanas y extranjeras en las disciplinas de impulsión de la bala, sexo femenino, mientras transitan de una edad a otra. Fue un propósito central del autor determinar el comportamiento de la dinámica de crecimiento de los resultados competitivos de esas lanzadoras para enriquecer el conocimiento que en Cuba se tiene de estas disciplinas y muy en particular, para establecer los *tempos* de crecimiento de las marcas de una edad a otra. Para lograr tal fin se procesaron los diez mejores resultados competitivos de Cuba y del mundo en el período 1989-2000 en edades de 16 a 29 años. El promedio de las diez mejores marcas fue planteado en gráficos de líneas, comparando la dinámica de Cuba con la del mundo, y además se calcularon los *tempos* de crecimiento del rendimiento competitivo de una a otra edad mediante el cálculo de delta equis ( $\Delta X$ ) diferenciales. Los resultados demuestran que en Cuba la mejor marca y el promedio de los mejores rendimientos competitivos se logran mucho antes que en el ámbito mundial. En la investigación se ofrecen tablas donde están reflejados los *tempos* de crecimiento del resultado deportivo de una edad a otra, en el ámbito nacional e internacional, lo que constituye un aporte al enriquecimiento de la teoría y metodología del entrenamiento deportivo y la metrología del deporte.

## The Growth of the Competitive Results in the Shot Putters of Cuba and the World in the Period 1989-2000

### ABSTRACT

We still have a problem in the national athletics without solution and it is related directly with the growth of the competitive results in the Cuban and foreigners shot putters in the disciplines of drive of the bullet, feminine sex while they traffic from an age to another. It was the author's central purpose to determine the behaviour of the dynamics of growth of the competitive results of those pitchers to enrich the knowledge that Cuba has in these disciplines and in particular to establish the *tempos* of growth of the marks from an age to another. To achieve such this goal the 10 better competitive results of Cuba and of the world were processed in the period 1989-2000 in ages from 16 to 29 years. The average of the 10 better marks were outlined in graphics of lines comparing the dynamics of Cuba with those of the world and the *tempos* of growth of the competitive performance were also calculated from one to another age by means of the use of Delta Equis ( $\Delta X$ ) Differential. The results demonstrate that in Cuba the best mark and the average of the best competitive performance are achieved earlier than in the world. Charts with the *tempos* of growth of the sport results from an age to another are reflected in the national and international environment, which constitutes a contribution in the enrichment of the Theory and Methodology of the Sport Training and the Metrology of the sport.

## INTRODUCCIÓN

La importancia del deporte en la vida moderna se hace cada vez más evidente, ya no solo en su carácter masivo como promotor de salud y bienestar para el pueblo, sino también dentro del alto rendimiento.

Esto es un reflejo exacto del nivel de desarrollo alcanzado por una sociedad determinada, lo que se comprende cuando vemos que cada día el deporte adquiere un carácter más

científico y más técnico, pues no resultan pocas las ciencias que dedican parte de su tiempo a las actividades deportivas, y específicamente a los escolares, quienes serán la base fundamental del futuro de esta actividad en nuestro país.

El atletismo, eslabón esencial en la preparación física del hombre, no es ajeno al desarrollo que ha alcanzado el deporte en nuestro país. Esta disciplina ha experimentado un crecimiento a través de los atletas escolares, juveniles y adultos; que son

parte del sistema socialista de cultura física.

Resulta relevante, que si en el atletismo nacional no se domina cuál es la tendencia del crecimiento de los resultados competitivos de una edad a otra en el área de los lanzamientos, el proceso de consecución de las marcas transita de una forma muy aleatoria y lo mismo puede un entrenador planificar de una edad a otra, que el resultado crezca en un atleta dado en 0,5 metros que en 5,0 metros, lo cual conduce a un proceso de mejoramiento de la preparación física.

Un estudio sobre esta temática evidencia que las investigaciones realizadas han adolecido de la profundización en la tendencia del crecimiento de las marcas, sobre todo, porque los resultados que se han procesado han sido eminentemente nacionales y no se han tenido en cuenta los mayores exponentes mundiales, lo que ha ocasionado, que no se conozca profundamente el comportamiento de los *tempos* de crecimiento de una edad a otra.

El desconocimiento de estos *tempos* afecta de forma dominante, el proceso de aplicación de los programas de preparación del deportista y la conducción del entrenamiento, pues los entrenadores no cuentan con indicativos efectivos que los orienten acerca de la tendencia del desarrollo de las marcas, limitando también la definición de los atletas de más talento en la disciplina de impulsión de la bala del sexo femenino.

El autor considera, que realizar un estudio sobre la temática, podría arrojar luz en torno a las indefiniciones antes indicadas, a la par que crearía las pautas para conocer cómo se comportan los resultados competitivos en correspondencia con los diferentes grupos etáreos del atletismo nacional.

Estas ideas constituyeron motivaciones importantes para encaminar la investigación hacia el crecimiento de los resultados competitivos en las im-

pulsoras de bala cubanas y extranjeras por lo que surge así el siguiente *problema científico*: ¿Cómo se comporta el crecimiento de los resultados competitivos en las lanzadoras cubanas y extranjeras en la disciplina de impulsión de la bala mientras transitan de una edad a otra?

Para dar cumplimiento a este problema nos trazamos los siguientes *objetivos*:

1. Determinar el comportamiento de la dinámica de los resultados competitivos de las atletas cubanas y extranjeras en la impulsión de la bala.

2. Precisar el comportamiento de los *tempos* de crecimiento del rendimiento competitivo de una a otra edad en los ámbitos nacional e internacional en la disciplina antes mencionada.

Para que estos objetivos sean resueltos realizamos las siguientes preguntas científicas:

1. ¿La tendencia de la dinámica del crecimiento de los resultados competitivos de las atletas cubanas y extranjeras se comporta de forma similar?

2. ¿Cuál es la edad donde logran la mejor marca las lanzadoras cubanas y las mejores lanzadoras del mundo?

3. ¿En cuál edad se logran los mayores *tempos* de crecimiento de los resultados competitivos en Cuba y el mundo?

Dando respuestas a las mismas proponemos las siguientes tareas:

- Elaborar una base de datos con las diez mejores marcas nacionales e internacionales, por edades, desde los 16 hasta los 29 años en las disciplinas de impulsión de la bala sexo femenino.
- Determinar el comportamiento de la dinámica del crecimiento de los resultados competitivos de una a otra edad en la disciplina de impulsión de la bala.
- Elaborar tablas con los *tempos* de crecimiento de los resultados competitivos de una a otra edad

en las lanzadoras de Cuba y del mundo.

El presente trabajo pretende determinar directamente los ritmos o *tempos* de crecimiento de los resultados de una edad a otra y por extensión de un grupo etáreo a otro, y sentará las bases para su conocimiento, pues no es menos cierto, que las normas que regulan el desempeño competitivo entre grupos etáreos y en el propio grupo etáreo constituyen la dinámica que permite sentar los algoritmos del crecimiento de los resultados deportivos y necesariamente está presente en toda su estructura, quiérase o no esos ritmos también lo están, porque ellos actúan como paradigma de la consecución de las marcas en la evolución del atleta hacia el logro del resultado élite.

El conocimiento del crecimiento de los resultados competitivos por edades, permite a los entrenadores de las disciplinas de lanzamientos comparar el resultado que están alcanzando las atletas bajo su tutela en comparación con el mundo, a través de las diferentes edades. Por lo tanto, a partir de los resultados de esta investigación se logra concretar un conjunto de índices para retroalimentar el proceso de entrenamiento de las impulsoras de bala, que tiene una incidencia directa en los programas de la preparación del deportista actuales y futuros, así como en la determinación más efectiva de la selección de los posibles talentos para estas pruebas.

Matveev L. expresa que «se refleja el hecho indiscutible de que durante los primeros años del entrenamiento deportivo las marcas crecen a ritmos altos, luego estos ritmos van decreciendo lentamente (...) y finalmente comienza a actuar la tendencia de la disminución de las marcas». (Matveev, 1983)

A juicio del autor, en la medida en que el atleta incrementa su resultado competitivo, se le dificulta realizar grandes saltos en él, pues se acerca a los límites propios de la edad, además del desarrollo deportivo de la época que le corresponde vivir.



D. Harre indica al respecto que: «el ritmo de incremento del rendimiento permite deducir si la capacidad de aprendizaje y las posibilidades de entrenamiento del joven deportista sobrepasan el promedio en el deporte que ha escogido». (Harre, 1983)

Es necesario tener presente la edad en que se inicia la práctica del deporte dado, pues constituye un elemento a valorar muy de cerca, en lo que respecta a la clasificación.

Al respecto dice V. N. Platonov que: «Las leyes objetivas de la formación de la adaptación crónica del organismo a las cargas de entrenamiento y de competición de uno u otro deporte dependen de la edad del inicio de la práctica deportiva y de los años de entrenamiento hasta lograr los resultados de Maestro del Deporte o Maestro del Deporte de nivel internacional (...) se observan diferencias sustanciales en los deportistas especialistas de distintas modalidades». (Platonov, 1991)

En Cuba habría que valorar el desempeño de los resultados competitivos desde la edad de inicio de la práctica en el área de lanzamientos, que transcurre aproximadamente desde los 9-10 años hasta el nivel de atleta adulto internacional de clase A, que es la categoría deportiva normada en la clasificación establecida en Cuba en mayo de 2001 por su autor E. Romero Frómata y no hasta el nivel de Maestro del Deporte, ya que nacionalmente no existe ese título deportivo.

Estos son indicadores a tener en cuenta de que en Cuba no se establecen exigencias extremas en los atletas principiantes, que transitan por un período gradual de adaptación a la carga.

En la obra *El entrenamiento deportivo*, se expresa que: «el crecimiento de la maestría (...) está limitada por la posibilidad física del organismo». (Verjoshanki, 1991)

Aquí debe apuntarse que existe entonces, una relación muy fuerte entre los resultados competitivos y

el nivel de preparación física del atleta; sin embargo, en este trabajo ese nivel no es estudiado, pero puede determinarse indirectamente por el nivel de los resultados competitivos del lanzador.

El autor parte de la consideración de que la investigación permitiría orientar rigurosamente el logro en los límites que se establezcan y reflejar el progreso desde el principiante hasta el campeón olímpico.

«Por sí mismo el ritmo o *tempo* del desarrollo de las capacidades dominantes no constituye el eslabón básico de la selección, sino se complementa con los ritmos de desarrollo de las marcas competitivas». (Romero, 1997)

De ahí se deduce que si los ritmos de desarrollo de los resultados competitivos constituyen un indicador de la selección deportiva, y en Cuba no se conoce con precisión esos ritmos, entonces la investigación que se lleva a cabo ayudará a develar esa indefinición.

En la literatura especializada, el estudio de los *tempos* de crecimiento se realiza calculando un delta equis ( $\Delta X$ ), que se obtiene de la diferencia del resultado entre dos momentos o períodos distintos, ya sea para la mejor marca, como para el resultado promedio. (Romero, 2000; Ejalde, 1985; Platonov, 1995; y Acosta, 1999). Este cálculo se establece de la forma siguiente:  $\Delta X = X_2 - X_1$ , donde el  $\Delta X$  es la medida cuantitativa del crecimiento o el llamado *tempo*,  $X_2$  y  $X_1$  son los resultados de las atletas en dos momentos distintos, que para el caso de la investigación serían dos edades cronológicas.

Para llevar a cabo la investigación fue seleccionada una muestra de 600 atletas de los niveles nacional e internacional pertenecientes al sexo femenino en la prueba competitiva de impulsión de la bala. Los resultados fueron obtenidos de los boletines que edita la Comisión Nacional de Atletismo al concluir cada competen-

cia nacional, de los Ranking anuales editados por el CINID del INDER y los Anuarios de la Asociación Internacional de Estadísticos del Deporte, editado por Peter Mathews. En todos los casos los resultados incluyen el período 1989-2000.

La intención se centró en seleccionar las mejores marcas de ese período. Para los atletas juveniles y adultos se exigía como requisito para ser seleccionado en la muestra, aparecer entre las 20 mejores marcas del Ranking Nacional cubano, mientras que para los atletas nacionales en edades de 15-16 años, seleccionados de los boletines que se editan al concluir cada Juego Nacional Escolar, se escogieron todos los finalistas en edades de 16 años. Una vez escogidos todos los resultados y agrupados por edades cronológicas fueron ordenados ascendentemente, utilizando la herramienta *Order* de Word del soporte windows.

Los métodos principales utilizados son los de análisis de fuentes documentales y el empleo de diferentes técnicas estadísticas. Su digitalización en el plano mediante gráficos de líneas, se convierte también en método de investigación por el peso que ocupa en la determinación de los *tempos* investigados. Esos resultados fueron procesados estadísticamente de la siguiente forma:

- Media: para determinar los valores medios de las diez mejores marcas.
- Coeficiente de variación: para el cálculo de la dispersión neta. Fue calculado en por ciento según la metodología de Zatsiorski (1989), con la referencia siguiente: entre 0 y 10%, poca dispersión; entre 11 y 20%, dispersión promedio; y superior al 20%, mucha dispersión.
- Determinación del *tempo* de crecimiento de una edad a otra: se procedió calculando un delta

equis ( $\Delta X$ ), estableciendo la diferencia de media entre dos edades, considerándose ese ( $\Delta X$ ) como el *tempo*.  $\Delta X = X_2 - X_1$ , donde  $X_2$  es la media superior y  $X_1$  es la media de edad inferior.

Los datos fueron planteados en gráficos de líneas, que hacen muy claro el análisis del comportamiento de la estadística aplicada.

El análisis del comportamiento de la mejor marca de Cuba y del mundo permite establecer en primera instancia a qué edad logran el mejor resultado competitivo las atletas nacionales e internacionales en las disciplinas de impulsión de la bala.

En el gráfico 1 se muestra la tendencia del crecimiento de la mejor marca en la impulsión de la bala; en el mismo se observa que en el ámbito nacional se alcanza el resultado máximo, primero que en el internacional, en el nacional se manifiesta a los 25 años con un registro de 20,96 metros y en el internacional, a los 29 años con un resultado de 21,69 metros, lo que representa un adelanto a favor nacional; por lo que puede expresarse que la diferencia en la forma de manifestarse ese pico explica por sí misma que en el país se muestran esos resultados mucho más temprano y de forma más acelerada que en el ámbito mundial.

En el ámbito nacional se observa cómo hay un aumento positivo desde

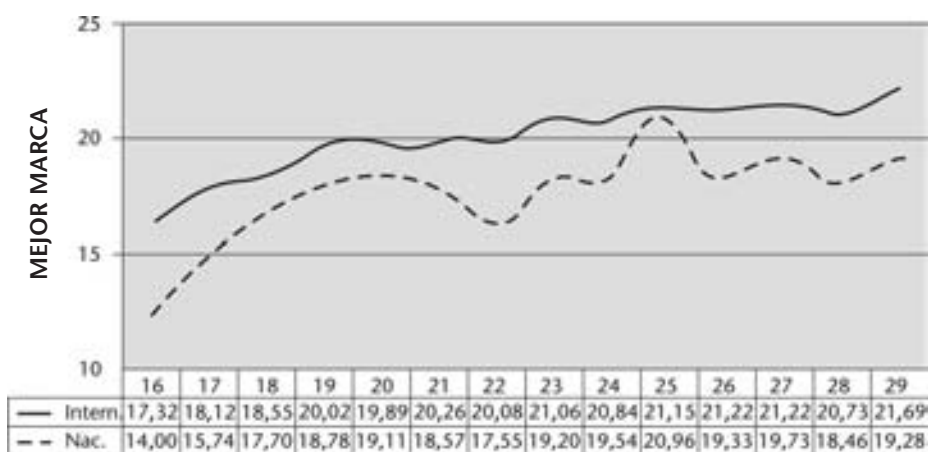


Gráfico 1. Tendencia del crecimiento de la mejor marca en impulsión de la bala

los 16 años hasta los 20 años de forma lineal, descendiendo a los 22 años y creciendo hasta alcanzar el pico máximo a los 25 años como mencionamos anteriormente. A partir de aquí los resultados decrecen, pero a pesar de esto en las edades de 26, 27, 28 y 29 años, se aprecia cómo se mantienen siempre por encima de los 19 metros, algo significativo a destacar en las impulsoras cubanas.

En el ámbito internacional, a pesar de alcanzar su pico máximo a los 29 años de edad, se observa cómo también existe un crecimiento irregular pero siempre por encima de los resultados nacionales.

Al analizar el gráfico 2 donde se muestra la tendencia del crecimiento del promedio de las diez mejores marcas en la impulsión de la bala po-

demostramos apreciar que el promedio de las impulsoras a nivel mundial está por encima del nivel nacional. Es fácil observar cómo las impulsoras extranjeras van aumentando paulatinamente por edades el promedio de sus marcas y cómo mantienen durante las edades comprendidas entre 24 y 28 años una estabilidad en sus resultados deportivos.

Esto demuestra que en la medida en que van aumentando los años, ellas van adquiriendo poco a poco la forma deportiva óptima hasta alcanzar la maestría deportiva y mantener un ritmo estable en los resultados.

En el caso de las impulsoras nacionales se observa cómo comienzan por debajo del promedio de los resultados y que hay un salto evidente entre las edades de 18 a 20 años. Después de los

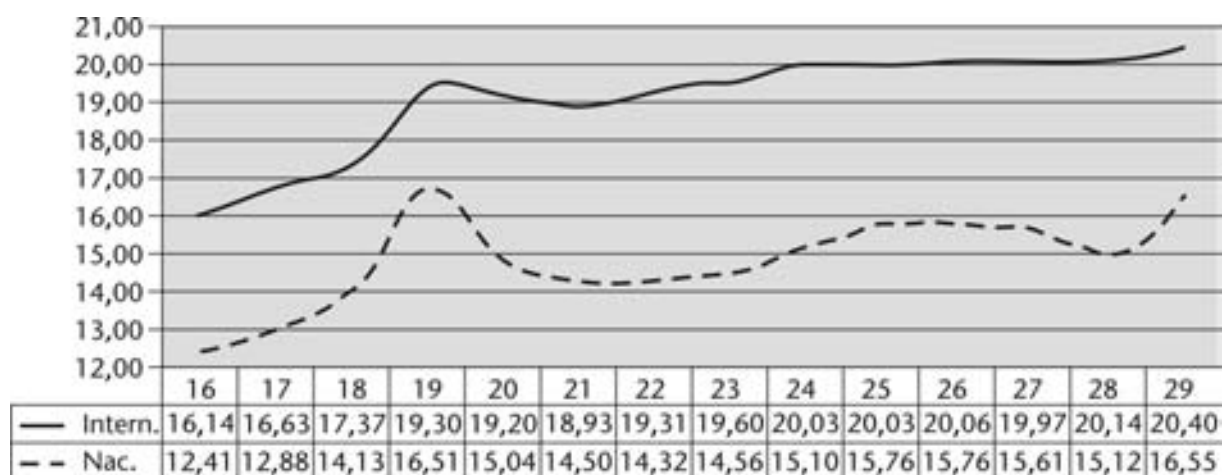


Gráfico 2. Tendencia del crecimiento del promedio de las diez mejores marcas en impulsión de la bala

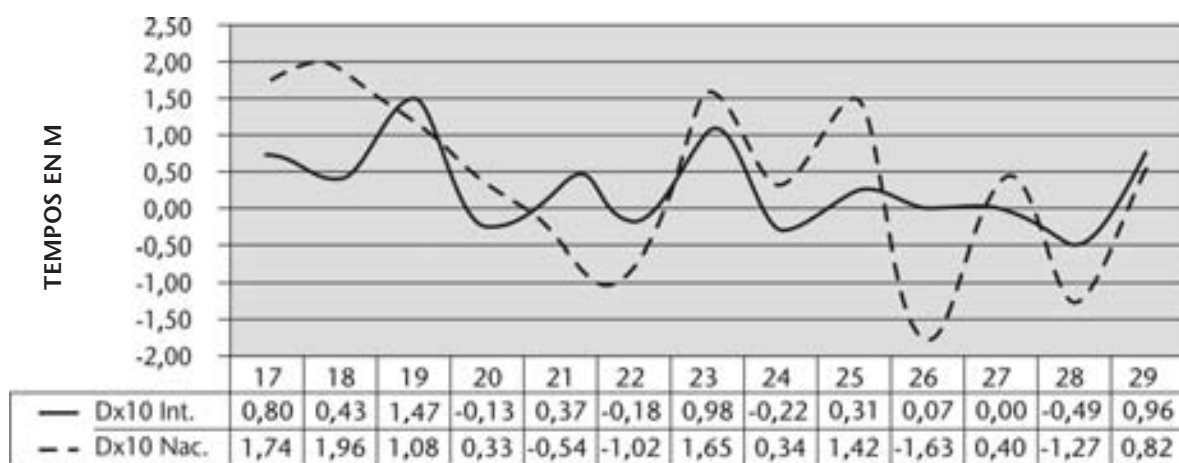


Gráfico 3. *Tempos* de crecimiento de la mejor marca de una a otra edad en impulsión de la bala

20 años hay un descenso del promedio y nuevamente vuelve a existir un aumento a partir de los 24 años hasta los 28 años, salto que no supera al de los 20 años, y cómo el promedio de los 29 años esta por debajo o casi igual al de los 16 y 17 años en el mundo.

Se puede observar en el gráfico que el pico máximo se alcanza a los 29 años tanto en el nacional como el internacional con resultados de 16,55 metros y 20,40 metros respectivamente.

El gráfico 3 nos muestra los *tempos* de crecimiento de la mejor marca en las impulsoras de bala de una edad a otra. Aquí podemos ver que en las edades más tempranas en el ámbito nacional se alcanza el pico máximo de los *tempos* primero que en el internacional. Nacionalmente se alcanza a los 18 años con un valor de 1,96 metros,

y en el internacional a los 19 años con un valor de 1,47 metros. Se observa además cómo en el contexto nacional después de alcanzar los picos máximos hay un descenso considerable desde los 19 hasta los 22 años por debajo de cero, lo que evidencia que no hubo aumento en los resultados deportivos en las edades de 21 y 22 años. Nuevamente hay un aumento en el ámbito nacional por encima del internacional, manteniéndose así desde los 23 hasta los 25 años; a los 26 desciende por debajo de cero. A los 27 y 29 años no hay un aumento considerable en el *tempo*.

En el ámbito internacional tampoco hay un crecimiento significativo en los *tempos* de crecimiento, la curva se mantiene oscilando entre los -0,50 y los 1,50 metros, y su mayor descenso,

lo alcanza a los 28 años con un valor de -1,27 metros.

Al analizar el gráfico 4 donde se muestran los *tempos* de crecimiento del promedio de los diez mejores resultados competitivos en la impulsión de la bala, podemos concluir que a nivel nacional se tiene un mayor crecimiento que a nivel mundial, aunque ambos alcanzan su mejor resultado en la misma edad de 19 años con 2,38 metros en el ámbito nacional y 1,93 internacionalmente. Se observa cómo después de alcanzar los picos máximos hay un descenso y se obtienen valores negativos (los nacionales muy por debajo de los internacionales). Esto implica que en las edades de 20 a 22 años no hubo un aumento de los resultados deportivos. También el gráfico nos muestra cómo en el ámbito nacional hay nuevamente un aumento

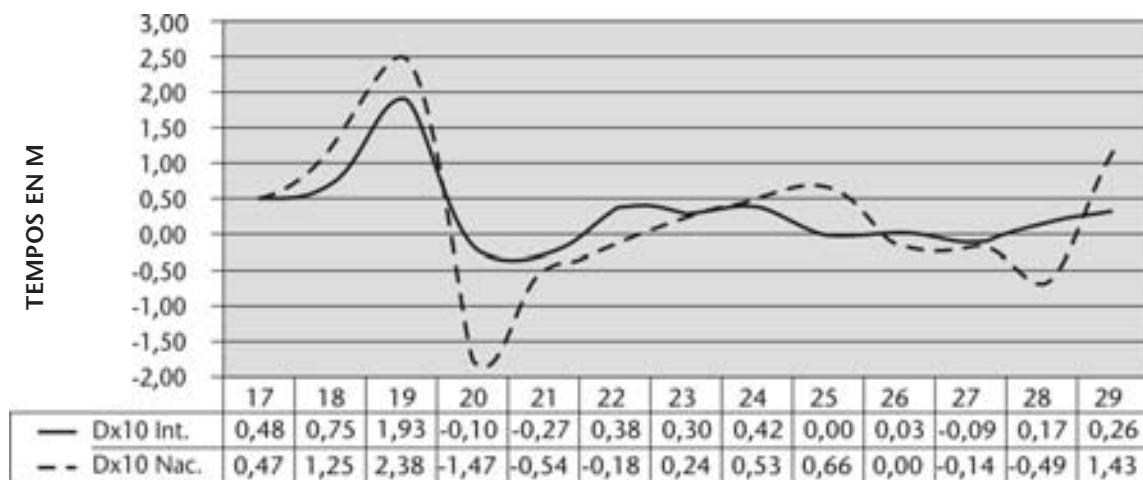


Gráfico 4. Tendencia del crecimiento del promedio de las diez mejores marcas en impulsión de la bala

no considerable desde los 23 hasta los 25 años; y a partir de ahí disminuye el crecimiento de los resultados en las edades de 27 y 28 años. Estos resultados se incrementan a la edad de 29 años con resultados de 1,43 metros y 0,26 metros respectivamente. En ambos casos hay aumentos, mantenciones y descensos en los resultados competitivos, pero en el ámbito nacional hay más descensos que en el internacional, lo que significa que a pesar de alcanzar mejor *tempo* en una edad determinada estamos por debajo del nivel internacional.

## CONCLUSIONES

Después de haber llevado a cabo un estudio con respecto al comportamiento de las mejores marcas y los *tempos* de crecimiento en las impulsoras de bala de Cuba y del mundo podemos arribar a las siguientes conclusiones:

1. En la investigación se alcanzan los objetivos trazados, logrando así la determinación de la dinámica de los resultados competitivos y de los *tempos* de crecimiento.

2. Las mejores marcas en la impulsión de la bala se alcanzan en Cuba primero que en el mundo.

3. Los mejores valores de *tempos* de crecimiento de la mejor marca de una edad a otra en la impulsión de la bala se alcanzan primero y con mejor resultado en el ámbito nacional que en el internacional en edades tempranas.

4. Que en la dinámica del comportamiento de la media del resultado competitivo en la impulsión de la bala, el ámbito internacional siempre se comporta por encima del nacional.

5. Los *tempos* de crecimiento de una edad a otra tienden a disminuir.

Los *tempos* de crecimiento en nuestra actualidad constituyen una herramienta muy útil para trabajar con vistas a mejorar los resultados en el atletismo nacional, pues sentará las pautas a seguir para fortalecer de una vez y por todas los rendimientos deportivos y competitivos del «Deporte Rey».

## RECOMENDACIONES

1. Continuar realizando estudios investigativos en las disciplinas que no fueron analizadas en nuestro trabajo, para mostrar el comportamiento de los resultados competitivos.

2. Informar a la comisión nacional el resultado de esta investigación, con el objetivo de impartir cursos o conferencias a los entrenadores para que tengan un mayor conocimiento de cómo se comporta esta disciplina en cada una de las edades en Cuba y en el mundo.

## BIBLIOGRAFÍA

- HARRE, D. *Teoría del entrenamiento deportivo*. Editorial Científico-Técnica, La Habana, 1989.
- INSTITUTO NACIONAL DE DEPORTES, EDUCACIÓN FÍSICA Y RECREACIÓN. COMISIÓN NACIONAL DE ATLETISMO. *Ranking Nacional de Atletismo*. CNA, La Habana, 1989-2000.
- MATTHEW, P. *Teoría del entrenamiento deportivo*. Editorial Científico-Técnica, La Habana, 1987.
- \_\_\_\_\_. *The Internacional Track and Field Annual*. Ed. Sport World Publications, Londres, 1989-2001.

MATVEEV, L. *Fundamentos del entrenamiento deportivo*. Edición Raduga, Moscú, 1983.

OZOLIN, N. G. y D. P. MARKOV. *Atletismo*. Editorial Científico-Técnica, La Habana, t. 1, 1991.

PLATONOV, V. N. *La adaptación en el deporte*. Edición Paidotribo, Barcelona, 1991.

ROMERO FRÓMETA, E. «Tendencia del incremento de los resultados del atletismo cubano en el subsistema de alto rendimiento» (informe de investigación). Brigadas Técnico-Juveniles, La Habana, 1985.

\_\_\_\_\_. «La selección en el atletismo» (conferencia). Santiago de Cuba, 1997.

\_\_\_\_\_. «La selección en el deporte» (disertación en la Facultad de Cultura Física). Santiago de Cuba, 1997.

ROMERO FRÓMETA, E. y L. M. COTO PONS. «Tempos de los resultados competitivos en lanzadores cubanos de atletismo». XII Forum de Ciencia y Técnica de la Dirección Provincial de Deportes ISCF, Santiago de Cuba, 2000.

VERJOSHANSKI, Y. *El entrenamiento deportivo*. Edición Paidotribo, Barcelona, 1991.

VOLKOV, V. M. y V. P. FILIN. *Selección deportiva*. Fisicultura y Sport, Moscú, 1983.

ZATSIORKY, V. M. *Metrología deportiva*, Editorial Planeta, Moscú, 1989.



# Un orgullo del mundo: José Raúl Capablanca

■ LIC. ELISA PONS QUESADA

■ LIC. EDUARDO MÉNDEZ FORTES



## RESUMEN

En este trabajo realizamos una síntesis de los hechos más sobresalientes que condujeron a nuestro genial José Raúl Capablanca a la cúspide del ajedrez mundial. Un hombre cuya vida y obra son motivos de orgullo y admiración para todos.

## INTRODUCCIÓN

Loables son los esfuerzos de nuestro gobierno revolucionario por llevar a cada rincón el ajedrez, en aras de transmitirnos sus beneficios, dando cumplimiento así a las palabras de nuestro José Raúl Capablanca cuando expresaba: «El ajedrez debería estar en todos los programas de estudio de todos los países».

En este artículo queremos rendir un digno homenaje a este hombre que es motivo de orgullo de todos los cubanos. El 19 de noviembre se cumplieron 120 años de su natalicio.

## APUNTES SOBRE LA VIDA DE JOSÉ RAÚL CAPABLANCA

José Raúl Capablanca nació el 19 de noviembre de 1888 y murió el 8 de marzo de 1942.

Su padre, el comandante José María Capablanca era un aficionado al ajedrez, por lo cual en ocasiones disputaba alguna que otra partida en su despacho con su jefe inmediato, el general Loño. En una de esas tardes cuando sostenían una interesante partida, Capablanca se encontraba como espectador y sin que se percatasen de su presencia, José realiza un movimiento involuntario e ilegal con el caballo el cual, a la postre, definió el resultado de la partida. Minutos

## A Proud of World

### ABSTRACT

This work is a synthesis of the most outstanding facts that lead our genius Capablanca to the top of the world chess, a man whose life and work are a motive of proud and admiration for everyone.

después de que José despidiese a su superior y de regreso al despacho, se encuentra a su hijo sentado en el suelo diciéndole: «papá eres un tramposo». El padre ofendido por dicho calificativo se indigna, pero se contiene y replica: «me faltas el respeto José Raúl». El niño, comprendiendo que el estado de ánimo de su padre no era el mejor, toma el caballo en sus manos y repite el movimiento erróneo por tres veces, al mismo tiempo que le dice a su padre: «no puede hacerse, ¡mira!». El comandante Capablanca se inclina y se percató de la veracidad del hecho y le pregunta cómo sabía eso y cómo había aprendido a mover las piezas; Capablanca, como infante de tan solo cuatro años, salta de la silla, se cuelga de su brazo y responde: «mirándote jugar».

Este suceso propició que a partir de ese momento Capablanca estuviera presente en todas las contiendas que se sucedieran posteriormente, a las cuales concurrían muchas otras personas, lo que provocó que las facultades excepcionales de este muchacho rebasaran el ámbito familiar, es decir, su presencia es reclamada en el Club de Ajedrez de La Habana, donde efectúa una partida con Ramón M. Iglesias, en la que él recibiría la dama de ventaja. Esta partida es un rotundo éxito para José Raúl, y al día

siguiente el periodista Clemente Vázquez redacta un artículo sobre este acontecimiento para el periódico de La Habana, *El Figaro*.

A los doce años de edad se codea con los mejores jugadores del club, lo cual da pie a la celebración de un match por el cetro nacional entre el monarca, en ese momento, Juan Corzo y él. Este encuentro es pactado a trece partidas y se inicia el 17 de noviembre de 1901 en el salón principal del Club de La Habana. Nadie cuestionaba que Corzo retendría el título, y mucho menos, al obtener dos victorias en las primeras dos partidas, pues su oponente era solo un infante. Sin embargo, este joven deslumbraría a todos al conquistar la corona en disputa con trece años de edad.

Al culminar el bachillerato Capablanca es enviado a la Universidad de Columbia en los Estados Unidos. Bajo el patrocinio de Ramón Pelayo —un comerciante español que sufragaría sus gastos a cambio de que al término de su carrera se encargase de sus negocios—, el joven debía graduarse en Ingeniería Química.

Durante sus estudios incursiona en el béisbol y al término de un partido en el cual su universidad sale victoriosa, es abordado por un agente reclutador del equipo neoyorquino (los yanquis de New York) con el fin de firmarlo

como jugador profesional, pero para Capablanca este deporte es tan solo un simple pasatiempo. Por otro lado, está el ajedrez, su gran pasión, con el cual ha comenzado a ganar adeptos y prestigio gracias a sus resultados en el Manhattan Chess Club de New York, sobre todo, después de resultar victorioso en un torneo de juego rápido en el cual venció al campeón del mundo Emmanuel Lasker.

Pelayo no ignoraba las actividades de su apadrinado y estaba contrariado, pues el ajedrez no se encontraba entre sus prioridades, a pesar de que Capablanca se había inscrito en el Cuadro de Honor de la Universidad en los cursos 1906 y 1907. Esta situación se agudiza, cuando el joven envía dos cartas, una dirigida a su madre donde le habla de sus éxitos ajedrecísticos y otra, a Pelayo, donde refleja exclusivamente lo concerniente a sus actividades estudiantiles, y equivoca los sobros. Esto trajo consigo que Pelayo le retirase su ayuda económica. Pero ello no lo detiene: vende todo lo imprescindible, cobra por artículos de ajedrez, recibe ayuda de sus colegas y como recurso adicional juega en un equipo profesional

de béisbol de clase doble A, hasta que una lesión le impide continuar; todo, con el firme propósito de continuar sus estudios.

Posteriormente, inicia un periplo de simultáneas por todo el país y obtiene un soberbio resultado de 734 partidas jugadas; de las que gana 703, entabla 19 y pierde tan solo 12.

Todos estos triunfos propician el enfrentamiento en un match con Marshall, el mejor jugador norteamericano del momento y uno de los mejores del mundo. Este se efectuó en 1909 y Capablanca obtiene un resultado aplastante de ocho victorias, catorce tablas y un solitario revés; lo que le abre las puertas al torneo de San Sebastián 1911, en el cual se encontraban los mejores jugadores del universo. Con su brillante triunfo en ese evento, José Raúl se consagra en la arena internacional, cuando contaba con 23 años.

En el torneo de San Petersburgo 1914, él clasifica en el segundo puesto a solo medio punto del campeón mundial Emmanuel Lasker, y se erige como el principal aspirante al cetro.

La guerra mundial imposibilita este anhelado sueño,

y no fue hasta 1921 que el Club de La Habana recauda los fondos para este evento mundial. El 15 de marzo de ese año da inicio este match, el cual finaliza el 27 de abril cuando Lasker abandona, y al hacerlo el score estaba en su contra (- 4,=10). De esta forma, la mayor de las Antillas obtiene el privilegio, reservado a escasas naciones, de contar con un campeón mundial.

## BIBLIOGRAFÍA

BARRERAS, JOSÉ L. *El ajedrez en Cuba*. Editorial Deporte, La Habana, 2002.

DAUBAR, JORGE. *José Raúl Capablanca*. Editorial Científico-Técnica, La Habana, 1990.

MegaDataBase 2005.



# Modelo de enseñanza de las acciones motoras en los deportes de equipo. Su aplicación en el programa de educación física

■ DR. C. RICARDO PARDO HERNÁNDEZ



## RESUMEN

Tiene como propósito poner en manos de los profesores de educación física, entrenadores y activistas deportivos un modelo de enseñanza de las acciones motoras en los deportes de equipo. Este modelo comprende dos elementos fundamentales que están interrelacionados:

1. Las tareas generales de la enseñanza de los deportes de equipo.
2. Las etapas del proceso de enseñanza en los deportes de equipo.

El modelo de enseñanza que se presenta, es un instrumento creado para la práctica y surgido de ella, el cual puede ser enriquecido y analizado permanentemente por los especialistas. Su aplicación en las clases de educación física y en el entrenamiento, permite el logro eficiente de los objetivos pedagógicos relacionados con el aprendizaje de los juegos motivo de estudio.

## INTRODUCCIÓN

Uno de los fenómenos de gran impacto en la sociedad contemporánea es el deporte y sus diversas manifestaciones, entre las que se encuentran los deportes de equipo. Ellos constituyen un medio para el desarrollo de la personalidad del individuo y muy especialmente del niño y el joven, un vehículo para mejorar la salud, las capacidades físicas, la cultura de movimiento, el pensamiento operacional y además, desde la posición de practicante o espectador, es una forma sana de entretenimiento.

Por tales razones, en los programas de educación física de Cuba el 46% de las actividades están dirigidas a la

## Learning Model of the Motor Actions in Team Sports. Its Application in the Physical Education Teaching Learning Process

### ABSTRACT

The objective of this paper is to propose a teaching model of the motor actions of the team sport to professors, coaches, and other people related to sport. This model consists of two main elements that are interrelated.

- 1- The general tasks in the teaching process in the sport team.
- 2- The phases of the teaching process in the sport team.

The teaching model that we present in this paper is an instrument created for practicing and emerged from it. This model can be enriched and permanently analyzed by specialists. Its application in physical education classes and in training allows to get efficiency in pedagogical objectives related to the learning of the games to be studied.

enseñanza y práctica del baloncesto, béisbol, fútbol y el voleibol, lo que se destaca por su notable influencia en el desarrollo físico multilateral y espiritual de niños y jóvenes.

El presente trabajo brinda una orientación pedagógica, con la debida rigurosidad científica, para programar la enseñanza de las acciones motoras en los deportes de equipo.

Hasta ahora la bibliografía especializada, al abordar el tema de la enseñanza de dichas acciones, se ha concentrado principalmente en la formación del hábito motor o de la acción motora.

También encontramos, frecuentemente, información acerca de la metodología para la enseñanza de los fundamentos técnicos de los deportes motivo de estudio.

A pesar del alto valor que en el orden metodológico tiene la bibliografía mencionada, esta no satisface totalmente la necesidad de una orientación

pedagógica específica para llevar a cabo el proceso de enseñanza-aprendizaje de las acciones motoras de los deportes en cuestión, en las diferentes fases de su formación, considerando que las acciones de los jugadores en un partido se presentan como resultado de un conjunto de factores ( físicos, técnicos, tácticos y otros) y a la vez, como respuesta a las situaciones competitivas que se presentan.

Una primera aproximación a la solución de la situación problemática planteada, es la propuesta de un modelo de enseñanza de las acciones motoras en los deportes de equipo que brindamos en este trabajo.

## FUNDAMENTOS METODOLÓGICOS

La enseñanza de las acciones motoras es una actividad necesaria en la práctica de cualquier disciplina deportiva. Ella comienza solo cuando

los deportistas tienen conciencia de la adquisición de nuevos conocimientos y el profesor de brindárselos y facilitárselos.

Es por ello, que en primera instancia la calidad del proceso de enseñanza-aprendizaje depende de cómo comprenden sus tareas el profesor y el alumno.

Diferentes autores a través del tiempo han abordado la enseñanza de las acciones motoras.

Por ejemplo, las ideas de Sechenov en Rusia en el siglo XIX sobre el mecanismo de la enseñanza desde la posición de la fisiología sirvieron como núcleo para los trabajos de I. P. Pavlov (1849-1936) y sus discípulos acerca de la investigación de los mecanismos de la formación de reflejos condicionados.

E. Torndaiik planteó los principios de la concepción del biorritmo en la enseñanza (prueba, error, y éxito casual como camino principal de la enseñanza).

P. K. Anojín al desarrollar la teoría de Pavlov fundamentó la concepción de la acción aferente y eferente, lo que permitió la posibilidad de prever el resultado de la acción y corregirla en el transcurso de su ejecución.

De 1930 a 1940 N. A. Bernchteín elabora un estudio sobre la construcción del movimiento que posteriormente queda como base de la fisiología activa.

En 1930 A. F. Samoilov formula la concepción del reflejo aislado, lo que explica la coordinación del movimiento. Él confirmó que el movimiento voluntario se dirige no sólo por el carácter reflejo, sino también por la conciencia.

Diferentes autores (P. A. Rudin, Meinel, Fetz, entre otros) reconocen tres fases en el aprendizaje motor: forma global, estudio detallado y perfeccionamiento.

Son también de interés los modelos generales de enseñanza para la educa-

ción física y el deporte planteados por F. S. Bañuelos, (1986).

P. Y. Galpierin entre 1950 y 1960 elaboró la teoría de la formación de las acciones y los conceptos por etapas, donde cada acción está compuesta de tres etapas: orientación, realización y control-corrección.

Estas posiciones científicas han permitido perfeccionar la metodología de la enseñanza de las acciones motoras planteando que los esfuerzos del profesor deben estar dirigidos a la formación de la orientación fundamental de la acción (OFA), es decir, a la representación del sistema de condiciones en la cual opera el hombre al realizar la acción (M. M. Bogen, 1985), y no solamente al planteamiento del movimiento.

El éxito de la acción depende de la plenitud de la OFA y su correspondencia con las condiciones objetivas existentes en la solución de la tarea.

En nuestro modelo de enseñanza de las acciones de los jugadores,





además de reflejar las posiciones más avanzadas de las teorías anteriormente mencionadas, tenemos presente tres premisas que caracterizan la preparación del alumno para el aprendizaje del material de estudio, que son: la preparación física, coordinativa y psicológica requeridas, así como, la aplicación de los principios didácticos generales en el sistema de enseñanza de las acciones motoras.

### MODELO DE ENSEÑANZA DE LAS ACCIONES MOTORAS EN LOS DEPORTES DE EQUIPO

Con el propósito de concretar el diseño del esquema lógico-estructural del proceso de enseñanza-aprendizaje de las acciones motivo de estudio, nuestro modelo comprende dos elementos fundamentales que están interrelacionados:

1. Las tareas generales de la enseñanza de los deportes de equipo.
2. Las etapas del proceso de enseñanza en los deportes de equipo.

Las tareas generales de la enseñanza de los deportes de equipo responden a la necesidad del dominio de un conjunto de conocimientos y capacidades para poder ejecutar las acciones motoras especiales en el juego de la manera más eficaz. Dichas tareas son:

1. Dominar la técnica fundamental del juego.
2. Realizar acciones técnicas en condiciones complejas (similares a las de competición).
3. Dominar las acciones tácticas elementales de tipo individual, de grupo y equipo.
4. Conocer las reglas del juego.
5. Desempeñarse adecuadamente en un juego oficial o con reglas especiales.
6. Desarrollar la preparación física requerida para la actividad.

Estas tareas se cumplen de diferentes formas y profundidad en el largo y complejo proceso de enseñanza del juego, el cual hemos dividido en tres etapas

que se corresponden con el contenido y dirección del proceso. Estas son:

a. Introducción al juego. En esta etapa se crean las bases técnico-tácticas, físicas y teóricas del aprendizaje del juego.

b. Dominio de las acciones fundamentales del juego. Esta etapa se caracteriza por la profundización en el estudio de las acciones técnico-tácticas y su aplicación en el juego.

c. Perfeccionamiento de las acciones de los jugadores. Alcanzar el mayor nivel posible en la ejecución de las acciones de juego, es el propósito de la enseñanza en esta etapa.

Los dos elementos fundamentales del modelo de enseñanza planteado anteriormente, encuentran su mejor utilización en el marco de una programación abierta de la enseñanza, donde programar se convierte en un proceso de investigación y no de formalización rígida, en un recurso para la acción práctica, donde se considera la diversidad del alumno, y la flexibilidad necesaria en la impartición del material de estudio.

### CONCLUSIONES

El modelo de enseñanza de las acciones motoras en los deportes de equipo presentado, es un instrumento creado para la práctica y surgido de ella, el cual puede ser enriquecido y analizado permanente por los especialistas. Su aplicación en las categorías infantiles y escolares de deportistas, permite con eficiencia el logro de los objetivos pedagógicos relacionados con la formación de estos.

### BIBLIOGRAFÍA

BOGEN, MIJAIL M. *Obuchenie Dvigatelnim Diestviam*. (Transcripción del ruso.) Editorial Fizcultura y Sport, Moscú, 1985.

FOMIN, U. A. y V. P. FILIN. *Na Puty k Sportivnomu Mastersvu*. (Transcripción del ruso.) Editorial Fizcultura y Sport, Moscú, 1986.

DEL RÍO, JOSÉ A. *Metodología del baloncesto*. Editorial Paidotribo, Barcelona, 1998.

DEPARTAMENTO NACIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA DEL INDER. «Manual del profesor de Educación Física», 1996.

HAHN, ERWIN. *Entrenamiento con niños*. Editorial Martínez Roca S. A., Barcelona, 1998.

KIRKOV DRAGOMIR, V. y otros. *Manual de baloncesto*. Editorial Pueblo y Educación, La Habana, 1975.

KOLOC, V. M. *Basketbol. Teoría, Práctica*. Polimia, Minsk, 1989.

MATVEEV, L. *Fundamentos del entrenamiento deportivo*. Editorial Raduga, Moscú, 1983.

MAHLO, FRIEDRICH. *La acción táctica en el juego*. Editorial Pueblo y Educación, La Habana, 1969.

PETROVSKY, A. V. *Psicología pedagógica y de las edades*. Editorial Pueblo y Educación, La Habana, 1982.

PORTNIX, IU. I. *Sportivni Igr i Metodika Prepodavania*. (Transcripción del ruso.) Editorial Fizcultura y Sport, Moscú, 1986.

RUDIK, P. A. *Psicología*. Editorial Planeta, Moscú, 1990.

VERJOSHANSKI, Y. *Entrenamiento deportivo: planificación y programación*. Editorial Martínez Roca, S. A., Barcelona, 1990.

\_\_\_\_\_. *Teoría y metodología del entrenamiento deportivo*. Editorial Paidotribo, Barcelona, 2002.

VOLKOV, V. M. y V. P. FILIN. *Sportivni Otkor*. (Transcripción del ruso.) Editorial Fizcultura y Sport, Moscú, 1983.

WISSEL, HAL. *Baloncesto. Aprender y progresar*. Editorial Paidotribo, Barcelona, 2000.

YAJANTOV, E. R. *Miach Letit v Kolso*. Lenizdat, 1984.

ZARAGOZA, JAVIER. «Análisis de la actividad competitiva», en *Clinic*, no. 34. Madrid, 1990.

ZATSORSKI, N. V. *Metrología deportiva*. Editorial Pueblo y Educación, La Habana, 1989.

ZIMKIN, N. V. *Fisiología humana*. Editorial Científico-Técnica, La Habana, 1975.



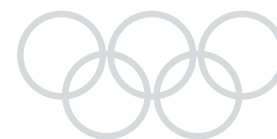
# Estudio de la progresión metodológica de la enseñanza de los saltos en gimnasia rítmica

■ LIC. DAILAY MENÉNDEZ GARRIDO

■ LIC. DAYLI PARRA PUPO

■ DR. C. MÉLIX ILISÁSTIGUI AVILÉS

■ MS. C. JUANA BRAVET QUESES



## RESUMEN

Cuba ha obtenido muy buenos resultados en el área panamericana y actuaciones destacadas en campeonatos del mundo, con gimnastas que sustentan el sello de clase mundial. En los últimos ciclos olímpicos (1997–2000 y 2001–2004) hemos perdido la supremacía en el área panamericana, disminuyendo nuestros resultados notablemente. Esto se debe, entre otras causas, al aumento de las exigencias del código de puntuación. Especialmente en este ciclo olímpico han sido incluidos un número de saltos con un alto nivel de complejidad, para cuya enseñanza no existe literatura especializada. Para elevar la preparación deportiva de nuestras gimnastas y por consiguiente, de sus resultados, se hace necesario abordar el tema. Para dar cumplimiento al objetivo de esta investigación se realizaron estudios (biomecánico, técnico-morfológico y técnico-estructural) de todos los saltos básicos, sustentados por el criterio de especialistas. Se aplicó también la técnica de encuesta con el objetivo de indagar sobre el nivel de conocimientos acerca del orden de enseñanza de los saltos y la metodología que actualmente utilizan nuestras entrenadoras. Se obtuvieron resultados y se arribaron a conclusiones acordes con los objetivos planteados.

## INTRODUCCIÓN

El nivel de exigencia de la gimnasia rítmica en la actualidad, el aumento de la complejidad de los ejercicios

## A Study of the Progressive Development in Methodological Teaching of the Jumps in Rhythmic Gymnastics

### ABSTRACT

Cuba has obtained very good results in Panamerican games and world championships and we have many athletes in this sport with good results in world competence. In the last two Olympic periods (1997-2000 and 2001-2004) our country has lost the supremacy in the Panamerican area. The results are lower than before. This is the consequence of the punctuation changer and the great amount of complicated jumps which have been included without any bibliography about the topic, that's why specialists in these subjects are doing biomechanical, structural and morphological studies of all types of jumps. Taking into account the opinions of specialists we applied different research techniques to evaluate the knowledge in teaching these jumps and the methodology used by trainers. We obtained good results and got some conclusions on this topic.

competitivos en los últimos ciclos olímpicos reflejados en el Código de Puntuación o Documento de Reglas y Arbitraje de la Federación Internacional de Gimnasia (FIG) y la inclusión de sus nuevas tendencias de ejecución y composición han traído como consecuencia la búsqueda del perfeccionamiento en la conducción del proceso de preparación deportiva.

Por otra parte, la falta de bibliografía especializada que brinde metodología para la preparación físico-técnica, conlleva a que la gimnasia rítmica en Cuba enfrente estudios dirigidos en este sentido.

Las modificaciones del Código de Puntuación (CP) han provocado diferencias entre este documento y el Programa de Preparación del Deportista

(PPD), especialmente con la inclusión o exclusión de algunos de los saltos y la elevación o disminución de su valor.

Por lo antes mencionado nos dimos a la tarea de proponer un nuevo orden apoyándonos en una metodología que integra estudios (biomecánico, técnico-morfológico, técnico-estructural) y criterios de especialistas, lo que significa un paso superior en la fundamentación científico-metodológica del proceso de enseñanza en la gimnasia rítmica.

## PROBLEMA CIENTÍFICO

¿Qué orden utilizar en la enseñanza del grupo técnico-corporal salto en la preparación deportiva de la gimnasia rítmica?

### Objetivos

General. Aportar elementos que contribuyan al perfeccionamiento del programa de preparación del deportista de gimnasia rítmica.

Específico. Concebir un nuevo orden metodológico para la enseñanza del grupo técnico-corporal salto en gimnasia rítmica.

### Métodos

Teóricos:

- Histórico-lógico
- Análisis y síntesis de la información

Empíricos:

- Observación
- Técnica de encuesta
- Análisis biomecánico. Sistema de Análisis de Movimiento (SAM)
- Procedimiento estadístico
- Tormenta de ideas

tes más rápidas y fuertes de la composición, dándole los matices que hacen posible a las atletas tener mayor nivel de expresión; no son más que movimientos que se realizan en contra de la gravedad, pero en el caso de nuestro deporte se tornan más complejos porque requieren de una gran amplitud y deben dejar una imagen recordable en un tiempo aproximado de 0,5 segundos según resultados de estudios biomecánicos realizados en esta investigación.

### Análisis de los resultados de la observación

Se observó el campeonato del mundo de la especialidad individual, celebrado en Sevilla, España, en el mes de octubre de 2001; ello nos permitió elaborar la tabla que se muestra a continuación.

Los datos reflejados nos dan la medida de la enorme utilización que tienen los saltos.

Se detectó que los más frecuentes son los saltos con giro (más complejos por requerir un alto grado de maestría en su ejecución), lo que reafirma aún más el alto grado de exigencias, complejidad y destreza que ha adquirido y posee esta disciplina en la élite mundial.

Tabla 1

DISTRIBUCIÓN DE GRUPOS CORPORALES FUNDAMENTALES POR SELECCIÓN						
APARATO	GRUPO CORPORAL FUNDAMENTAL	NO. DE SELECCIONES OBSERVADAS	NO. DE SELECCIONES CON PREDOMINIO DE SALTO	% DE PRESENCIA	NO. DE SELECCIONES CON PREDOMINIO DE OTRO GRUPO CORPORAL	% DE PRESENCIA
Cuerda	Salto	5	5	45-50%	—	—
Aro	Salto, Giro, Equilibrio, Flexibilidad u Onda	6	6	35-56%	—	—
Pelota	Flexibilidad u Onda	6	3	34-42%	3	35-40%
Clavas	Flexibilidad	9	7	31-49%	2	29-40%
Total	—	26	21	—	5	—

### DESARROLLO

Los saltos son unos de los elementos corporales que más se realizan en la gimnasia rítmica por su variedad y belleza de ejecución. Estos, como los restantes elementos técnicos de este deporte, mantendrán los atributos de la postura, elegancia y estabilidad.

Este grupo corporal es indispensable dentro de todo ejercicio competitivo y tal vez el que mayor dinamismo, amplitud, ligereza y potencia de piernas requiera por parte de la gimnasta. Generalmente caracterizan las par-

### Análisis de los resultados de la encuesta

La encuesta se aplicó a 23 entrenadoras (todas de gimnasia rítmica) aprovechando el acontecimiento de un curso técnico-metodológico de gimnasia rítmica a nivel nacional. Arribamos a los resultados que observamos en el Gráfico 1, que se muestra a continuación:

Con relación a este último gráfico podemos señalar que a pesar de la preparación que debieran poseer nuestras entrenadoras no se hace un análisis adecuado en cuanto a las deficiencias que presenta el PPD;

ello no permitió que se hiciera una valoración justa por la mayoría.

### Análisis Biomecánico (Análisis de los resultados de la aplicación del Sistema de Análisis de Movimiento)

Para ello se realizaron filmaciones de los saltos básicos, luego se llevó a cabo el estudio de los movimientos auxiliándonos del SAM 2D versión 3.1 (Software principal para el análisis de movimientos). Se señalaron 19 puntos de la anatomía del sujeto para cada cuadro capturado que permitieron confeccionar para el estudio, el cinetograma para cada uno de los saltos. (Ver figura 1.)

Luego de la aplicación del SAM pudimos conocer: tiempo de duración que recorre el centro de gravedad del cuerpo desde su localización más baja hasta la más alta, distancia que recorre sobre el eje de las X (desplazamiento horizontal) y distancia que recorre sobre el eje de las Y (desplazamiento vertical).

A cada salto se le asignó un valor según el tipo de desplazamiento. Se procedió a la sumatoria dando un valor por cada salto, lo que nos permitió llegar al siguiente orden:



Gráfico 1

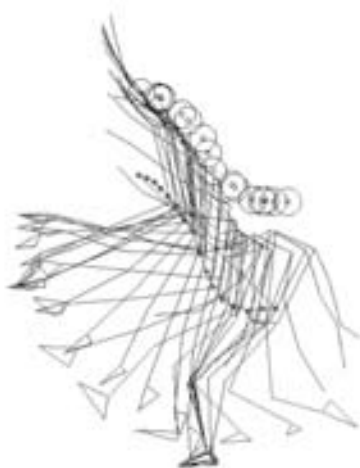


Figura 1. Cinetograma

### Análisis técnico-morfológico

Este análisis se auxilió de la grabación de los saltos para la realización del estudio biomecánico. Se describieron técnicamente, utilizando la división de los saltos por fases recogida en la bibliografía especializada. A partir de este estudio se determinaron los tipos de movimientos que se ejecutan en cada salto por cada segmento corporal, los principales grupos musculares que intervienen durante ellos, además de señalar qué tipo de contracción rige en estos músculos. Se cita como ejemplo uno de los saltos analizados.

Tabla 2

ORDEN DE LOS SALTOS SEGÚN LOS RESULTADOS DE ANÁLISIS BIOMECÁNICO
Salto arqueado
Salto cabriole, salto vertical con pierna al frente
Salto carpado
Salto vertical en sexta, salto anillo
Salto vertical en sexta con giro, salto fouetté
Salto agrupado, Salto cosaco
Salto corza
Salto zancada lateral, salto ronda
Salto zancada
Salto tijera
Salto cloché

Tabla 3

MOVIMIENTOS QUE SE REALIZAN EN EL SALTO CABRIOLE					
FASES	MOVIMIENTO				
	PIE	PIERNA	TRONCO	BRAZO	CABEZA
DESPEGUE	<b>Pierna de apoyo</b> Flexión plantar Flexión de los dedos Extensión de los dedos	<b>Pierna de apoyo</b> Anteversión Rotación Externa Semiflexión		Laterales Anteversión	
	<b>Pierna de péndulo</b> Flexión plantar Flexión de los dedos	<b>Pierna de péndulo</b> Anteversión Rotación Externa			
VUELO	<b>Pierna de despegue</b> Flexión plantar Flexión de los dedos Extensión de los dedos	<b>Pierna de despegue</b> Anteversión Rotación Externa <b>Pierna de péndulo</b> Anteversión		Anteversión Semiflexión	
CAÍDA		<b>Pierna de apoyo</b> Semiflexión			

Tabla 4

PRINCIPALES MÚSCULOS QUE PARTICIPAN DURANTE EL SALTO CABRIOLE		
FASES	MÚSCULOS	
	PARTICIPACIÓN DURANTE EL SALTO	TIPO DE CONTRACCIÓN
VUELO*	<b>Pie</b> Pierna de despegue Flexor largo de los dedos Extensor largo de los dedos	Concéntrica Concéntrica
	<b>Brazos</b> Deltoides, subescapular, trapecio, serrato mayor Biceps braquial	Concéntrica Concéntrica
	<b>Piernas</b> Pierna de despegue Psoaps ilíaco, tensor de la fascia lata Obturador externo, cuadrado femoral, Sartorio	Concéntrica Concéntrica

\*Citamos como ejemplo la fase de vuelo por ser esta la máxima expresión del salto.

Al igual que en el análisis biomecánico, en el morfológico se le otorgó un valor a cada salto; en este caso, estuvo determinado por el número de acciones que se realizan en cada uno de ellos, específicamente en la fase de vuelo, teniendo en cuenta tres segmentos corporales fundamentales (piernas, tronco y cabeza).

Ejemplo:  
Salto cabriole

Segmentos corporales	Movimientos	Valor
Piernas	Anteversión Retroversión	2 puntos 1 punto
Tronco	—	—
Cabeza	—	—
<b>Total</b>		<b>3 puntos</b>

Este procedimiento nos dio el siguiente orden desde el punto de vista técnico-morfológico:

- |  |          |
|--|----------|
| 1. Salto vertical en sexta, salto vertical con pierna al frente  | 2 puntos |
| 2. Salto cabriole, salto cosaco, salto zancada   | 3 puntos |
| 3. Salto agrupado, salto anillo, salto vertical en sexta con giro, salto corza, salto cloché y salto ronda | 4 puntos |
| 4. Salto arqueado, salto carpado, salto fouetté  | 6 puntos |
| 5. Salto zancada lateral   | 8 puntos |

### Análisis técnico-estructural

Para este análisis nos basamos en las principales particularidades de cada uno de los diferentes saltos básicos, dándole valor a cada uno de los movimientos, ángulos de flexión o elevación, procediendo a la sumatoria de los valores adquiridos según una guía de evaluación. Este análisis fundamenta la parte técnica de los saltos, lo que nos permitió establecer el siguiente orden:

1. Salto vertical en sexta
2. Salto vertical en sexta con giro
3. Salto cabriole
4. Salto agrupado
5. Salto arqueado
6. Salto cosaco
7. Salto carpado
8. Salto vertical con pierna al frente
9. Salto anillo
10. Salto zancada lateral
11. Salto corza
12. Salto tijera
13. Salto zancada
14. Salto fouetté
15. Salto ronda
16. Salto cloché

### Análisis integrador

Para conocer el grado de complejidad de cada uno de los saltos básicos se tuvo en cuenta aspectos desde el punto de vista biomecánico, técnico-morfológico, técnico-es-

tructural y criterio de especialistas, haciendo con esto un análisis integrador.

En cada uno de estos aspectos mencionados anteriormente se les otorgó un valor a los saltos según los análisis realizados. Para llegar a dar un orden metodológico de este grupo corporal (salto) se tuvieron en cuenta los puntos adquiridos por cada uno de los análisis anteriormente expuestos y se procesaron a través de la sumatoria.

Ejemplo:

Salto cabriole	Análisis biomecánico	16 puntos
	Análisis morfológico	3 puntos
	Análisis estructural	<u>8 puntos</u>
	Análisis integrador	27 puntos

A través de este análisis integrador obtuvimos el siguiente orden:

Tabla 5

RESULTADOS DEL ANÁLISIS INTEGRADOR	
SALTO	VALOR
Salto vertical en sexta	23
Salto cabriole	27
Salto vertical en sexta con giro	31
Salto arqueado	32
Salto con pierna al frente	35
Salto agrupado	39
Salto cosaco	39
Salto carpado	39
Salto anillo	42
Salto fouetté	49
Salto corza	51
Salto zancada	54
Salto zancada lateral	55
Salto tijera	56
Salto ronda	57
Salto cloché	62

### Tormenta de ideas

Luego de haberse obtenido el orden anteriormente expuesto, este fue sometido a consideración por la Comisión Técnica Nacional ampliada de este deporte. Las autoras expusieron su investigación y presentaron el orden propuesto en este trabajo y el que aparece reflejado en el PPD, de la manera que aparece a continuación:

Comparando el orden obtenido a través del análisis integrador y el orden que aparece en el PPD en cuanto a los saltos básicos de dificultad, las especialistas dieron sus opiniones haciendo uso de sus conocimientos y, tomando en cuenta sus sugerencias, se realizó un reajuste en aras de perfeccionar el orden metodológico propuesto.

Tabla 6

COMPARACIÓN DE ORDEN METODOLÓGICO	
RESULTADO DEL ANÁLISIS INTEGRADOR	ORDEN DEL PROGRAMA DE PREPARACIÓN DEL DEPORTISTA
Salto vertical en sexta*	Salto vertical en sexta*
Salto cabriole	Salto agrupado*
Salto vertical en sexta con giro	Salto con pierna al frente*
Salto arqueado	Salto vertical en sexta con giro
Salto con pierna al frente*	Salto tijera
Salto agrupado*	Salto cosaco
Salto cosaco	Salto arqueado
(Salto carpado)**	Salto corza
Salto anillo	Salto cabriole
Salto fouetté	Salto zancada
Salto corza	Salto zancada lateral
Salto zancada	Salto anillo
Salto zancada lateral	Salto fouetté
Salto tijera	Salto ronda
Salto ronda	Salto cloché
Salto cloché	(Salto carpado)**

\* Los saltos que aparecen en el orden con un asterisco (\*) no son saltos de dificultad, pero si son saltos básicos indispensables para la enseñanza de otros saltos más complejos.

\*\* No se encuentra dentro del PPD el salto que aparece entre paréntesis.

**Resultados**

Después de haber sido sometido el resultado del análisis integrador a la evaluación de las especialistas que dirigen este deporte en el país, se valoró proponer el orden metodológico para la enseñanza de los saltos básicos en gimnasia rítmica. (Ver Tabla 7.)

Luego de haber elaborado el orden metodológico para la enseñanza de los saltos básicos nos dimos a la tarea de realizar un orden metodológico general a partir

del análisis de todos los saltos básicos, sus posibles combinaciones, los criterios para la elaboración de dificultades que plantea el CP, tomando también en cuenta el análisis técnico-estructural, correspondiente a cada salto básico y los restantes saltos que se derivan de cada uno de ellos.

Tabla 7

PROPUESTA DE ORDEN METODOLÓGICO (SALTOS BÁSICOS)
Salto vertical en sexta
Salto cabriole
Salto vertical en sexta con giro
Salto arqueado
Salto vertical con pierna al frente
Salto agrupado
Salto cosaco
Salto anillo
Salto tijera
Salto fouetté
Salto corza
Salto carpado
Salto zancada
Salto zancada lateral
Salto ronda
Salto cloché

Citamos un ejemplo de uno de los saltos básicos para mostrar el orden metodológico general para la enseñanza de los saltos en gimnasia rítmica.

SALTO CABRIOLE
Salto cabriole
Salto cabriole con giro 180°
Salto cabriole con giro 180° pasando por split

## CONCLUSIONES

-Se obtuvo un orden metodológico actualizado de todos los saltos recogidos por el Código de Puntuación y parte del Programa de Preparación del Deportista a través de una metodología de trabajo con un fundamento científico de mayor alcance a la anteriormente utilizada.

-Se determinaron a través del estudio, las insuficiencias que presenta el Programa de Preparación del Deportista en cuanto al orden metodológico de la enseñanza de los saltos, por ejemplo, el salto carpado no forma parte de los contenidos del programa y aparece reflejado en el Código de Puntuación.

-A través de la observación del campeonato del mundo y de la consulta a estudios realizados a gimnastas cubanas se dedujo, que no está acorde el avance vertiginoso de la diversidad y utilización de los saltos a nivel mundial con el lento progreso que de ellos existe en nuestro país.

-Luego de haber analizado la encuesta se pudo determinar que las entrenadoras, aunque poseen un alto nivel de profesionalidad y muchos años de experiencia, no presentan un conocimiento actualizado en cuanto a los documentos normativos del deporte.

-Como resultado del análisis biomecánico se pudo determinar que los saltos en esta especialidad deportiva deben dejar una imagen recordable en un tiempo aproximado de 0,5 segundos.

## BIBLIOGRAFÍA

AMELLER REYES, S. «Estudio de un complejo de ejercicios para el desarrollo de la fuerza rápida de los miembros inferiores como elemento fundamental para el desarrollo del perfeccionamiento de los saltos en la gimnasia rítmica». (Trabajo de Diplomado.) Instituto Superior de Cultura Física Manuel Fajard, La Habana, 1981.

———. «Estudio de la progresión física específica para el logro de las elevaciones y mantenciones de las piernas al frente y lateral en el grand ecart». (Trabajo de Diplomado.) Instituto Superior de Cultura Física Manuel Fajardo, La Habana, 2003.

COLECTIVO DE AUTORES. «Programa de Preparación del Deportista». Impresora José A. Huelga, INDER, La Habana, 1988.

FEDERACIÓN INTERNACIONAL DE GIMNASIA. «Código de Puntuación». Ciclos 1996-2000/FIG, 2000-2004/FIG y 2003-2008/FIG.

FUNG GOZUETA, T. *El deporte danza*. Editorial Científico-Técnica, La Habana, 1995.

ILISÁSTIGUI AVILÉS, M. «Premisas para la confección de un sistema de selección deportiva en gimnasia rítmica para los centros de alto rendimiento». (Trabajo de Doctorado.) Instituto Superior de Cultura Física Manuel Fajardo, La Habana, 1995.





# Cumplimiento de las pruebas normativas de ingreso y del percentil 90 en la categoría de 11-12 años de balonmano en la Copa Nacional Pioneril

■ LIC. BARBARITA DE LA CARIDAD MÁRQUEZ MIRANDA



## RESUMEN

Se analiza la calidad de los alumnos atletas que participaron en el deporte de balonmano en la Copa Nacional Pioneril en el año 1999. Para este estudio se tuvo en cuenta el cumplimiento de las pruebas normativas de ingreso establecidas por el Programa de Preparación del Deportista de este deporte y la selección de atletas a través del percentil 90, en las edades de 11 y 12 años.

## INTRODUCCIÓN

El balonmano es un deporte oriundo de Alemania. Su introducción en Cuba se produce a finales de 1964 por egresados cubanos de una escuela de Educación Física en Alemania. Se juega por primera vez en el Instituto Superior de Cultura Física Manuel Fajardo y se introduce en el plan de estudios de este centro desde 1965.

La Federación Cubana de Balonmano se crea en 1973. La primera confrontación internacional se produce en 1974, y en 1977 es incluido en el calendario deportivo escolar.

El balonmano es un deporte apropiado en igual medida, para adultos, jóvenes y niños a partir de los nueve años de edad, y provoca gran interés por su carácter competitivo y dinámico. Posee gran variedad de movimientos que se suceden uno detrás de otro de forma continuada, que influyen favorablemente en el fortalecimiento muscular y orgánico; además, contribuye al desarrollo multilateral y multifacético de la personalidad. No requiere de condiciones excepcionales en cuanto al área de juego.

## Complement of the normative Test to Enter and the Percentil 90 in the 11-12 category in Handball in the Pioneer National Cup

### ABSTRACT

In the present research the quality of the athletes students who participated in the Pioneer National Cup in 1999, in handball, is analyzed according to the complement of the normative test to enter, established by the program of preparing the sportsman of this sport and the selection of the athletes through the percentil 90, in the ages of 11-12 years old.

Los elementos técnicos y tácticos, así como las reglas de juego son fáciles de aprender en su forma fundamental, lo que en poco tiempo permite, después de un período de ejercicios preparatorios, comenzar con el juego directo.

El balonmano es un deporte que se encuentra en el grupo de los llamados juegos deportivos, de carácter colectivo, de un alto nivel de intensidad, donde la condición física, la potencia muscular y la destreza técnica han de conjugarse con una mente ágil y creadora.

Esta disciplina deportiva, relativamente joven en nuestro país, tuvo un rápido desarrollo y un incremento notable en cuanto a participantes por su semejanza con elementos técnicos del fútbol y del baloncesto, pero actualmente su desarrollo ha sufrido un retroceso debido a la escasez de materiales para su enseñanza en las escuelas y en las áreas deportivas; no obstante, esto no ha sido un impedimento para que sea uno de los deportes que se convocan en las Copas Nacionales Pioneriles, donde participan todas las

provincias, divididas en dos zonas, con un sistema competitivo de todos contra todos.

En este evento participan los mejores atletas de las áreas deportivas de cada provincia en ambos sexos, los cuales deben haber sido seleccionados para este deporte mediante la metodología orientada para la selección de talentos deportivos como primer paso y en segundo lugar, debe haberseles aplicado la metodología establecida en las pruebas normativas como lo plantea el Programa de Preparación del Deportista de balonmano para esta categoría.

## OBJETIVOS

1. Comprobar el cumplimiento de las normativas de ingreso para la categoría 11-12 años, en ambos sexos, en el deporte de balonmano, en la Copa Nacional Pioneril.

2. Determinar la cantidad de talentos deportivos en la categoría pioneril en ambos sexos, que participaron en la Copa Nacional, en el deporte de balonmano.

3. Comparar los resultados alcanzados entre ambas pruebas, en ambos sexos, del deporte de balonmano.

### **Métodos utilizados**

- Medición.
- Observación.
- Sumatoria y por ciento de cumplimiento.
- Revisión bibliográfica.

### **DESARROLLO**

La selección de talentos deportivos y su formación acertada dependen en gran medida de la habilidad del entrenador para seleccionarlos e infundirles amor por el deporte; tal finalidad requiere que se disponga de una metodología compleja con diversos criterios de evaluación sobre las particularidades motrices, morfológicas, funcionales y psicológicas; pero desafortunadamente, en la actualidad sólo se apoya esta selección en pruebas físicas, técnicas y, en muchos casos, en la selección natural.

El arte de la selección consiste en el descubrimiento oportuno de las primeras señales (rasgos, datos) de cada uno de los componentes que forman el talento deportivo.

Un sistema racional de selección permite, por una parte, determinar hacia qué deporte el novato manifiesta mayor aptitud y nivel de posibilidades potenciales, y por otro, confeccionar los grupos deportivos con los alumnos de mayores capacidades y perspectivas.

Precisamente, la actividad del entrenador en la selección inicial es buscar aquellos niños con perspectivas deportivas, es decir, que después de algunos años, se acerquen al deportista ideal, en relación con la utilización de las características modelos en la dirección del proceso de entrenamiento.

En el año 1983 se establecieron, por primera vez en Cuba, las normas cubanas sobre rendimiento motor o eficiencia física, bajo la aplicación

de un programa computacional que permitió, en su análisis, valorar la utilización de un valor percentil para la determinación de lo que se acordó llamar «talento deportivo».

En 1985 se aplicó en Cuba con diseño de muestra de proyecciones nacionales, la segunda y más completa investigación en este campo, la cual permitió establecer las normas vigentes para evaluar la eficiencia física en la población cubana, y dentro de este estudio y como una consecuencia, la valoración del percentil 90 como un elemento a tener en cuenta para la detección de posibles talentos deportivos en la aplicación masiva de las pruebas de eficiencia física en todas las escuelas; posteriormente se le adicionaron los valores de talla con el percentil 97 del segundo estudio nacional de crecimiento y desarrollo de Cuba.

Las pruebas normativas conforman un sistema de normas preestablecidas en los Programas de Preparación del Deportista de cada deporte, partiendo de las particularidades, exigencias y necesidades de cada uno de ellos; de forma tal que cuando el atleta transita de una categoría a otra se va acercando a las normativas establecidas en el alto rendimiento a nivel mundial.

En los territorios se realizan las pruebas de eficiencia física, se seleccionan los talentos deportivos entre los 7 y 12 años de edad de cada escuela en el mes de abril, según las indicaciones del Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación (INDER) para la preparación, organización y desarrollo de los diferentes cursos escolares, lo que se contradice con lo orientado por la sección técnica metodológica provincial de alto rendimiento para este mismo proceso en las áreas deportivas, que orienta realizar las pruebas normativas para la conformación de los grupos clases en los meses de febrero y marzo. Generalmente en los territorios se realizan ambos procesos al unísono, lo que afecta la realización de los siguientes pasos

de la organización del curso escolar. Además, hay otro elemento a tener en cuenta y es que en los municipios de educación comienza este proceso a partir de febrero.

Ahora bien: ¿cumplen los atletas seleccionados para participar en la Copa Nacional Pioneril de balonmano, de la categoría 11-12 años, en ambos sexos, las normativas establecidas para este deporte en el Programa de Preparación del Deportista, no siendo así con las marcas establecidas por los percentiles 90 y 97?

La respuesta al problema planteado la buscamos mediante la aplicación de los dos tipos de pruebas establecidas, lo que nos demuestra que se violan las etapas de selección de talentos para las áreas deportivas.

Los materiales utilizados para realizar las mediciones fueron:

1. Balones (2).
2. Cinta métrica.
3. Cronómetro.

Por las características de la competencia solamente pudimos realizar las mediciones en seis de las ocho provincias participantes; estas fueron: Pinar del Río, La Habana, Ciudad de La Habana, Matanzas, Villa Clara y Sancti Spíritus.

Dentro de las condiciones especiales que deben cumplir los equipos en el momento de la competencia, en esta categoría, según el Programa de Preparación del Deportista, están:

1. Tener como mínimo dos jugadores en cada sexo con una talla de 160 centímetros.
2. Los equipos deben estar compuestos por dos jugadores.

Ninguna de estas dos condiciones fueron cumplidas al ciento por ciento. En el caso de la primera se incumplió en cinco equipos, de tres provincias, en diferentes sexos; estas fueron: en el sexo femenino las provincias de Matanzas y Sancti Spíritus, y en el sexo masculino, las provincias de La Habana, Matanzas y Sancti Spíritus.

La segunda condición se comportó como muestra la Tabla 1:

Tabla 1

PROVINCIAS	SEXO FEMENINO	SEXO MASCULINO	TOTAL
PINAR DEL RÍO	10	8	18
LA HABANA	8	10	18
CIUDAD DE LA HABANA	10	10	20
MATANZAS	10	9	19
VILLA CLARA	10	10	20
SANCTI SPÍRITUS	10	10	20
TOTALES	58	57	115

Por tanto, de los 120 posibles a medir, sólo se realizaron 115 mediciones, 58 en el sexo femenino, de ellos 43 de 11 años y 15 de 12 años. En el sexo masculino se midieron 57 atletas, 40 de 11 años y 17 de 12 años. Ello representa un total de 83 atletas de 11 años y 32 de 12 años de edad.

Los percentiles 90 y 97 significan que el 10% y el 3%, respectivamente, del total de la población, cumplen las pruebas. En este caso particular consideramos que no es aplicable a estos atletas, pues se supone que todos los seleccionados son talentos deportivos.

En el Programa de Preparación del Deportista aparecen otras pruebas para el ingreso a las áreas deportivas en estas edades, las que no se pudieron realizar por no tener el lugar donde se realizó la competencia las condiciones necesarias.

En el análisis de los resultados obtenidos se reflejó que la provincia Ciudad de La Habana alcanzó los por cientos más altos de cumplimiento en tres de las pruebas realizadas (talla, rapidez y salto largo sin impulso), en relación con otras provincias, aunque nunca sobrepasó el 85% de cumplimiento.

Las tablas 2 y 3 nos muestran una comparación entre los resultados alcanzados entre las pruebas del percentil y las pruebas normativas por edades y por orden de prioridad.

Como podemos apreciar en ambas edades las pruebas normativas alcanzan altos por cientos de cumplimiento, no es así en los alcanzados en los percentiles 90 y 97, donde se observan la menor diferencia en la rapidez, en la edad de 12 años, seguida por la talla en los 11 y 12 años de edad. El resto de los resultados tienen una diferencia bastante elevada, teniendo en cuenta

Tabla 2

(EDAD 11 AÑOS)			
PRUEBAS	PERCENTIL (%)	PRUEBAS NORMATIVAS (%)	DIFERENCIA PORCENTUAL (%)
Salto largo sin/con impulso	46,9%	97,5%	45,0%
Talla	45,7%	66,2%	20,5%
Rapidez	32,5%	91,5%	59,0%

Tabla 3

(EDAD 12 AÑOS)			
PRUEBAS	PERCENTIL (%)	PRUEBAS NORMATIVAS(%)	DIFERENCIA PORCENTUAL (%)
Salto largo sin/con Impulso	28,1%	100%	71,9%
Talla	31,2%	59,3%	28,1%
Rapidez	93,7%	100%	6,3%

el tipo de atleta al que se le aplicaron las mediciones.

El análisis del cumplimiento del percentil y las pruebas normativas por sexos y edades, se muestran en las tablas 4 y 5.

Es, en nuestro criterio, sumamente significativo que 12 de los atletas par-

entrenadores para realizar la selección de talentos deportivos, o por el contrario, para lograr cumplir con el cronograma establecido para la organización del curso escolar; no pueden tener en cuenta todo el resultado que se obtiene de la aplicación de los percentiles 90 y 97.

rigor de exigencia que las marcas planteadas en los percentiles 90 y 97, desde el punto de vista general.

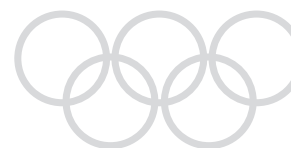


Tabla 4

(PERCENTIL)		
TOTAL DE PRUEBAS	TOTAL DE CUMPLIMIENTO	CUMPLIMIENTO (%)
5 pruebas	3 atletas	2,6%
4 pruebas	13 atletas	11,3%
3 pruebas	24 atletas	20,8%
2 pruebas	34 atletas	29,5%
1 prueba	29 atletas	25,2%
0 prueba	12 atletas	10,4%

Tabla 5

PRUEBAS NORMATIVAS		
TOTAL DE PRUEBAS	TOTAL DE CUMPLIMIENTO	CUMPLIMIENTO (%)
5 pruebas	66 atletas	57,3%
4 pruebas	44 atletas	38,2%
3 pruebas	5 atletas	4,3%

ticipantes en dicha competencia no cumplen siquiera una de las marcas establecidas por los percentiles 90 y 97. Esto demuestra que no se utiliza correctamente el cronograma establecido por el INDER para la selección en las áreas deportivas de estas provincias a las que se les aplicaron las mediciones.

Como vemos en este caso, todos los atletas cumplen entre cinco y tres pruebas de las aplicadas, donde se obtiene el mejor resultado en el total de cinco pruebas. Esto demuestra que las pruebas normativas son las únicas que tienen en cuenta los

## CONCLUSIONES

1. Las pruebas normativas establecidas para el deporte de balonmano en la categoría 11–12 años, en ambos sexos, son cumplidas por los atletas que participaron en la Copa Nacional Pioneril.

2. Se determinó que sólo 40 atletas cumplen con el percentil 90 establecido para estas edades, lo que representa un 34,7%.

3. La tabla de puntuación de normativas de ingreso para las edades de 11 y 12 años, en ambos sexos, que se plantean en el Programa de Preparación del Deportista, tiene un menor

## BIBLIOGRAFÍA

COLECTIVO DE AUTORES. «Programa de Preparación del Deportista de balonmano». La Habana, 1996.

\_\_\_\_\_. *Manual del profesor de Educación Física*. Impresora José A. Huelga, INDER, La Habana, t. 1, 1996.

\_\_\_\_\_. «Fundamentos técnicos y metodología para la enseñanza de los saltos». La Habana, 1989. (Folleto impreso.)

SÁNCHEZ OMS, ALBERTO. «Metodología para el desarrollo de la rapidez mediante el ejercicio del atletismo» (conferencia). La Habana, 1994.

# El Reglamento del frontón cubano. Un método para facilitar su aprendizaje. (Primera parte.)

■ LIC. CARLOS ALBERTO GRANDA LORENZO



## RESUMEN

El primer Reglamento del frontenis cubano, fue confeccionado por el entonces director del capitalino club Ferroviario de Lawton, Agustín Ramírez. Data del año 1940 y desde esa fecha a la actualidad, ha sido objeto de parciales modificaciones como la realizada en 1990, en vísperas de los Juegos Panamericanos celebrados en Cuba. Sin embargo, atletas, entrenadores y árbitros coinciden en señalar que su contenido es difuso, independientemente de la falta de precisión, con respecto a situaciones técnico-tácticas, los jueces y otros aspectos del juego; por lo que es un documento poco factible. Este trabajo responde a algunas de estas insuficiencias relacionadas con la práctica del frontenis cubano y particularmente, con el arbitraje dentro de esta modalidad deportiva. Por su extensión, se ha dividido en tres partes; esta, la primera, ofrece una visión general sobre la estructura del reglamento, sus contenidos esenciales, infracciones, clasificación, artículos donde estas se describen y las penalizaciones asociadas a ellas. Se considera que esta síntesis, constituye un elemento de extraordinario valor metodológico para el estudio del reglamento.

## INTRODUCCIÓN

Para dominar los contenidos de un documento tan extenso como el Reglamento del frontón cubano, es necesario lograr una visión general, es decir, determinar sus aspectos esenciales. En este sentido, es conveniente comenzar por el conocimiento de la cantidad de artículos (99) y capítulos

## The Rules and Regulations of Cuban Frontenis. A Method to Facilitate its Learning. First Part

### ABSTRACT

The first Rules and Regulations of the Cuban Frontenis were made by Agustín Ramírez, director of the Ferroviario Club of Lawton, in the city of Havana. It dates from 1940, and since then the document has had partial modifications. One of them was made just before the Panamerican Games celebrated in Cuba in 1990. However, athletes, trainers and arbiters say that its content lacks of precision in relation to the tactical and technical aspects, judges and other aspects of the game. This work gives answer to some of these deficiencies related to the practice of Cuban frontenis and particularly to the work of arbiters. Because of the extension it has been divided into three parts. This first one gives a general outlook infractions, classifications and punishments. This summary has an extraordinary methodological value for the study of the rules and regulations of this sport.

(7) que lo componen, así como las infracciones o faltas que pueden cometerse durante el juego (25).

En relación con las faltas se debe precisar, que 24 designan acciones de los jugadores, mientras que la restante está referida al técnico, entrenador o delegado del equipo.

Los artículos están distribuidos de la siguiente forma:

Capítulo I: El frontón cubano y sus modalidades (20 artículos).

Capítulo II: El equipo de juego (6 artículos).

Capítulo III: Del juego y de los jugadores (11 artículos).

Capítulo IV: De las reglas del juego (31 artículos).

Capítulo V: De los jueces (13 artículos).

Capítulo VI: De los partidos (7 artículos).

Capítulo VII: De los campeonatos (11 artículos).

## DESARROLLO

### Síntesis por capítulos del contenido del Reglamento

#### Capítulo I: El frontón cubano y sus modalidades

Este capítulo está compuesto por 20 artículos, en ellos se resumen las características tipológicas de la instalación, las dimensiones de cada uno de sus componentes estructurales, las líneas demarcatorias y zonas de juego, así como las medidas que deben tener cada una de ellas. También se da conocer acerca de las modalidades vigentes y las regulaciones que se deberán tener en cuenta al escoger una instalación con el objetivo de realizar competencias oficiales en ellas.

#### Capítulo II: Del equipo de juego

Integrado por seis artículos donde se definen el móvil (pelota), los implementos de juego (raquetas y palas

con sus características, dimensiones y peso), el vestuario y uso de la pizarra como medio de información visual para el público en competencias oficiales.

### Capítulo III: Del juego y de los jugadores

Se describen las características esenciales del juego, los requisitos para que la pelota sea considerada en juego, las formas legales de devolverla, así como el tanteo a que serán jugados los partidos de individuales y dobles (entre dos o cuatro personas).

En el caso de los dobles, se define como delantero, al que juega más cerca del frontis o pared del frente y como zaguero, al jugador que generalmente se encuentra más próximo a la pared de rebote.

En la parte final de este capítulo se anticipan algunas *faltas* sobre las reglas del juego, como son: por indumentaria, por cambio ilegal del implemento, por interferencia intencional al adversario en la recogida del implemento, y por golpeo defectuoso; además, su

último artículo hace referencia a lo que se ha denominado falta técnica o del técnico, definiéndose la conducta que deberán seguir los entrenadores o delegados durante la celebración del partido dentro de la zona de juego.

### Capítulo IV: De las reglas del juego

Es el capítulo más denso de todo el Reglamento, está constituido por 31 artículos, referidos a: saque, jugadas buenas y jugadas malas, tiempos de descanso, estorbadas y vueltas, derechos de los jugadores y demás reglas generales y reglas específicas para cada una de las modalidades de este deporte.

En este capítulo fueron conceptualizadas la mayoría de las *faltas* definidas en el Reglamento que pueden ser cometidas durante la celebración de un partido. Ellas son: por retención del saque, por amague de saque, por intento de saque fallido, de saque, de pie en el cuadro de saque, por interceptar la pelota, por corta, repetida en el capítulo V; por pelota afuera, por

contacto corporal, por estorbada intencional, por doble golpeo, por agresión, por demora intencional, por interrupción deliberada, por abandono ilegal de la zona de juego y por desacato, esta última también repetida en el capítulo V.

### Capítulo V: De los jueces

Constituido por 13 artículos, los cuales fundamentalmente definen la actividad del juez principal y los jueces auxiliares.

Se establece el proceso de calificación o aprobación de los jueces, su jerarquización y algunas funciones durante los partidos; su ubicación en el terreno y el cuidado de las líneas correspondientes durante la celebración de los partidos.

También se hace referencia al tiempo de que disponen los jugadores contendientes para presentarse al juego con el vestuario reglamentario.

En este capítulo, como ya se señaló, se reiteran las referencias a *faltas* por desacato y pelota afuera; además, se



señalan otras por discusión excesiva, falta de caballerosidad deportiva y por no comparecencia.

### Capítulo VI: De los partidos

Con solo 7 artículos recoge los aspectos generales referidos a las posibles formas en que puede definirse un juego; partidos perdidos o *default*, partidos no válidos, suspensión de partidos por lesiones no provocadas por el adversario, uso de suplentes en caso de lesiones, tiempo para la sustitución de un atleta en caso de lesiones, tiempo y forma para protestar un partido en caso de violación de reglas. Además, se señala la *falta* por disociación (artículo 87, p. 1).

### Capítulo VII: De los campeonatos

Tiene 11 artículos y en ellos se señalan los tipos de campeonatos y las facultades del Comité Ejecutivo de la Federación Cubana de Frontón; también se incluyen las bases de los campeonatos y el congresillo técnico como elemento fundamental en este sentido. Además se describen algunas fórmulas de competición y cómo resolver los casos de empate simple, doble y triple. Las regulaciones para la inscripción a los eventos, la comparecencia, es decir fecha y lugar, de jugadores, entrenadores y delegados, así como ser facultados para hacer cambios en la composición de los equipos entre partidos, siempre y cuando precedan las correspondientes inscripciones.

Finalmente, especifica el mínimo porcentaje de atletas de primera categoría que se requiere para que un evento sea considerado como tal.

### Clasificación general de las faltas o infracciones

Como se señaló, en el Reglamento se definen 24 faltas que regulan la actividad de los jugadores durante los partidos y una para aquellas infracciones en las que puede incurrir el representante del equipo. De ellas, 6 son exclusivas del momento en que se ejecuta el servicio y pueden designarse como faltas del servicio. Las restantes 18 faltas, pueden cometerse durante

el desarrollo del juego, al igual que la falta del técnico.

Tomando en consideración el conjunto de las 25 infracciones, estas pueden ser asociadas o clasificadas en dos grupos: las específicas y las generales.

Se llaman faltas específicas aquellas que se producen exclusivamente durante el saque, más la falta del técnico. Las faltas generales son todas las restantes que tienen lugar durante el desarrollo del partido.

Por su tipo o carácter, pueden definirse tres categorías:

- Faltas por conductas antideportivas.
- Faltas por uso de habilidades penalizadas.
- Faltas circunstanciales del juego.

El primer grupo está compuesto por 9 faltas: por estorbada intencional, agresión, por desacato, discusión excesiva, falta de caballerosidad deportiva, no comparecencia, retención del saque, amague de saque y la falta del técnico.

El segundo grupo contiene 7 faltas: por cambio ilegal del implemento, dificultar intencionalmente la recogida del implemento al adversario, interceptar la pelota, demora intencional, interrupción deliberada, abandono no autorizado de la zona de juego y disociación.

En el tercer y último grupo se asocian las restantes 9 faltas para hacer el cómputo de las 25. Ellas son: por indumentaria, golpeo defectuoso, intento fallido de saque, la falta de saque, la falta de pie en el servicio, saque corto, pelota afuera, contacto corporal y doble golpeo.

### Nombre con que se designan las faltas o infracciones y su localización en el reglamento

Cada falta consignada en el reglamento ha sido nombrada o titulada con el objetivo de facilitar su memorización. Además se precisa en qué artículo, inciso o párrafo pueden ser loca-

lizadas y el tipo de sanción que puede conllevar cada una.

Se considera que titular o nombrar las faltas, hace mucho más fácil asimilar su contenido, es decir, operacionarizar su contenido y por tanto, este recurso ofrece la posibilidad de mejorar el dominio del Reglamento en sentido general.

- Falta por indumentaria (artículo 32), pérdida del tanto.
- Falta por cambio ilegal del implemento (artículo 33, p. 1), pérdida del tanto.
- Falta por dificultar, intencionalmente, la recogida del implemento por el adversario (artículo 33, p. 2), pérdida del tanto.
- Falta por golpeo defectuoso (artículos 35 y 36), pérdida del tanto.
- Falta por retención del saque (artículo 41, p. 2), pérdida del tanto y el saque.
- Falta por amague de saque (artículo 41, p. 3), pérdida del tanto y el saque.
- Falta por intento de saque fallido (artículo 47), pérdida del tanto y el saque.
- Falta de saque (artículos 48 y 49), pérdida del tanto y el saque.
- Falta de pie en el saque (artículo 49, p. 3), pérdida del tanto y el saque.
- Falta por interceptar la pelota (artículo 55, p. 1), pérdida del tanto y amonestación.
- Falta por saque corto (artículo 73), pérdida del tanto y el saque.
- Falta por pelota afuera (artículo 56, p. 1), pérdida del tanto y el saque.
- Falta por contacto corporal (artículo 57, inciso 1; artículo 58), pérdida del tanto y del saque si fuera en el momento de producirse dicha acción.

- Falta por estorbada intencional (artículo 61, incisos 1 y 5), pérdida del tanto.
- Falta por doble golpeo (artículo 62), pérdida del tanto.
- Falta por agresión (artículo 64), amonestación y pérdida del tanto, si persiste, expulsión del juego.
- Falta por demora intencional (artículo 65 y artículo 66, inciso 5), amonestación y pérdida del tanto, de persistir el partido se dará perdido por marcador de 30 a 0.
- Falta por interrupción deliberada (artículo 67, p. 2), amonestación y pérdida del tanto, si persiste pérdida de tres tantos y si aún persiste pérdida del partido.
- Falta por abandono no autorizado de la zona de juego (artículo 66, incisos 6 y 7), pérdida del tanto y del saque si lo tenía, si persiste pérdida del partido.
- Falta por desacato (artículo 66, inciso 5), amonestación y pérdida del tanto, si persiste, pérdida del partido.
- Falta por discusión excesiva (artículo 69, p. 4), pérdida del juego o del campeonato según la gravedad de la falta.
- Falta de caballerosidad deportiva (artículo 81), pérdida de tres tantos, pérdida del partido, expulsión del campeonato y hasta de todos los campeonatos oficiales según la gravedad de la falta. Esta última sanción tiene que ser aprobada por la Federación Cubana de Frontón.
- Falta por no comparecencia (artículo 77, p. 2; artículo 82, epígrafe A, inciso 3), pérdida del partido.
- Falta por disociación (artículo 87, p. 1), amonestación y pérdida del tanto, si persiste pérdida del partido por 30 a 0.
- Faltas del técnico.

- Además de las faltas señaladas anteriormente, existen otras en las que puede incurrir el delegado o técnico de un equipo y aparecen refrendadas en el Reglamento. Estas faltas serán denominadas «faltas del técnico» (artículo 37, p. 2) y afectan al equipo que este represente (se aplica la sanción que decida el juez principal de acuerdo con la gravedad de la falta). Estas pueden ser motivadas por:
  - Penetrar en la zona de juego sin la debida autorización del juez principal.
  - Hablar con los jugadores, los jueces o el público durante el desarrollo del tanto.
  - Tocar o probar las pelotas durante el transcurso del partido.
  - Cualquier actitud que provoque la alteración o desorden durante el partido.

## CONCLUSIONES

La síntesis del Reglamento facilita su comprensión y operacionaliza su dominio, constituye un importante instrumento para la enseñanza y condiciona el desarrollo teórico-metodológico de esta modalidad deportiva. En este sentido se puede afirmar que el Reglamento del Frontón cubano se resume en 7 capítulos, 99 artículos y 25 faltas, las cuales pueden clasificarse

en tres grupos: por conductas antideportivas, por el uso de habilidades penalizadas y las circunstanciales del juego. Dominar estos conceptos resulta básico y vital para el oficio del arbitraje, pero también, para la comprensión esencial de este deporte.

## BIBLIOGRAFÍA

- FEDERACIÓN CUBANA DE FRONTÓN. «Reglamento General», 1990.
- GARCÍA BARBÓN, GUILLERMO MARRERO. «Desarrollo y perspectiva de los deportes de cancha en Cuba». (Trabajo de Diploma para la Licenciatura en Cultura Física.) Instituto Superior de Cultura Física Manuel Fajardo, La Habana, 1985.
- GRANDA LORENZO, CARLOS ALBERTO. «Propuesta de guía para los cursos de arbitraje de frontón cubano» (trabajo relevante defendido en Forum municipal de Ciencia y Técnica). Arroyo Naranjo, 2004.
- \_\_\_\_\_. «Transculturación y deporte. Frontenis cubano, una aproximación al tema», en revista *Acción* (formato digital). Instituto Superior de Cultura Física, Manuel Fajardo, La Habana, 2006.
- GRANDA LORENZO, CARLOS ALBERTO y MARLENE E. LORENCES DE JESÚS. «Manual digitalizado de frontón cubano» (CD). Evento Músculos, celebrado en Holguín el 24 de mayo de 2005. ISBN: 959-7133-50-4.
- \_\_\_\_\_. «Manual digitalizado de frontón cubano» (ponencia presentada en el Forum provincial de Ciencia y Técnica el 30 de noviembre de 2005).





# Propuesta de un programa de educación física para el primer ciclo de la enseñanza primaria en la República de Sierra Leona



■ LIC. SAHR KEN SANDI

## RESUMEN

Describe el estado actual de la educación física en la República de Sierra Leona. Con los datos obtenidos en nuestro estudio, se propone un programa ajustado a las características de la educación física contemporánea para los niños del primer ciclo de la enseñanza primaria. La investigación tiene como objetivo el mejoramiento del proceso de enseñanza-aprendizaje en la programación de aula durante la clase de educación física. Para el diseño de la propuesta se consultó a los 24 estudiantes de la República de Sierra Leona que se encuentran cursando estudios en las diferentes provincias de la República de Cuba; para ello se utilizaron los métodos teóricos, empíricos y matemático-estadísticos, diseñados en la primera parte de la tesis. Un resumen de la propuesta de un programa de educación física del primer ciclo de enseñanza primaria basado en los resultados obtenidos se anexa al artículo.

## INTRODUCCIÓN

Educación es un acto complejo que requiere de un trabajo constante y sistemático, además de una vocación innata para ir superando los variados retos que en el camino se van presentando. Por una parte necesita de un conocimiento óptimo de la materia que hay que enseñar y de su estructura interna y de una planificación minuciosa que recoja la información suficiente y que responda a las preguntas de: ¿qué, cómo, y cuándo enseñar y evaluar?

Por otra parte y como todo acto de comunicación, se precisa de un con-

## A Proposal of a Physical Education Program for the First Cycle of Primary School Education in the Republic of Sierra Leone

### ABSTRACT

This paper tries to describe the real situation of physical education in Sierra Leone. With the results obtained in our work a physical education program is proposed taking into consideration the characteristics of contemporary physical education for children in the first cycle of primary education. The objective of the investigation is to improve the teaching-learning process during physical education classes. Twenty-four Sierra Leonean students studying different courses in the Republic of Cuba were consulted for the design of the proposal, using theoretical, empirical and mathematical statistical methods. A summary of the proposal of a physical education program for the first cycle of primary education is proposed.

junto de habilidades esenciales e imprescindibles que unifiquen las acciones del proceso docente y establezcan las relaciones fundamentales entre el que aprende y el que enseña.

La programación del área de educación física ha de apasionar, emocionar a los niños, respetar y responder a sus intereses y necesidades; tiene que ser fascinante para el maestro/a y responder, por tanto, a los intereses, también, de quien la diseña y la lleva a la práctica. Debe respetar de igual forma los ritmos individuales y de desarrollo evolutivo de los niños, partir de sus conocimientos previos, estimular la autonomía, la acción, el pensamiento creativo, propiciar actividades que admitan una gran variedad de respuestas, favorecer las acciones individuales y los diferentes tipos de agrupaciones, y ampliar los conocimientos, las experiencias, actitudes y los hábitos ya adquiridos.

Estos presupuestos son los que enarbola cada educador consciente de la importancia de su tarea en la formación de las nuevas generaciones. Sin embargo, en algunas ocasiones, aún reconociendo el papel de la educación en la formación del hombre del futuro, el escenario conspira contra la buena voluntad de los educadores. Tal es el caso que se presenta, al analizar la educación física en Sierra Leona.

Sierra Leona, un país en el oeste del continente africano, es rico en minerales como: diamantes, rutilo, bauxita, y en productos agrícolas como: café, cacao, etc. Sin embargo, durante la época colonial inglesa el desarrollo industrial fue escaso. Ya en la etapa de la independencia los gobiernos corruptos provocaron la guerra civil que empezó en 1991 y duró unos once años. La guerra civil de Sierra Leona estuvo protagonizada por el Partido Congreso para Todos (APC) y los

denominados grupos «rebeldes». Durante la guerra, los rebeldes destruyeron gran parte de la infraestructura educativa, especialmente la de las provincias. Las mesas, los escritorios y los asientos eran utilizados como madera para quemar. Todas aquellas escuelas que sobrevivieron a la guerra fueron saqueadas. Los tejados de cinc de los edificios y cualquier tipo de equipamiento fueron arrancados y posteriormente vendidos (Bocum, 2001). La guerra civil privó a una abrumadora proporción de la población del derecho a la educación.

Antes de la guerra civil, no existía una regulación clara sobre la educación física en los currículos. Se concibieron diferentes estrategias para resolver el diseño del currículo de la educación física en los respectivos centros docentes, por lo que proliferaron formas, técnicas y metodologías diferentes para resolver o solucionar en los centros educativos iguales problemas; de la mejor manera, pero de una forma intuitiva y en la mayoría de los casos de forma incoherente. Este hecho —que no se garantizara una misma formación básica de los contenidos mínimos de la educación física en todo el territorio de Sierra Leona y que existieran una diversidad de objetivos y contenidos que partían de fuentes epistemológicas diversas— no permitía la globalización de los aprendizajes requeridos por los niños/as de una misma edad o grado.

La implantación del actual sistema educativo que está regulado por la ley: «Acto de Educación de 1991 para la República de Sierra Leona» reconoce en su artículo 1, párrafo 3 (2) que «El estado garantiza el derecho a la educación y vela por la formación física, intelectual, moral, profesional, social y cívica de la población».

A tal efecto, el gobierno a través del Ministerio de Educación, Ciencia y Tecnología consideró indispensable una organización adecuada a escala social para que la reconstrucción del sistema educativo de la etapa ante-

rior a la de la guerra, sea más efectiva. Para este empeño, se diseñó un programa de educación física vigente en la actualidad, diferente al que se utilizó desde el principio de la guerra hasta la fecha.

En torno a este programa se han producido muchos fenómenos importantes que enumeraremos a continuación:

-El diseño del programa de educación física en el primer nivel de concreción (diseño curricular base) debe tener en cuenta lo siguiente: objetivos generales de etapa, áreas curriculares de etapa, objetivos generales de área, bloques de contenidos (secuenciación), orientaciones didácticas sobre cómo enseñar la materia y para la evaluación. Sin embargo, nuestro programa actual no toma en cuenta estos aspectos señalados anteriormente.

-El programa actual contiene un esbozo del contenido o listas de actividades sin orden. Como parte de mi observación como profesor de educación física durante los últimos seis años, podemos decir que los profesores dudan de la eficacia y coherencia del programa que ya utilizaban. En cuanto a la forma de desarrollo del programa que la administración propone, no saben si realizan correctamente las diferentes acciones de programación y existen dificultades importantes en la secuenciación de los contenidos en la creación de unidades didácticas durante las programaciones de las aulas.

Otros problemas que también hemos podido constatar en estos años de implantación del actual sistema educativo son:

-Insuficiente trabajo del docente para detectar los principales problemas de sus alumnos en el desarrollo de las habilidades y capacidades.

-Carencia y uso inadecuado de medios auxiliares de enseñanza.

-Es insuficiente la motivación, el dinamismo y la alegría durante la clase.

Por tanto, surge un tema de interés para la investigación educativa, a través del cual nos percatamos de la necesidad de mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje durante la clase de educación física en el primer ciclo de enseñanza primaria en todo el territorio de la República de Sierra Leona, lo cual debe producirse en estrecha relación con el cambio de la programación de la educación física.

### Problema científico

¿Cómo mejorar el programa de educación física, que le permita al profesor desempeñar mejor el proceso de enseñanza-aprendizaje durante las clases de educación física en el primer ciclo de enseñanza primaria en la República de Sierra Leona?

Para dar solución a este problema científico se plantea el siguiente objetivo: elaborar una propuesta de programa de educación física para el primer ciclo de la enseñanza primaria en la República de Sierra Leona.

Este trabajo se fundamenta en la utilización de los procedimientos y métodos que a continuación reseñamos:

Población y muestra:

Se tomaron como muestra para verificar el estado actual de la educación física en el primer ciclo de enseñanza primaria en Sierra Leona los 24 estudiantes de ese país que se encuentran cursando estudios en varias provincias de la República de Cuba. El diseño de nuestra investigación está centrado en el paradigma descriptivo-interpretativo y se apoyó en la combinación de métodos teóricos y empíricos.

Nivel teórico:

-Análisis y síntesis de fuentes bibliográficas, lo cual nos permitió profundizar en el estudio sobre el tema.

-Inducción-deducción: facilitó la elaboración de deducciones e informaciones en torno al objeto de estudio.

-Análisis de contenido: utilizado para verificar en los documentos a nuestro alcance, el estado en que se encuentra la oficialización de los componentes y contenidos en los programas aprobados por el Ministerio de Educación, Ciencia y Tecnología.

-Enfoque de sistema: se evidencia en la determinación de los componentes del programa y la estructuración de aquellos elementos que sustentan el programa de educación física para el primer ciclo de la enseñanza primaria en la República de Sierra Leona.

Métodos empíricos:

-Encuesta: Sirve para recoger las opiniones de todos los encuestados.

-Entrevista: aplicada a los 16 estudiantes que en la República de Sierra Leona realizaron funciones de maestros integrantes en las escuelas primarias.

-Técnicas estadísticas utilizadas para el procesamiento de la información: análisis porcentual y la media aritmética. Los resultados se ofrecen en tablas y gráficos elaborados en el paquete del sistema PowerPoint de Microsoft.

## DESARROLLO

En la búsqueda bibliográfica se encontraron documentos relatados que tratan del programa de educación física en el primer ciclo de enseñanza primaria. Estos documentos se dividieron en los siguientes tres epígrafes: «Proceso de enseñanza-aprendizaje»; «Características morfo-funcionales, psicológicas y sociológicas de los niños y las niñas del primer, segundo y tercer grados» y «Habilidades pedagógicas profesionales requeridas por el profesor para desarrollar el programa de educación física del primer ciclo de enseñanza primaria».

### Proceso de enseñanza-aprendizaje

Uno de los criterios de relevancia en el campo que nos ocupa, es sobre los aportes de la educación física a

la formación integral del hombre. En este sentido, «la ciencia de la educación que educa al hombre a través del movimiento, desde y en lo psicomotor, hacia lo cognitivo-socio afectivo en función al diseño de hombre al cual tiende y al cual va construyendo». (Molnar, 2001)

Para esta tesis resulta muy relevante el criterio de Molnar por expresar elementos importantes para la confección de las programaciones de la educación física para el primer ciclo de la enseñanza primaria.

Refiriéndose al proceso de enseñanza-aprendizaje, Doval Naranjo (2004) dice: «El proceso de enseñanza-aprendizaje constituye la vía mediatizadora esencial para la apropiación de conocimientos y desarrollo de habilidades, hábitos, capacidades, normas de relación, de comportamiento y valores, legados por la humanidad que se expresan en el contenido de enseñanza establecido por los planes y programas de cada una de las enseñanzas, en estrecho vínculo con el resto de las actividades docentes y extradocentes que realizan los estudiantes».

El mismo autor cita los principales elementos de la didáctica de la educación física que están vinculados con el proceso de enseñanza/aprendizaje como: *objetivos, contenidos, métodos, medios y sistema de evaluación*.

Para fijar un orden o secuencia en la ejecución de las acciones de los maestros, necesitamos programar o planificar todos los componentes que intervienen en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

«Un programa es fundamentalmente, la ordenación de objetivos concretos con las actividades diseñadas para desarrollarlos, considerando el tiempo y la situación especial, con previsión de los recursos necesarios, las estrategias metodológicas y las técnicas didácticas más adecuadas, de manera que se produzca un aprendizaje significativo de los alumnos». (Rul, 1990)

D. Siedentop (1988) establece que los factores que influyen en la progra-

mación de la educación física son los siguientes: la concepción personal de la educación física, la naturaleza de la institución, el material y el equipo, el programa educativo de la escuela y las características de la escuela.

Nuestro estudio da gran apoyo a los planteamientos de Siedentop como base para una propuesta de un programa de educación física para el primer ciclo de enseñanza primaria en la República de Sierra Leona.

Al elaborar la unidad didáctica del programa se deben tener en cuenta: selección del tema, áreas implicadas, objetivos generales de áreas, selección de contenidos, objetivos didácticos, metodología, recursos didácticos, actividades, organización espacio-temporal, evaluación, adaptaciones curriculares y temas transversales. (García y otros, 1992)

### Características morfo-funcionales, psicológicas y sociológicas de los niños y las niñas de primer, segundo y tercer grados

El profesor de educación física debe conocer las particularidades morfo-funcionales, psicológicas y sociológicas para poder impartir una clase con calidad, para poder aplicar una correcta carga física y evitarles lesiones a los niños/as durante el proceso de enseñanza-aprendizaje.

En este trabajo los niños de primer, segundo y tercer grados se sitúan en el primer ciclo de la enseñanza primaria; su edad cronológica está comprendida entre seis y nueve años.

Los músculos de los niños en esta edad aún son débiles, sobre todo los de la espalda, y no son capaces de mantener el cuerpo en posición correcta. Al mismo tiempo, el sistema muscular de los niños de estas edades es capaz de desarrollarse intensamente, por eso cuando es suficiente la cantidad de movimientos y el trabajo muscular, los huesos del esqueleto, sobre todo los de la columna, se exponen con facilidad a las acciones externas. Hacia

los ocho o nueve años termina la formación anatómica de la estructura del cerebro, pero en el sentido funcional este sigue poco desarrollado. (Rudik, 1990)

En estas edades aumenta la inhibición diferenciada, la memoria y la comprensión con respecto a la edad anterior (tres-cinco años). Los surcos, circunvoluciones y los lóbulos se profundizan en la corteza de los grandes hemisferios. Hacia los ocho o nueve años progresa la atención y la movilidad cortical, los cuales favorecen la escritura y el dibujo e interesan el desarrollo de asociaciones.

La percepción y observación de la realidad exterior en los niños de esta edad aún es imperfecta. Ellos perciben los objetos exteriores de manera imprecisa y no separan los rasgos y las características principales, sino las casuales. La atención de los escolares en los primeros grados de la primaria no es lo suficientemente estable: no pueden trabajar de forma concentrada durante mucho tiempo, se distraen con facilidad, la estabilidad de la atención es breve, sobre todo al comienzo de las clases. (Rudik, 1990)

En esas edades (seis-nueve) la atención es involuntaria, pues atienden fundamentalmente lo que les parece interesante, llamativo y poco común. El maestro debe trabajar para lograr formar la atención voluntaria, es por ello que se obliga al escolar a concentrarse y organizar su atención. La imaginación en los primeros grados se estructura sobre la base de la imagen concreta, caracterizada por el realismo. Los motivos aún no son del todo estables, pero indudablemente con la nueva situación social del desarrollo, se posibilita una mayor estabilidad emocional en la jerarquía de motivos, lo cual se expresa en la voluntariedad de la conducta del escolar. Se forman los sentimientos morales, el amor a la patria, la admiración por la valentía de las personas, la laboriosidad, la responsabilidad y la camaradería. Vivencias emocionales en los escolares

menores se manifiestan vivamente. (Sánchez Acosta y González, 2004)

### **Habilidades pedagógicas profesionales requeridas por el profesor de educación física para elaborar el programa del primer ciclo de enseñanza primaria**

La educación física tiene como soporte un conocimiento cuyo valor radica en establecer medios más juiciosos, adaptarlos al alumnado y permitir una enseñanza más significativa. Son tantas las variables que influyen en su enseñanza que tornan su estudio extremadamente complejo. La enseñanza adecuada depende más de competencias que de conocimientos. (Pieron, 1985)

Cuando la «preparación pedagógica» del profesor para el desarrollo de sus clases es inadecuado, lo que se expresa en insuficiencias en la relación profesor-alumno, en la programación de las clases y en actividades de evaluación, entre otros aspectos, se convierte en uno de los factores que incide desfavorablemente en la moti-

vación de los alumnos hacia la clase de educación física. (López y González, 2001)

M. Hechavarría (2006) en su obra *Lo que todo entrenador deportivo o director técnico debe saber* hace un estudio claro de las características pedagógico-profesionales que debe tener el maestro de educación física para ser buen profesor o profesor experto para desarrollar el programa de la educación física en el primer ciclo de enseñanza primaria. Se señalaron seis habilidades, cada una con indicadores: *habilidades necesarias para planificar el trabajo docente en educación física, planificar la clase, organizar su propia actividad, organizar la actividad de los alumnos, transmitir la información y establecer relaciones afectivas (profesor-alumno).*

## **RESULTADOS**

La edad media del conjunto de participantes es de 25,4 años. La edad media de los participantes que han sido maestros es de 25,6 con una media de 1,8 años como experiencia profesional en el ámbito de la educación física. La



edad media de los participantes no maestros es de 25,2 años. La mayoría de las titulaciones se reparten entre graduado escolar (67%) y certificado (29%). Solamente uno (7%) tenía diplomado. Todos (100%) han recibido clases en escuelas primaria y secundaria en Sierra Leona.

Los mayoría (12) de los maestros imparten clases de educación física por una hora cada semana. Todos los maestros (100%) asumieron las funciones integrantes e imparten otras asignaturas. Los participantes (100%) indican que las condiciones de las instalaciones deportivas son deficientes.

Sobre el programa, la totalidad (100%) afirmó que existía un programa de educación física y de otras asignaturas, sin embargo, la mayoría de los participantes que han sido maestros (37,50%) contestaron que el programa de educación física fue de poca utilidad. Cinco (31,25%) no sabían cómo se programa la educación física y los demás (12,50%) decían que no creían que les fuera de utilidad. Los participantes indicaron que de la lista de actividades del programa vigente faltan: objetivos, 14 (87,50%); créditos, 16 (100%); orientaciones metodológicas, 16 (100%), medios de enseñanza, 16 (100%) y sistema de evaluación (93,75%). Los participantes (100%) nos indicaron que encontraron dificultades en la programación de la educación física.

La modulación de los contenidos a partir de su secuenciación, así como el diseño y redacción de las unidades didácticas (100%) parecen ser las principales dificultades que los docentes tienen en la concreción de las programaciones. Once (68,75%) de los maestros no tenían conocimientos sobre los contenidos de la educación física en la etapa primaria. Otras dificultades de los maestros fueron: recursos para trabajar los diferentes contenidos (96,2%), falta de tiempo para completar todas las ideas (31,25%), climáticos y de espacio (31,25%), adaptarse a las necesi-

dades de los alumnos (18,75%) y no sabían cómo evaluar (18,75%).

Los datos obtenidos se centran en la doble valoración que los docentes han realizado sobre sí mismos de un repertorio de acciones relativas al diseño de la programación. Esta doble valoración está definida por la situación que los maestros y profesores consideran que es la real y aquella que debería ser ideal. Este primer conjunto de indicadores relativos a la variable programación nos permite realizar a la vez un análisis inferencial para determinar la existencia o no de diferencias significativas entre las valoraciones reales e ideales. Una primera observación concluye que las dos valoraciones realizadas siguen una trayectoria paralela, en la mayoría de los casos, y siempre la valoración ideal es superior a la real.

Las evaluaciones de los resultados se muestran en correspondencia con la frecuencia de respuestas de los maestros:

-Al final del proceso de enseñanza-aprendizaje: 16 (100%).

-Sobre lo que aprendieron los niños: 16 (100%).

-Sobre la actividad sistemática que indica el programa: 2 (12,5 %).

Estos resultados manifiestan que las evaluaciones utilizadas por los maestros se basaron en los aprendizajes de los alumnos y no en el proceso de enseñanza-aprendizaje (modelo tradicional).

Los sujetos fueron solicitados para indicar qué actitudes tenían los padres frente al aprendizaje de los hijos. Los resultados obtenidos en correspondencia con la frecuencia de las respuestas de los maestros fueron:

—No quieren conocer sobre estos programas: 16 (100%).

—Les es indiferente: 16 (100%).

—Se sienten satisfechos con la participación del gobierno en la programación como aspecto socio-cultural de la educación de sus hijos: 10 (52,5 %)

Los maestros indicaron que tenían alumnos con las siguientes necesida-

des: poliomiélitis (91%); en el campamento de desplazados (5,6%); huérfanos (36,4%) y traumáticos (18,2 %)

## CONCLUSIONES

El estudio realizado sobre el estado actual de la educación física en el primer ciclo de la enseñanza primaria en la República de Sierra Leona, posibilitó arribar a las siguientes conclusiones:

-La propuesta de programa que se elabora es factible de introducir en el primer ciclo de la enseñanza primaria de Sierra Leona. Con ella se ayudará a sistematizar el proceso de enseñanza-aprendizaje de la educación física de los maestros, y posibilitará, además, el conocimiento de los requisitos de la clase contemporánea de educación física.

-Se logró determinar en la literatura consultada, aquellos contenidos que fundamentan el programa que se propone, con lo cual se ofrece a los maestros de Sierra Leona, elementos para la reflexión pedagógica y metodológica a la vez que seleccionan y organizan los contenidos para la clase de educación física.

-La propuesta que se hace de programa se apoya en un profundo análisis de la situación actual de la educación física en la República de Sierra Leona, así como en el análisis de los documentos y resultados de los instrumentos aplicados. Se considera factible su aplicación.

-Se definieron como componentes del programa el sistema que sustenta el proceso docente y que privilegia a partir de la categoría objetivo, los contenidos, métodos, medios y evaluación del proceso. Esto implica además, que el maestro tenga en cuenta las orientaciones que ofrece el programa, los elementos que contiene su fundamentación y las habilidades pedagógicas profesionales que este debe poseer para poder desarrollar el proceso.

-A partir de los componentes determinados se señalan como contenidos fundamentales la gimnasia, el juego, la expresión corporal y el atletismo. Con ello se hace una propuesta que

puede ser desarrollada en cualquier contexto y con las características de los grupos de edades que la escuela sierra leoneana debe asumir.

## RECOMENDACIONES

-Aplicar la propuesta de esta investigación y continuar desarrollando investigaciones futuras sobre sus resultados e impacto.

-Pedir a las estructuras de gobierno a través del Ministerio de Educación, Ciencia y Tecnología instalaciones y equipamientos mínimos para las clases de educación física con el apoyo de los organismos no gubernamentales. También recomendar al gobierno —donde sea posible— utilizar los estadios nacionales y los espacios disponibles para las clases de educación física.

-Sugerir a las estructuras de gobierno a través del Ministerio de Educación, Ciencia y Tecnología, emprender un sistema de educación para la población, especialmente para los padres sobre la importancia de la actividad física y el deporte para los niños/as a través de las clases de educación física.

## RESUMEN DE LA PROPUESTA DE PROGRAMA DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA PRIMER CICLO DE LA ENSEÑANZA PRIMARIA DE LA REPÚBLICA DE SIERRA LEONA. (FUNDAMENTACIÓN)

En el primer ciclo, que es cuando comienza la escolaridad obligatoria en la República de Sierra Leona, se plantea la necesidad de atender niños y niñas de diversas procedencias en cuanto a los aprendizajes realizados con anterioridad, en función de la participación o no a un centro de educación preescolar o inicial. Con respecto a la educación física, este ciclo se caracteriza por el comienzo de la adquisición de las habilidades motrices básicas y

su aplicación para obtener o adquirir determinados conocimientos culturales y hábitos de conducta social. En esta etapa se establecen las relaciones interpersonales con otros niños y con el adulto y existe una mayor dependencia del maestro tanto en el plano afectivo, como durante el desarrollo del proceso docente educativo.

El programa de educación física para el primer ciclo de la enseñanza primaria de la República de Sierra Leona se ha elaborado teniendo en cuenta por una parte, las características psicomotrices de los niños y niñas en las edades comprendidas entre seis y nueve años, y por otra parte, nos resultó de gran utilidad los criterios de los encuestados sobre los programas vigentes, pues ellos han estado vinculados al proceso de enseñanza-aprendizaje de la educación física, ya sea como maestros o como alumnos en las diferentes instituciones escolares del país.

También se consideraron las características de las áreas e instalaciones deportivas y los medios de enseñanza disponibles en la escuela, así como el nivel de preparación de los maestros que imparten la educación física en estas edades.

Considerando la importancia de la educación física en este ciclo, los objetivos generales que la concretan y la concepción de la escuela como organizadora de las situaciones de enseñanza-aprendizaje, los contenidos fueron estructurados por unidades para facilitar al maestro la forma de planificar su actividad docente, tomando en consideración los objetivos generales del grado y los objetivos específicos de cada unidad.

Las unidades del programa son: Gimnasia Básica, Juegos y Atletismo.

### Unidad 1. Gimnasia Básica

Como uno de los medios fundamentales de la educación física, la gimnasia básica cumple la tarea de perfeccionar las habilidades motrices básicas de caminar, correr saltar, lanzar, atra-

par, rodar, golpear, etc. También desarrolla las capacidades físicas condicionales (fuerza, rapidez y resistencia) y las capacidades físicas coordinativas (regulación de los movimientos, adaptación y cambios motrices, orientación espacial, anticipación, diferenciación, acoplamiento, equilibrio, agilidad y la flexibilidad), las cuales sirven de base para elevar paulatinamente el rendimiento. Por todo ello se contempla su enseñanza en todos los grados.

La gimnasia básica —además de contribuir al fortalecimiento de la salud, transmitir conocimientos teóricos útiles y necesarios para la comprensión de la práctica sistemática de actividades físicas— interviene en la formación de valores y rasgos de la personalidad como la independencia, la honestidad, la perseverancia y el colectivismo, entre otros. Los contenidos de esta unidad incluyen: ejercicios de organización y control, ejercicios para el desarrollo físico general, habilidades motrices y sus combinaciones, ejercicios para el desarrollo del equilibrio y la flexibilidad, movimientos fundamentales, expresión corporal y pasos fundamentales.

### Unidad 2. Juegos

El juego como medio de la educación física, es una forma de aprendizaje natural y es parte de la enseñanza. Además de la necesidad en estas edades de juegos motrices mediante los diferentes tipos y variedades, para adquirir o perfeccionar habilidades motrices básicas y capacidades físicas en situaciones de juego, también es importante la presentación lúdica de las situaciones de aprendizaje que contribuyan a mejorar y aumentar las posibilidades de juegos de los alumnos y alumnas.

Son relevantes los juegos de cooperación y oposición, cuya función es el aprendizaje de estrategias, base de la mayoría de los juegos de equipo.

Es de vital importancia en estas edades que los niños disfruten moviéndose, jugando y participando en

tarea motrices en las que tengan que implicar su habilidad y esfuerzo, de manera que vayan adquiriendo una actitud positiva ante la práctica de actividades físicas.

Los contenidos de esta unidad incluyen todas las formas de juegos en la misma secuencia en que se produce la evolución del niño, pues de otra manera no se aprovecharía convenientemente la motivación intrínseca que este contenido tiene para los pequeños, además de sus valores biológico, pedagógico y social, que influyen en la formación de la personalidad de los escolares.

Los contenidos de esta unidad son: juegos de correr, saltar, rodar, lanzar, atrapar, golpear, cuadrupedia etc; hacia diferentes direcciones, desde diferentes posiciones y con diferentes partes del cuerpo, sobre objetos; juegos combinando habilidades, juegos rítmicos y juegos pre-deportivos de atletismo.

### Unidad 3. Atletismo

El atletismo como medio de la educación física, es el primer deporte que se introduce en la enseñanza primaria, por cuanto tiene su fundamento en los movimientos naturales y es la base de la motricidad infantil. Aparece en el tercer grado, es el último del primer ciclo y tiene el propósito de perfeccionar las habilidades motrices básicas que han venido desarrollándose anteriormente con la gimnasia básica.

En la enseñanza de los contenidos del atletismo como habilidad motriz deportiva se enfatizará en elementos fundamentales como: los pasos normales en la carrera, la coordinación de la carrera de impulso y despegue en los saltos de longitud y de altura, así como el esfuerzo final en los lanzamientos a distancia.

Los contenidos de esta unidad incluyen:

- a) Carreras de distancias cortas, rendimientos de 30 metros y relevos.
- b) Saltos de longitud natural.

- c) Lanzamiento a distancia por encima del hombro.

## BIBLIOGRAFÍA

- BOCUM. «La educación rápida», 2001, en *Plan Sierra Leona: La importancia de la educación en la rehabilitación por desastre. Programa de educación rápida en Sierra Leona*, 2003. Disponible en <http://www.hispasec.com> (Consultado en octubre de 2006.)
- DIANE BRETHERTON, JANE WESTON y VIC ZBAR. «Educación para la paz en un entorno de post guerra en Sierra Leona, 2003». Disponible en <http://www.pdf/126s/bres.pdf>. (Consultado el 3 de diciembre de 2006.)
- DOVAL NARANJO, FRANCISCO. *El estilo de dirección del proceso de enseñanza-aprendizaje, como parte de la triangulación. Plan de estudio-programa- profesor*, 2004». Disponible en <http://www.sportsalut.com>. (Consultado el 4 de octubre de 2006.)
- GARCÍA, ARTAL y OTROS. «Diseño de la unidad didáctica», en J. L. Chinchilla y M. L. Zagalas. *Educación Física y su didáctica en primaria*, 1999. Disponible en <http://www.efdeporte.com/> (Consultado el 5 de octubre de 2006.)
- HECHAVARRÍA, M. *Lo que todo entrenador deportivo o director técnico debe saber*. Instituto Superior de Cultura Física Manuel Fajardo, La Habana, 2006.
- LÓPEZ A. y V. GONZÁLEZ. «Niveles de satisfacción por la clase de Educación Física», 2001. Disponible en <http://www.efdeporte.com/> (Consultado el 10 de noviembre de 2006.)
- MOLNAR, G. «Movimiento y Educación Física», 2001. Disponible en <http://www.chasque.apc.org/gamolnar/deporte%20infantil/infantil.01.html> (Consultado el 15 de octubre de 2006.)
- PIERON, M. *Didáctica de las actividades físicas y deportivas*. Gymnos Editorial, Madrid, 1988.
- Plan Sierra Leona: La importancia de la educación en la rehabilitación por desastre. Programa de educación rápida en Sierra Leona*, 2003. Disponible en <http://www.hispasec.com> (Consultado el 10 de octubre de 2006.)
- RUDIK, P. A. *Psicología*. Editorial Planeta, Moscú, 1990.
- RUL, J. «El proyecto de gestión del centro educativo». Departamento de enseñanza de la Generalitat de Catalunya, 1990. Disponible en <http://www.efdeportes.com> (Consultado el 18 de noviembre de 2006.)
- SÁNCHEZ ACOSTA, MARÍA ELISA y MATILDE GONZÁLEZ. *Psicología general y del Desarrollo*. Editorial Deporte, La Habana, 2004.
- SÁNCHEZ BAÑUELOS, F. *Bases para la Educación Física y el deporte*. Gymnos Editorial, Madrid, 1989.
- SIEDENTOP, D. *Aprender a enseñar la educación física*. Barcelona, INDE.294P, 1988.



# Comportamiento de los parámetros competitivos físico y técnico-táctico de voleibol en el equipo femenino de Santiago de Cuba 12-13 años en los Juegos Escolares Nacionales de 2004

- Lic. Rosa Amelia González
- Lic. Yadira Mendiondo Miranda



## RESUMEN

Aborda una temática de actualidad dirigida al análisis del comportamiento físico y técnico-táctico del equipo de voleibol femenino de Santiago de Cuba, categoría 12-13 años, participante de los Juegos Escolares Nacionales de 2004, con sede en la provincia de Camagüey. Con la revisión bibliográfica, el análisis de los datos y la síntesis se hace una valoración desde el punto de vista competitivo de diez juegos del equipo en estudio. Los resultados sirven de punto de referencia junto a otros para ayudar al perfeccionamiento del plan de entrenamiento de la categoría y, al propio tiempo, su información contribuirá modestamente al perfeccionamiento del Programa de Preparación del Deportista en voleibol, pues se aportan datos de efectividad, eficacia y valoraciones de los elementos técnicos, tipos de pasajes de juegos que más aparecen, así como los que consignan puntos, por acciones propias y por errores del contrario. Por último, se valora también el comportamiento del salto como una condición especial y fundamental dentro del juego. Se arriban a conclusiones y recomendaciones interesantes y el trabajo se ajusta a otros niveles de este deporte.

## INTRODUCCIÓN

Dentro del proceso de preparación del entrenamiento deportivo del voleibol existen varias tareas principales: físicas, técnicas, tácticas y psicológi-

## Behavior of the Physical Competitive and Technical-Tactical Parameters of Volleyball in the Team of Santiago de Cuba (Women 12-13 Years Old) in the 2004 National Scholar Games

### ABSTRACT

Our work approaches current thematic about the analysis of the physical and technical-tactical performance of the team of Santiago de Cuba, category 12-13 years old, women, that participated in the 2004 Volleyball National Scholar Games in Camagüey. An evaluation of 10 games of the team studied from the competitive point of view is made with the use of the bibliographical revision, and the analysis of the data and the synthesis. The results serve as a referential point together with others to help to the improvement of the plan of training of the category and at the same time their information will contribute modestly to the improvement of the program of the sportsman's preparation in volleyball, because data of efficiency, effectiveness and evaluations of the technical elements are given, as well as types of passages of games (actions in the game) that frequently appear and give points for own actions and for mistakes of the contrary. Finally, the performance of the jump as a special and fundamental condition in the game is analyzed. We arrive to conclusions and interesting recommendations and the work is adjusted at other levels of this sport.

cas. Todas ellas son importantes y forman una unidad indivisible tanto en el entrenamiento como en la ocasión competitiva. El desarrollo y el perfeccionamiento de estas tareas se producen integralmente, cada una de ellas es dependiente y a la vez condición de la otra. La aptitud física del jugador le permite saltar lo suficientemente alto para rematar, realizar bloqueos, mo-

verse lo más rápido posible para colocarse debajo del balón para recibir, pasar, etcétera.

La preparación física es una condición indispensable para que el jugador pueda cristalizar de una forma práctica (técnica) su pensamiento (táctica), o sea, mientras mayor repertorio técnico posea el jugador y mejor sea su desarrollo físico estará



en mejores condiciones para realizar un juego táctico. Junto a todo esto es necesario también lograr un buen desarrollo volitivo, y así podremos alcanzar buenos resultados en el juego, por lo que es importante controlar su comportamiento a través de determinadas vías.

Para poder enfrentar de manera eficaz el proceso de dirección del entrenamiento en las categorías pequeñas y lograr una vida deportiva más longeva —aparte de tomar como referencia los documentos que rigen estas edades—, es de vital importancia caracterizar los parámetros competitivos para que los entrenadores enfrenten este proceso de una forma más científica y metodológica, tomando como referencia lo que sucede en la competencia, para que la preparación no sea tan agresiva y favorezca el buen desarrollo de las futuras integrantes de nuestros equipos nacionales.

Desde el punto de vista técnico el voleibol está compuesto por seis elementos fundamentales que son: saque, recibo, pase, remate, bloqueo y defensa del campo, que se integran en el juego dándole un dinamismo particular. Cada una de ellos se puede realizar de diferentes formas, las cuales responden a la situación objetiva de la lucha competitiva.

Los movimientos técnicos de los voleibolistas en la interacción con el balón son portadores de un carácter de choque de amortiguación-presión, por lo que existen algunos aspectos que limitan el desempeño técnico durante el juego como son:

- El tiempo extremadamente corto de contacto con el balón.
- La limitación a tres contactos.
- La forma de contacto con el balón.
- Cambios frecuentes y rápidos de la situación del juego de la ofensiva a la defensa y viceversa.

Unido a la técnica encontramos otro aspecto decisivo en la preparación del voleibolista para el logro de altos resultados, la táctica, que como

la definió Marianne Fiedler en 1988, es la totalidad de los procedimientos individuales y colectivos tanto en el ataque como en la defensa, adecuados a la regla de este deporte, a la forma de lucha del contrario y a las numerosas condiciones del juego.

Considerando que el voleibol comienza en edades entre 9 y 10 años, el proceso de aprendizaje adquiere una importancia relevante, lo que aprenda el niño mal, quedará como un error difícil de resolver después; por ello, el trabajo por parte del entrenador es de gran relevancia. Este debe tener presente que la dirección del trabajo estará encaminada a enseñar al niño a jugar voleibol: mostrando, enseñando y exigiendo los hábitos motrices deportivos, de modo que estos se traduzcan en una correcta solución motriz y mental de la situación técnico-táctica, que se presenta durante el juego.

Para el desarrollo de nuestro trabajo enmarcado en las edades de 12-13 años (sexo femenino), no solo hemos tenido en cuenta lo antes expresado, sino también algunas características psicológicas de las deportistas durante su proceso volitivo debido a que:

- Están expuestas a transformaciones significativas en su crecimiento.
- Su desarrollo comienza a avanzar hacia la forma y función de una joven mujer.
- Su crecimiento no es proporcional.
- El agotamiento intelectual y físico y la tensión nerviosa prolongada, les afecta.
- Otras.

No debemos olvidar que el organismo se encuentra en formación y que se precisa del desarrollo de capacidades coordinativas que apoyen el aprendizaje, desarrollo y perfeccionamiento de las habilidades deportivas.

Teniendo en cuenta lo anteriormente planteado la Comisión Nacional de Voleibol todos los años publica y discute las reglas especiales, por las

cuales se regirán los entrenadores durante la preparación de su equipo para garantizar un buen trabajo de base y un desarrollo competitivo acorde con el nivel de los participantes, de ahí que se establezca que la categoría 12-13 años femenina tenga las siguientes reglas especiales:

- Se jugará con la formación 4-2 sin penetración.
- Participan 5 jugadores en el recibo.
- No se permitirá ataque zaguero en K1, solo se ataca en suspensión si el pase proviene de un jugador delantero.
- No se permite el triple bloqueo.
- El jugador de la posición 6 defenderá atrás.
- El saque es sin salto.

El equipo y, por ende el entrenador, se ven sujetos a constantes evaluaciones tanto de perspectivas de los jugadores como de su rendimiento técnico-táctico en el desempeño del saque, K1, etcétera.

Todo esto nos motivó a hacer un estudio más profundo acerca del comportamiento de algunos parámetros del rendimiento competitivo físico y técnico-táctico en el equipo de Santiago de Cuba, participante en los Juegos Escolares Nacionales efectuados durante el año 2004 en la provincia de Camagüey.

Los resultados que se obtengan de este trabajo servirán de punto de referencia para enriquecer el proceso de preparación y planificación del entrenamiento a este nivel, pues se ofrecen datos relacionados con la cantidad y efectividad de los saques, la cantidad y tipos de pasajes de juego, la cantidad de saltos y su efectividad durante las acciones de remates y bloqueo, así como también el comportamiento del equipo por complejo.

Consideramos que todo esto dará la posibilidad a los entrenadores de ver cómo y hacia dónde debe fortalecerse y proyectarse la preparación de su equipo comprendido en estas edades y nivel competitivo.

## DESARROLLO

### Análisis de los resultados

La siguiente tabla ilustra la cantidad y tipo de pasajes de juegos que se produjeron en los 10 juegos analizados.

Tabla 1

COMPORTAMIENTO DE LOS PASAJES DE JUEGO EN EL EQUIPO FEMENINO DE SANTIAGO DE CUBA						
(CATEGORÍA 12-13 AÑOS)						
TIPOS DE PASAJES	TOTAL	(%)	TOTAL DE GANADOS	EFFECTIVO (%)	TOTAL POR ACCIONES PROPIAS	EFFECTIVO (%)
A	468	32,9	230	16,16	125	16,9
0	162	11,4	87	6,11	0	0
1	328	23,0	180	12,64	116	15,7
2	260	18,30	141	9,90	111	15
3	106	7,40	39	2,74	31	4,2
4	54	3,80	36	2,52	29	3,9
5	22	1,50	10	0,70	5	0,6
6	12	0,80	7	0,49	5	0,6
7	7	0,50	5	0,35	4	0,5
8	2	0,10	2	0,14	2	0,2
9	0	0	0	0	0	0
10	1	0,10	0	0	0	0
11	1	0,10	1	0,1	1	0,1
<b>Total</b>	<b>1423</b>	<b>100</b>	<b>738</b>	<b>51,5</b>	<b>429</b>	<b>58,1</b>

De forma general, podemos decir que se realizó un total de 1 423 pasajes y de ellos, por orden de aparición, se destaca el de: saque seguido de los de 1, 2, sin y 3 regreso, diferenciados cada uno de ellos por el por ciento que reciben. No obstante, fueron ganados 738, liderados por el de saque; aspecto este importante pues Santiago de Cuba alcanza mayor cantidad de tantos por acciones propias con

un 16,9% de efectividad; todo lo cual nos dice que le hizo daño al contrario aunque de manera muy conservadora. Con independencia de lo antes expresado, los resultados de los pasajes de 1 y 2 regreso no distan mucho en la efectividad uno del otro. A través de ellos se decide en un corto tiempo la victoria; ya sea porque el contrario no puede defender los ataques o porque no tuvieron posibilidades de organizar

el contra-ataque tanto en K1 como en K2. Este último puede fundamentarse más aún cuando vemos los pasajes de dos regresos donde las santiagueras logran aportar 111 puntos por acción propia, avalados por los ataques, las fintas y algunos bloqueos que pudieron llevar a cabo en alguna medida. Definieron el tanto en las oportunidades en que poseyeron el balón después de haber realizado el saque.

Tabla 2

COMPORTAMIENTO DE LOS SAQUES EN EL EQUIPO FEMENINO DE SANTIAGO DE CUBA Y SUS Oponentes								
(CATEGORÍA 12-13 AÑOS)								
NO. DE SET	SANTIAGO DE CUBA				OPONENTES			
	N	POSITIVO	NEGATIVO	TOTAL	N	POSITIVO	NEGATIVO	TOTAL
1	153	42	36	231	121	33	36	190
2	159	37	36	232	135	43	34	212
3	161	34	42	237	125	20	39	184
4	32	5	5	42	39	6	5	50
5	18	7	1	26	12	2	5	19
<b>Total</b>	523	125	120	768	432	104	119	655
<b>Ejecución %</b>	<b>84,37</b>				<b>81,83</b>			
<b>Efectividad %</b>	<b>16,27</b>				<b>15,87</b>			

Los pasajes sin regreso como puede observarse se ganan solo un 6,1% de los totales efectuados. El contrario cometió infracciones en la construcción del K1 y no pudo solucionar la tarea, o sea, cometió falta fundamentalmente en el segundo toque al balón, que por error hace que Santiago alcance el punto.

En cuanto a los pasajes de 3 y 4 regreso, puede apreciarse que se llega a obtener resultados bajos a través de su culminación. Pocos son los tantos que se obtienen por estas y fundamentalmente por los de 3, si tenemos en cuenta que la cantidad que se produjo durante los 10 juegos lo hizo ocupar la quinta posición por orden de aparición.

Por último, en este análisis no queríamos dejar de plantear que el resto de los pasajes —como muestra la tabla— tuvieron una insignificante oposición y el por ciento de efectividad que aportan al resultado final no va más allá de 5 puntos, aunque no en todas ellas.

Somos del criterio de que no ha habido un ritmo e intercambio de jugadas a la ofensiva amplia entre los equipos en estudio.

Antes de hacer una valoración de los datos que aparecen en la tabla anterior es importante decir que la Comisión Técnica de Voleibol encargada de evaluar los resultados de los equipos durante los Juegos Escolares Nacionales de 2004, ofreció los resultados de los primeros cuatros juegos de la etapa eliminatoria con relación al saque, donde el equipo de Santiago de Cuba se enfrentó a los contrarios: Pinar del Río, Ciudad de La Habana, Granma y Camagüey, que alcanzaron evaluaciones de 2, 1, 5 y 3 puntos respectivamente; por lo que Santiago de Cuba supo aprovechar en dos de estos juegos las debilidades del contrario para anotarse el máximo de puntuaciones, aunque no ocurrió así con Ciudad de La Habana, ocupante del quinto lugar, que solo alcanzó 1,5 de evaluación en la etapa mencionada y

con Pinar del Río que llegó a 2 puntos, a pesar de que este fue un juego muy parejo.

Este criterio aparece en el Test Técnico-Táctico (ver anexo), que utilizó la Federación Cubana para evaluar el saque durante estos Juegos Escolares.

Con relación a los datos de la Tabla 2, que valora directamente el comportamiento de los saques en el equipo femenino de Santiago de Cuba 12-13 años y de sus oponentes por cada uno de los set durante los Juegos Escolares que se analizan, podemos decir que en el caso del equipo de Santiago de Cuba se produjeron 768 acciones de saque, y de ellos el 84,37% fueron efectuados de tal forma que facilitaron la continuidad del juego y la posibilidad de hacer tanto directo ante los equipos a los cuales se enfrentó durante el campeonato.

También es correcto señalar, que en los primeros sets no existe una diferencia marcada en la cantidad de saques efectuados, y las cifras

Tabla 3

COMPORTAMIENTO DE LOS ELEMENTOS TÉCNICOS Y SU EFECTIVIDAD EN EL EQUIPO FEMENINO DE SANTIAGO DE CUBA							
(CATEGORÍA 12-13 AÑOS)							
EVALUACIÓN	TOTAL (S)	BLOQUEO 1	BLOQUEO 2	ATAQUE			EFECTIVIDAD (%)
				C/SALTO	FINTA	S/SALTO	
	1037	169	184	507	100	77	23,9
Positivo (+)	230	18	9	181	22	9	
Negativo (-)	168	15	29	114	10	15	
Totales de acciones (+) (-)	398	33	38	295	32	24	

evidencian seis posibilidades del primero al segundo sets, así como una disminución de las acciones positivas. Con respecto a los saques negativos se observa un aumento de seis acciones del segundo al tercer sets, lo cual afecta un poco en la efectividad alcanzada por el equipo. El cuarto y quinto sets —aunque la cantidad de saques resulta ser más baja debido a que solo se realizaron dos juegos de cinco sets— muestran una ligera diferencia en los resultados alcanzados, aunque no es menos cierto que inciden de alguna manera en el rendimiento de tan importante elemento del juego.

En cuanto a los oponentes vemos que de las 655 acciones de saque que se produjeron, el 81,8% facilitaron la continuidad del juego e iniciativas sobre el contrario, aunque en el Test Técnico-Táctico obtuvieron 1,5 puntos de la evaluación (ver anexo). También existe un número elevado de acciones negativas fundamentales en el quinto y tercer sets de los enfrentamientos por cuanto, se perdieron muchos más saques y no fue precisamente porque el balón haya sido golpeado con fuerza o inteligencia, sino porque en algunos de los casos hubo pobre dominio técnico durante la ejecución.

La efectividad de los saques de los oponentes alcanza solo un 15,8%, que aunque no está muy lejos de Santiago de Cuba, no es menos cierto que su actuación no pudo ser diferente.

La cantidad de saltos en un juego de voleibol está estrechamente relacionada con los elementos técnicos que contempla en su realización este tipo de deporte, pudiendo citar: ataque, bloqueo (tanto individual como colectivo), la finta y el pase, con independencia del grado en que aparezca el salto en una u otra. En nuestro trabajo, el salto fue controlado en dos de ellos, donde se llevó a efecto.

En la tabla 3 aparecen un total de 1 037 acciones que se obtienen por el bloqueo y el ataque; la mayor cantidad de ellas se encuentra ubicada en este último con 684 acciones y al mismo tiempo estas se encuentran distribuidas en ataques con saltos, sin saltos y fintas, con el propósito de definir claramente el nivel de desarrollo y de pensamiento táctico que poseen los atletas al realizar la acción y las veces que, por diversos motivos, no fue posible atacar en suspensión. De ellos, casi el 30 % fueron buenos, hicieron tantos sobre el contrario, lo que no constituye una cifra muy aceptable para lograr la victoria, y casi el 20% son acciones negativas, por lo que las des-

coordinaciones técnicas-tácticas que se aprecian en este elemento técnico son preocupantes en este equipo.

La cantidad de acciones de finta dentro del ataque resultan pobres en participación, sin embargo pudieron anotarse 22 tantos que dan la expresión de pensamiento ante determinada situación de juego.

En el caso del bloqueo tanto individual como doble, consideramos que es baja la cantidad. Hubo contrarios que atacaron, mientras el bloqueo santiaguero no participaba y por otra parte, cuando lo hacía apenas lograba el punto. Sabemos qué es elegir debidamente el lugar por dónde hacerlo, máxime cuando nos acompaña una adecuada preparación y experiencia en el deporte. Pero insistimos en que Santiago tiene en sus filas a dos atletas con condiciones físicas excelentes, que están contempladas en el Cerro Pelado, y es precisamente una de ellas la que presenta estas grandes incoherencias a la hora de bloquear e incluso, de atacar como analizamos anteriormente.

De forma general relacionando los elementos técnicos con los saltos, se aprecia que 960 saltos fueron los que se hicieron, con lo cual se garantizó el 23,9% de efectividad, ya que de ellos

solamente hicieron tantos 230; 168 fueron insuficientes y el resto dieron la posibilidad de continuar el juego.

Dentro del nivel que se analiza, debe continuarse trabajando con profundidad para no perder las posibilidades que poseen algunas de las jugadoras.

### CONCLUSIONES

1. A pesar de que los datos reflejan que es a través del saque donde se decide fundamentalmente la cantidad de tantos del equipo de Santiago de Cuba ante sus contrarios, no es menos cierto que los pasajes de 1 y 2 regresos a través de su efectividad culminan un complejo uno y un complejo dos con resultados aceptables, que contribuyen también a la posición final que alcanza este equipo.

2. Los resultados de eficacia y de efectividad del saque entre el equipo de Santiago de Cuba y el de los contrarios mantienen un resultado bastante similar, los cuales son evaluados con 1,5 según el Test Técnico-Táctico de la Comisión Nacional de Voleibol, y la efectividad se encuentra entre parámetros porcentuales aceptables con 16,2 y 15,8, respectivamente.

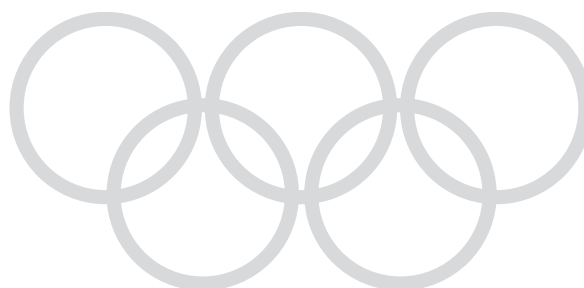
De 960 saltos que se produjeron por parte del equipo de Santiago de Cuba, la mayor cantidad y efectividad de ellos están representados por las acciones de ataque, seguidos de los de bloqueo para un 24,8%, donde la mayor participación está expresada durante el desarrollo del segundo y tercer set de los juegos analizados.

### Anexo

TEST TÉCNICO-TÁCTICO	
EFICACIA (%)	PUNTOS SAQUES
90 o (+)	3
85-89	2
80-84	1,5
75-79	1
70-74	0,5
- de 69	0

### BIBLIOGRAFÍA

- BALLER, C. *La enseñanza de los juegos escolares deportivos. La lectura*. Editorial Hispano Europea, Barcelona, 1992.
- BARRIOS, J. y A. RANZOLA. *Manual para el deporte de iniciación y desarrollo*. Editorial Deporte, La Habana, 1995.
- DOMÍNGUEZ GARCÍA, LAURA. *Psicología del desarrollo. Adolescencia y juventud*. Editorial Félix Valera, La Habana, 2003.
- FEDERACIÓN TÉCNICA CUBANA DE VOLEIBOL. «Convocatoria Juegos Escolares Nacionales» (material mimeografiado). La Habana, 2004.
- FORTEZA, A. *Entrenar para ganar*. Editorial Olimpia, México, D. F., 1994.
- FIEDLER, M. *Voleibol*. Editorial Pueblo y Educación, La Habana, 1988.
- GIL GARCÍA, H. *25 Años de Juegos Escolares*. Imprenta Andrés Vaisén. La Habana, 1988.
- MENDIONDO MIRANDA, YADIRA. «Comportamiento de los parámetros competitivos físico y técnico-táctico de voleibol en el equipo de Santiago de Cuba 12-13 años femenino en los Juegos Escolares Nacionales del 2004». (Trabajo de Diploma.) Instituto Superior de Cultura Física Manuel Fajardo. La Habana, 2004.
- PÉREZ ECHEVARRÍA, A. «Estudio de los pasajes de juego con el sistema Rally-Poing aplicado durante el Norceca juvenil masculino. (Trabajo de Diploma.) Instituto Superior de Cultura Física Manuel Fajardo. La Habana, 2001.
- PAO DE LA O, A. «Caracterización de algunos parámetros competitivos, físicos, técnicos y tácticos del voleibol en la categoría 13 y 14 años, masculino de Cuba en los Juegos Escolares Nacionales del 2003». (Tesis de Maestría.) Instituto Superior de Cultura Física Manuel Fajardo. La Habana, 2003.



# Complejo técnico de bateo. Criterios de las fases de corrección de errores. Período corto de enseñanza

■ Ms. C. OSCAR A. HUMANES CRUZ  
 ■ LIC. SAÚL ISIDRO BALLESTER ORAMAS



## RESUMEN

Aborda los aspectos siguientes: criterios de la enseñanza de algunos complejos técnicos en el bateo; fases de la detección de errores; dónde el bateador no concentra la fuerza; clasificación de los errores, cuando su origen está dado por la no utilización de las caderas; clasificación, cuando no existe una buena fluidez de los movimientos para batear; clasificación, cuando no es óptimo el ángulo visual del lanzamiento; clasificación, período corto de enseñanza de siete semanas; deficiencias técnicas a observar en los bateadores; protocolo para la detección de estas deficiencias técnicas; consejos muy útiles y propuestas de ejercicios para la enseñanza con movimientos de anticipación.

## INTRODUCCIÓN

El batear es la habilidad más difícil dentro del béisbol, no obstante representa el eslabón fundamental de la base técnica de este deporte. Se debe realizar con implementos estáticos en las manos del atleta, quien tiene que ser capaz de golpear sincronizadamente a otro implemento volante que se acerque al área de contacto, con aceleración acumulativa a una velocidad de 90 km/h. Esta tiende a ganarle al atleta, quien tiene la responsabilidad de realizar el contacto a tiempo (*swing* perfecto). El factor fundamental es acelerar el bate con la completa extensión de los brazos al realizar el contacto; esta dificultad se incrementa con las variaciones que sufre en su trayectoria la pelota (implemento volante), de acuerdo con la manipulación

## Batting's Technical Complex. Opinions about the Stage of Correction of Mistakes. Teaching's Sport Period

### ABSTRACT

This paper contains the following: the teaching of some technical complexes in the batting; phases of the recognition of errors; the place where the batman doesn't concentrate the force; classification of the errors, when the inadequate movements of hips are the main causes; classification, when movement are not good enough for batting; classification when the visual angle of the launching is not good; classification, short period of seven weeks, technical deficiencies, the proposal of very useful exercises for the teaching with movements of anticipation.

del que ejecuta el lanzamiento que no siempre es recto ni va hacia el mismo lugar; por tanto, puede ser:

- Hacia fuera de la zona de percusión (curva-slider).
- Hacia abajo (curva).
- Hacia adentro (sinker).
- Flotando y desplazándose hacia cualquier parte (bola de nudillo).

De modo que llegamos a la conclusión de que «batear es un arte» y se impone su estudio minucioso, científico y sistemático como eslabón fundamental de la técnica del béisbol, de ahí la relevancia del tema propuesto en este artículo: «Complejo técnico para la enseñanza del bateo».

Las ciencias aplicadas al deporte nos ayudan a agrupar algunos criterios de enseñanza en el béisbol y softbol. Ellos son: las acciones tácticas (defensivas-ofensivas), la preparación física, los test pedagógicos, así como una serie de ejercicios dentro de la preparación corta para la competencia y su unidad de entrenamiento, siempre desde las

edades tempranas, que es cuando debe comenzar la creación del hábito motor, cumpliendo con los principios del entrenamiento deportivo, como un proceso pedagógico que proviene de las leyes objetivas de la educación.

Con el dominio por parte de los entrenadores de estas leyes objetivas de la educación y con la organización metodológica, este sistema de bateo con movimientos preliminares de anticipación (capacidad coordinativa) constituye un ventajoso factor de avance sobre otros sistemas tradicionales, con un ritmo y coordinación de movimientos, para batear.

El *swing* comienza por las piernas en espiral ascendente, y transmite un mayor número de posibilidades de amplitud a las caderas; esta amplitud junto a la de la rodilla trasera y los hombros, realiza su apertura normal y ayuda a que las manos se muevan hacia delante a la altura del pecho, de donde serán lanzadas hacia el encuentro de la bola.

## OBSERVACIÓN PEDAGÓGICA DE LA METODOLOGÍA DE LA ENSEÑANZA DE LOS MOVIMIENTOS PRELIMINARES O DE ANTICIPACIÓN EN EL ARTE DEL BATEO

1. El bate, se debe empuñar con un agarre de los dedos, esto dará flexibilidad a las muñecas, además se debe apretar solo en el momento de realizar el *swing*.

2. La posición en la caja de bateo, debe determinarse por la estatura del bateador, generalmente las piernas deben de estar abiertas al ancho de los hombros, más o menos en una posición cómoda, la cual permita que al estirar nuestros brazos, la parte de la botella del bate alcance el borde delantero del *Home Plate*, donde se encuentra el área de impacto de la bola.

3. Las estancias (posición del bateador en el cajón de bateo), pueden ser: abierta, cerrada o normal; el bateador adopta la que más le acomode. En nuestro criterio, la posición normal es la que da la posibilidad de conectar los lanzamientos, adentro, afuera y en el centro.

4. En cuanto a los pies, somos del criterio de que el pie trasero se encuentre lo más cerca posible de la línea trasera del cajón de bateo, ligeramente inclinado hacia adentro observando un ángulo aproximadamente de 45°, pues sobre la punta de este pie es que comienza el trabajo del bateo al girar y posibilitar el trabajo de las caderas. El delantero debe de estar paralelo a la línea delantera del cajón, con una ligera inclinación hacia adentro, pues esto garantiza la concentración de la fuerza en el bateo y obliga a mantener cerrados el pie delantero, la rodilla y la cadera. También ayuda al tren superior en fluidez, para realizar el movimiento de retroversión de las manos con el bate y toda la acción del impulso al caer; el pie debe estar en una posición cerrada, apoyándolo sobre su parte interior.

5. El peso del cuerpo debe de estar distribuido aproximadamente así: 60% en la pierna trasera y el 40%, en la delantera.

6. Las rodillas ligeramente flexionadas, con el tronco y la cabeza mantenidos fijos a la altura del hombro trasero; esto da la posibilidad de discriminar los lanzamientos, o sea, dejarlos entrar más en el área de impacto.

7. Las manos deben estar alejadas del cuerpo aproximadamente de tres a cuatro pulgadas y a la altura del hombro trasero, no muy altos ni tampoco muy bajos.

8. Los codos deben estar con las puntas hacia abajo, tanto el delantero que ayuda a mantener cerrada la posición de concentración de fuerza como el trasero que alivia la tensión muscular y equilibra el peso del bate en una posición relajada.

### El *swing*

Movimientos preliminares o de anticipación que se deben realizar antes de que el bate se acerque al área de impacto con la bola; que están estrechamente ligados con las fases de la creación del hábito motor; que guardan relación estrecha con los movimientos del lanzador (acción de impulso) o la fase del impulso final del lanzador.

El *swing* no comienza con el tren superior (tronco, hombro, brazos, antebrazos), sino por las piernas, delantera y trasera, transmitiendo gran responsabilidad a las caderas. El trabajo preparatorio para realizar el *swing*, debe iniciarse con un movimiento de retroversión de la pierna delantera hacia atrás y hacia arriba o movimiento de resorte hacia atrás y hacia delante, sin mucha velocidad (balanceo) pero ampliamente y fluido para no tensionar los músculos que intervienen en esta acción de impulso, aproximadamente cuando la pierna de péndulo del lanzador se encuentra aterrizando en la fase del impulso final o un poco antes. El tren superior (hombro) acompaña el trabajo del tren inferior (piernas-cadera), con una ligera rotación del hom-

bro delantero interno, para tratar de mantener la posición de concentración de las fuerzas actuantes; es cuando comienza un movimiento de las manos en retroversión aproximadamente hacia atrás y hacia arriba (horizontal-vertical), más o menos de tres a cinco pulgadas detrás del hombro derecho (siempre un poco por encima). Es aquí donde el bateador rompe la inercia del bate que unida a la del tren inferior y superior (inercia) logran realizar un *swing* rápido, potente y a su vez fluido, que hace que al golpear la bola, esta gane en potencia y dimensión del batazo; a esta acción se le denomina *acción del impulso final en el bateo*.

## FASES DE ENTRENAMIENTO

**Fase no. 1:** Donde el bateador no concentra la fuerza.

Errores típicos o comunes:

1. Virar la cara.
2. Sacar el pie.

Errores principales:

3. Abre el pie.
4. Abre la rodilla.
5. Abre el hombro.
6. Alejarse de la zona de golpeo.
7. Intenta hacia los lanzamientos.

**Semana no. 1:** Boleo técnico especial.

1. Sombras: Imitación al aire sin bolas.

Imitación completa de bateo, observar en el orden individual, división en partes o fragmentos, donde se encuentra la dificultad. Enfatizar el trabajo en la búsqueda de la concentración de los momentos de fuerza.

2. *Swing* frente a un espejo.

Observar el alumno dónde necesita enfatizar más en el estudio del movimiento o acción de bateo.

3. *Swing* con representación metal del movimiento hacia la supuesta trayectoria del lanzamiento.

4. Rozando una malla con la punta del bate, *swing* completo y por partes tratando de utilizar las caderas y el tren inferior. El objetivo principal de este ejercicio es evitar el barrido de la bola,

además de lograr la extensión total de los brazos hacia el área de golpeo.

Serie	2 a 5	
Pausa	2' a 4'	
Repeticiones	10	
	2 a 3' / $\frac{10.4}{1'}$	75%
Zonas	4	
Tandas	2 a 4	
Descanso	1'	

**Fase no. 2:** Cuando su origen está dado por la no utilización de las caderas.

1. Barre los lanzamientos.
2. *Swing* de abajo hacia arriba (típico o común).
3. La no utilización de los pies correctamente (frenaje) y giro (delantero, trasero).
4. La no utilización de la extensión total de los brazos al golpear la bola.
5. Cuando se empuja la bola.
6. Cuando es poca la aceleración de los brazos y muñecas al cruzar el *Home Plate*.

Este es el eslabón fundamental en la adquisición del dominio de la técnica de bateo, pues es el que decide la acción motriz.

#### Semana no. 2

1.-Boleo sin paso  $\frac{3/10}{1'}$ . Objetivo: enfatizar el trabajo del tren superior, caderas hombros.

Antebrazos y brazos, giro y pase de las manos sobre el *Home Plate*.

2-Boleo con paso  $\frac{3/10}{1'}$ . Objetivo: insertar el paso en el ritmo de bateo, el paso corto.

Rasante hacia la horizontal.

3. Boleo con trabajo de antebrazo y muñecas (tres tandas de a 10 con un minuto de descanso). Objetivo: buscar aceleración del *swing* final al pasar las manos sobre el *Home*.

4. Boleo desde la posición del pie trasero en gira hacia *Home*. Objetivo: enseñar el giro de la pierna trasera.

**Fase no. 3:** Cuando no existe una buena fluidez de los movimientos para batear.

1. Paso muy largo (típico).
2. Fuera de tiempo para dar el paso.
- 3-. *Swing* demasiado lento.

4. Desplazamiento prematuro del cuerpo (principales o importantes).

5. Engañan los lanzamientos.

#### Semana no. 3

1. Boleo sobre un banco  $\frac{3/10}{1'}$ . Objetivo: evita sacar el pie, dar el paso muy largo y batear la bola baja.

2. Boleo por encima de una malla  $\frac{3/10}{1'}$ . Objetivo: buscar el tiempo para pegarle a la bola y para aceleración del *swing*.

3. Bateo con canal hueca. Objetivo: buscar el tiempo para pegarle a la bola sin desplazar el peso del cuerpo, sirve para la aceleración del *swing* 3/10.

4. Bateo con canal cerrada. Objetivo: buscar el tiempo para pegarle a la bola sin desplazar el cuerpo y acelerando el *swing*; se guía por el ruido de la bola en su recorrido  $\frac{3/10}{1'}$ .

5. Boleo con la bola que se deja caer. Objetivo: acelerar el *swing* para desarrollar rapidez de reacción y mejorar el tacto.

**Fase no. 4:** Cuando no es óptimo el ángulo visual del lanzamiento.

1. Mala colocación de la cabeza en la estancia.
2. Mal enfoque de los ojos para identificar.
3. Problemas con los lanzamientos pegados.
4. Problemas con los lanzamientos afuera.
5. Problemas con los lanzamientos movidos.
6. Problemas con el contacto.

#### Semana no. 4

1. *Swing* de sombras. Imitación completa del bateo 3 10/1.

2. *Swing* frente a un espejo. Observar dónde puede existir un problema de bateo 3 10/ 1

3. *Swing* representación mental 3 10/1.

4. *Swing* de la bola pegada, aceleración del tren superior comenzando con pies, caderas y brazos 3 10/1.

5. *Swing* bola afuera, trabajo de piernas, tronco, caderas, brazos 3 10 /1.

**Semana no. 5:** Complejo de boleo técnico, velocidad.

1. Antebrazo. Objetivo: acelerar el *swing*, velocidad en el boleo con bate normal.

2. Boleo sin paso. Aceleración del *swing*.

3. Boleo con paso. Paso corto rasante hacia *Home*.

4. Boleo desde la posición no. 2, pierna trasera en 45° hacia adentro, 120 repeticiones, total de 4/10 con 1' entre repeticiones, 2 o 3 entre ejercicios.

**Semana no. 6:** Complejo de boleo técnico, fuerza.

1. Trabajo con la mano delantera. Fortalece los músculos de dicha mano. Balanceo de la mano delantera en el retroceso para el golpeo, la trasera en la cintura, se realiza de pie o rodilla.

2. Trabajo con la mano trasera fortalece los músculos de la mano trasera, la mano delantera en la cintura igual que la delantera.

3. Trabajo con las dos manos. Movimiento normal.

4. Boleo desde la posición no. 2, pierna trasera en 45° hacia adentro, 120 repeticiones 4/10 con 1' entre repeticiones, 2 o 3 entre ejercicios.

**Semana no. 7:** Complejo boleo técnico específico.

1. Boleo bola adentro.

2. Boleo bola afuera.

3. Boleo bola dejada caer.

4. Boleo desde la posición no. 2, 120 repeticiones 4/10 con 1' entre repeticiones 2 o 3 entre ejercicios.

#### Deficiencias técnicas a observar

1. Codo trasero paralelo al terreno o con ángulo superior. El bateador se encuentra con los músculos del brazo, antebrazo y piernas muy tensos.

Resultado: el agarre resulta muy fuerte, por lo que el movimiento del *swing* tiende a aflojarlo, pues es difícil mantener esa tensión muscular.

2. Saltar sobre la bola. El bateador comienza el *swing* con los brazos.

Resultado: no trabajan pierna trasera (giro), como tampoco las caderas.

3. Ataque con el tronco sobre la bola.



Resultado: no trabajan los miembros inferiores, o sea, la pierna trasera, como tampoco en el giro las caderas, batean con los brazos solamente.

4. *Swing* de afuera hacia adentro. El bateador comienza con este movimiento, a tener problemas con la cabeza, pues no mantiene su posición en la estancia.

Resultado: abre el hombro delante muy rápido, por lo que tiene problemas con los rompimientos.

5. Cuando no realizan el movimiento con las manos.

Resultado: existe rigidez o tensión, cuando esta va en camino de pegarle a la bola. El movimiento debe realizarse en el plano horizontal hacia atrás y hacia arriba, como anticipación al acercamiento de la bola para entrar con fluidez y velocidad en el área de percusión. Este es el eslabón principal de la base de la técnica de bateo.

6. Cuando se realiza el movimiento con las manos a alta velocidad.

Resultado: como consecuencia puede producir movimientos no necesarios y mucha tensión en los músculos involucrados en esta acción técnica (fatiga muscular) o gasto energético.

7. Cuando el paso termina al nivel del área de impacto.

Resultado: esto conlleva a que el *swing*, al llegar la bola, no está en el momento de su mayor aceleración (te gana la bola). La aceleración acumulativa del lanzamiento, predomina sobre la aceleración del *swing*, en el momento en que la suma de estas aceleraciones determina la fuerza y la distancia de la conexión.

### Consejos útiles

1. Comenzar los bateadores el movimiento de anticipación, cuando el pie de péndulo del lanzador vaya hacer contacto con el terreno.

2. Estos movimientos deben realizarse ampliamente y sin mucha velocidad (balanceo) para no tensionar la musculatura que participa en la acción de impulso.

3. Este movimiento de impulso se debe hacer aproximadamente en el

último tercio del recorrido de la pierna de péndulo.

4. Dar el paso cuando cae el pie de péndulo del lanzador y se desliza el del bateador.

## PROPUESTA DE EJERCICIOS PARA LA ENSEÑANZA Y CORRECCIÓN DE ALGUNOS ELEMENTOS TÉCNICOS EN EL BATEO

### Acción de impulso

a) Movimiento de retroversión de la pierna delantera hacia atrás y hacia arriba.

b) Rotación interna del hombro delantero, las caderas, la rodilla y el pie (cerrada la posición).

c) Las manos se impulsan hacia atrás y hacia arriba de forma horizontal y por detrás del hombro trasero, donde se deben mantener para posteriormente realizar el *swing*.

### Ejercicios para la acción de impulso

-Estancia normal del bateador, el bate sobre el hombro y casi paralelo al terreno, a una señal visual, con bolas o sin ellas, acción de bajar la mano el entrenador o compañero. Este (bateador) impulsa sus manos llevándolas tres o cuatro pulgadas por detrás del hombro trasero, siempre un poco por encima, y realiza el *swing*.

-Se realiza el movimiento de acción de impulso con el trabajo de las piernas y se le adiciona el trabajo de giros de caderas, troncos y se realiza el *swing*.

-Concentrar el trabajo de las manos. Bateo sin paso con los pies separados un poco más que el ancho de los hombros, realizar el impulso y buscar la aceleración de las manos en el *swing* con giro del tronco.

-Bola bombeada con una mano. Arrodillado, pierna delantera extendida, retroceso de la mano delantera y la lleva hacia el pecho cerca del cuerpo, se lanza en dirección de la bola, se realiza el *swing* corto y rápido.

-La misma posición pero con las dos manos.

-Rotación del pie de pivot. Con las manos cruzadas en el pecho se realiza (en posición de bateo) la acción de impulso del tronco en retroversión y después de anteversión, se enfatiza el trabajo de la pierna posterior y el giro sobre el metatarso de la pierna trasera.

-Lanzamiento con las dos manos en un *swing*. En la estancia normal de bateo con una pelota en cada mano, realizar el impulso final de las manos al realizar un *swing* corto y rápido (imitación) soltando las pelotas contra la pared, red o malla, con el objetivo del impulso final como acción y la rapidez de las manos.

-*Swing* contra una pared o cerca. El objetivo es la acción del impulso final con el *swing* corto y rápido; sin abrir los hombros, evitar el barrido de la bola, desplazar las manos a una distancia frente al pecho de tres a seis pulgadas y luego lanzarlas en el momento de buscar la bola.

-Acción del impulso final (manos atrás, paso rasante corto y balanceo).

-Giro del pie y cadera (acercamiento a la bola).

-Lanzar las manos en busca de la bola, acción del *swing* y golpeo.

## BIBLIOGRAFÍA

- BARRIOS, JOAQUÍN y ALFREDO RANZOLA. *Manual para el deporte de iniciación y desarrollo*. Editorial Deporte, La Habana, 1998.
- COLL, ROSEL. *Apuntes: teoría de entrenamiento deportivo*. INEFC, Barcelona, 1996.
- EALO DE LA HERRÁN, JUAN. *Béisbol*. Editorial Pueblo y Educación, La Habana, 1984.
- FONSECA, AUGUSTO. *Béisbol: preparación técnica especial*. Editorial Científico-Técnica, La Habana, 1998.
- HARRE, D. *Teoría del entrenamiento deportivo*. Editorial Científico-Técnica, La Habana, 1973.
- MATVEEV, L. *Periodización del entrenamiento deportivo*. Editorial Raduga, Moscú, 1977.

# Una aproximación a la pedagogía no directiva

■ LIC. SILVIA SUÁREZ FAXAS

■ MS. C. MATILDE GONZÁLEZ GARCÍA



## RESUMEN

Se realizan algunas consideraciones propuestas por la pedagogía no directiva, con relación a la enseñanza centrada en el estudiante. Muchos de los postulados de esa disciplina son aplicables en la práctica profesional de un estudiante de Licenciatura en Cultura Física; con ellos se puede contribuir a la formación de un hombre crítico, reflexivo y capaz de actuar con independencia, creatividad y responsabilidad en las tareas sociales. El objetivo va dirigido al crecimiento personal, los contenidos tienen un papel secundario y deben ser significativos para los estudiantes; se evitan los métodos usuales de enseñanza y se emplean fundamentalmente técnicas de sensibilización; el control y la evaluación pierden enteramente su sentido, y se privilegia la autoevaluación. En el trabajo se realiza una valoración crítica de esta tendencia pedagógica, que es además una experiencia muy puntual, muy centrada en el trabajo de Carl Rogers, y que no ha tenido otras variantes. En este sentido, se realiza un análisis de sus principales aportes y limitaciones, así como de su vigencia.

## INTRODUCCIÓN

La pedagogía no directiva es uno de los modelos pedagógicos que se desarrollan para tratar de erradicar las limitaciones, que se le atribuyen a la pedagogía tradicional.

Si se estableciera una escala o un continuo donde se ubicaran los diferentes modelos y tendencias contemporáneas, la enseñanza tradicional y la enseñanza centrada en la persona (no directiva) pudieran verse como los dos extremos.

## An Approximation to a Non-Directive Pedagogy

### ABSTRACT

In this work some considerations are made regarding the teaching-learning process focused on the student's site. Most of its axioms are applicable to our professional performance that contributes to the formation of a critic and a reflexive man in order to be able to behave independently, creativity and with responsibility in social tasks. The main target is directed to the personal development in which contents have a secondary role and they must be significant for the students, the usual methods of teaching are avoided when using sensibilization techniques mostly, the control and the evaluation lose entirely its sense, privileging the self evaluation. In this work, a critic valoration of this pedagogical tendency is done. It means that is a very punctual experience more than a tendency in fact. In this sense, an analysis is made based on the principal contributions and limitations as well as current status.

Las principales características atribuidas por C. Rogers —máximo exponente de la pedagogía no directiva—, al modelo tradicional, se refieren a aspectos tales como:

- El profesor es el dueño del conocimiento y el estudiante su receptor.
- La clase magistral, el libro de texto, o algún otro medio de instrucción intelectual verbal, son los principales métodos empleados para transmitir conocimientos.
- Los exámenes verifican en qué medida han recibido los estudiantes los conocimientos.
- El profesor es la autoridad y el estudiante es el que obedece.
- Las reglas impuestas por el profesor son aceptadas por todos los estudiantes.
- La confianza mutua entre estudiantes y docentes es mínima.
- Se mantiene a los estudiantes en un estado intermitente o constante de temor.
- La democracia y sus valores son ignorados y despreciados en la práctica.
- En el sistema educativo no tiene cabida la persona en su totalidad, sino tan sólo su intelecto.

El enfoque personalista es radicalmente opuesto en cuanto a su filosofía, métodos y política, partiendo de una condición previa referida a que las personas a quienes se perciba como autoridad en la situación, tengan la suficiente seguridad en sí mismas y en su relación con otros como para sentir una confianza esencial en la capacidad de los demás para pensar por sí mismos y para aprender por sí mismos. (Rogers, 1982)

Rogers explica que dada esta condición, los siguientes aspectos pueden llevarse a la práctica:

- El docente facilitador comparte con los estudiantes la responsabilidad del proceso de aprendizaje.
- El facilitador suministra recursos para el aprendizaje, procedentes de él mismo y de su práctica de libros, materiales o experiencias de la comunidad.
- El estudiante desarrolla su propio programa de aprendizaje, solo o en colaboración con otros.
- Se crea un clima facilitador del aprendizaje.
- Se propicia el avance del proceso de aprendizaje, y este programa está referido al cómo aprender lo que se desea saber.
- La disciplina necesaria para alcanzar las metas del estudiante es autoimpuesta y es su responsabilidad.
- La evaluación del grado y la significación del aprendizaje del estudiante es efectuada primordialmente por el propio alumno.
- En ese clima favorable al progreso, el aprendizaje tiende a ser más profundo, a adquirirse a mayor velocidad y a tener una mayor influencia sobre la vida y la conducta del estudiante, que el aprendizaje adquirido en las clases tradicionales.

En el presente trabajo se pretende realizar un análisis valorativo de la enseñanza centrada en el estudiante, propuesta por la pedagogía no directiva. Muchos de sus postulados son aplicables en la práctica profesional de los estudiantes de la Licenciatura en Cultura Física y contribuirán a la formación de un hombre crítico, reflexivo y capaz de actuar con independencia, creatividad y responsabilidad en las tareas sociales.

## DESARROLLO

La pedagogía no directiva surge en la década de los sesenta del pasado siglo, a partir de la influencia del enfoque personalista en la psicología y en oposición franca y abierta al modelo propuesto por la pedagogía tradicional, donde prevalece la transmisión de conocimientos y el esfuerzo personal de los estudiantes solo se estimula para asegurar que dicha transmisión sea efectiva.

En los modelos tradicionales se parte de una concepción de la autoridad centrada en el profesor, la cual mantiene a los alumnos pasivos y dependientes, por lo que toda iniciativa y actividad son responsabilidad de la labor del educador.

Este nuevo modelo de educación, inspirado en los teóricos del yo y del sí mismo, estuvo influido en su surgimiento por una serie de antecedentes históricos asociados a factores económicos, políticos y sociales.

En los años cincuenta del pasado siglo, el auge del sistema capitalista trae consigo un vertiginoso desarrollo económico y técnico, que repercute en la esfera social de sus países. Lograr el bienestar económico de las personas se convierte en la clave del progreso. Se le adjudica un papel preponderante a la satisfacción de las necesidades materiales del ser humano para su pleno desarrollo.

Pero ya en los años sesenta —desde los puntos de vista social, político e ideológico— es relevante la preocupación del hombre como ser espiritual, lo que influye notablemente en la esfera educacional.

La pedagogía no directiva, reflejo de esta situación, tiene desde el punto de vista filosófico una base existencialista, humanista y pragmatista. Se sustenta especialmente en el enfoque personalizado de Carl Rogers y en las ideas de la psicología humanista. Esta última representada por Rogers y G. Alport, surge como alternativa teórico-metodológica de la ciencia psicológica como opción del psicoanálisis

y del conductismo y asume una posición conciliadora en la explicación de la participación de los factores biológicos y sociales en el desarrollo de la personalidad. En este sentido, pretende explicar la naturaleza del desarrollo humano a partir de fuerzas antropológicas y de origen biológico, pero de expresión consciente.

Su principio básico es confiar en la capacidad del individuo para lograr su pleno desarrollo. Cada persona posee una tendencia al desarrollo psicológico, a la «actualización personal», una urgencia por comprenderse a sí mismo, por aumentar su conciencia de sí, que le permita lograr el mejor disfrute y satisfacción de la vida.

Por «actualización personal» se entiende el total uso y explotación de sus capacidades, talentos, potencialidades, etc. Y es también denominada tendencia a la realización.

Maslow ha expresado ocho vías mediante las cuales las personas se autoactualizan:

1. Vivenciar completamente con plena concentración y total absorción, haciendo énfasis en el aprendizaje vivencial directo más que en las teorías.

2. Cada decisión se realiza para crecer. Escoger el crecimiento y no la seguridad es abrirse uno mismo a nuevas retadoras experiencias, con el riesgo de lo nuevo y lo desconocido.

3. Actualizarse es ser real, existir de hecho y no sólo potencialmente; es aprender a actuar según nuestra propia naturaleza interna, según nuestros propios gustos y valores y no los de otros.

4. La honestidad de aceptar la responsabilidad por las acciones propias son elementos esenciales de la autoactualización, más que pensar o dar respuestas calculadas para complacer a otros o para hacernos parecer buenos.

5. Los primeros cuatro pasos nos ayudan a desarrollar la capacidad de «mejores elecciones en la vida».

Aprendemos a confiar en nuestro propio juicio e impulso y a actuar en consecuencia con ellos.

6. La autoactualización es también un proceso continuo de desarrollo de las propias potencialidades.

7. Las experiencias «pico» son momentos trascendentes de autoactualización. Somos más completos, más integrados, más conscientes de nosotros mismos y del mundo durante esos momentos; actuamos y sentimos más claro y precisamente, somos más amorosos y aceptados por los otros, más libres de conflictos internos y de ansiedad y más capaces de poner nuestras energías en función constructiva.

8. El siguiente paso en la autoactualización es reconocer nuestras propias deficiencias y trabajar por desecharlas.

El principio de la «actualización personal» ha contribuido a revitalizar e innovar la psicoterapia y ha estimulado la aparición de gran cantidad de técnicas efectivas para la comunicación interpersonal, la expresión emocional y la toma de conciencia de sí mismo.

En la corriente de la psicología humanista se inscriben, además de la teoría de la autoactualización (Maslow, 1974), la teoría de la autorregulación y la autonomía funcional de los motivos (Alpont, 1967) y el enfoque personalizado (Rogers, 1961).

La influencia de esta llamada «tercera fuerza» de la psicología en el ámbito educacional, y en particular, la aplicación del enfoque personalizado de C. Rogers en los años sesenta, dio lugar al surgimiento de la pedagogía no directiva, la que constituyó una alternativa de respuesta de la pedagogía a la demanda social, relativa a la necesidad de explicar sobre bases científicas la actuación del ser humano y su educación.

Teniendo en cuenta la marcada influencia que ha tenido la teoría de C. Rogers, sobre las tendencias de la pedagogía no directiva, explicaremos sus ideas esenciales con respecto a los

mecanismos que, según este autor determinan el desarrollo humano.

La categoría tendencia a la actualización o tendencia a la realización constituye la piedra angular de la teoría de Rogers sobre el desarrollo humano. En su opinión es una tendencia biológica inmanente al ser humano, que se convierte en la fuente motivacional de su conducta y le permite el mantenimiento de la vida y el ascenso progresivo a niveles cualitativos superiores de existencia.

Cuando el hombre interactúa con su medio se produce un proceso de valoración de las experiencias, que se califican en satisfactorias o insatisfactorias, si favorecen o entorpecen su posibilidad de realización. Ellas, vivenciadas como positivas o negativas son presentadas en la conciencia como «experiencias del yo».

A partir del conocimiento del yo, el hombre trata de actuar, aceptando las experiencias que favorecen su desarrollo como un ser humano en proceso de cambio permanente y en busca de su realización personal.

En la teoría de la personalidad de Rogers resulta de gran interés la importancia que este autor le adjudica a la necesidad de una valoración positiva («necesidad de consideración positiva»), cuya satisfacción se logra en las relaciones sociales establecidas con el medio e implica que las personas con las cuales se relacionan lo comprendan y acepten tal como es. Cuando esto sucede se propicia un clima de «libertad de experiencia», condición necesaria para que se manifieste la actualización, que implica la libertad del sujeto para expresar sus vivencias y actuar como considere necesario para realizarse.

Sobre esta base se desarrolla el auto-respeto o necesidad de consideración positiva hacia sí mismo. En el curso del desarrollo, de acuerdo con Rogers, la necesidad de obtener una valoración positiva por parte de la sociedad y de los que le rodean se hace cada vez más apremiante, llegando a

desempeñar un papel regulador en la conducta del sujeto y en el carácter que adoptan sus interrelaciones personales.

Si bien en la teoría de Rogers se expresa una determinación biológica en la concepción del desarrollo humano, ya que para él la tendencia a la actualización es innata, accesible a la conciencia y regulada por esta a través del yo, este desarrollo está condicionado por la naturaleza y características de las relaciones sociales en la medida en que propician o entorpecen la tendencia a la realización.

Si esta tendencia innata se manifiesta en un clima social de aceptación y respeto, la persona encontrará las posibilidades de expresarse libremente y logrará encontrar el camino hacia el funcionamiento pleno del ser humano que es la autodeterminación.

Las ideas de Rogers aplicadas a la educación implican un viraje significativo en la pedagogía. Hasta el momento esta ciencia centraba su atención en el proceso de enseñanza, en el estudiante como objeto y en la directividad absoluta del profesor. A partir de estas ideas su centro de atención resulta ser el aprendizaje, el estudiante como sujeto y la no directividad en el proceso.

C. Rogers desarrolla la pedagogía no directiva a partir de las concepciones teóricas de la psicología humanista, de los principios de la dinámica de grupos y de su práctica terapéutica no directiva.

Las experiencias no directivas en la enseñanza comienzan en los primeros años de la década del sesenta y se plantean como objetivo de la educación facilitar el aprendizaje, producir un cambio en el proceso de enseñanza que posibilite a los estudiantes aprender a aprender.

Un importante aspecto de este enfoque es la utilización del grupo para facilitar el aprendizaje, la maduración y el cambio; se trabaja con pequeños grupos, en un ambiente de máxima libertad para la expresión personal, la

manifestación de los sentimientos y la comunicación interpersonal.

Se establece una relación pedagógica no convencional, en la que no se imponen tareas, no se critica o juzga al alumno, ya que el profesor no debe inmiscuirse en la personalidad de los educandos; por lo tanto, debe depurar sus intenciones y actitudes para no imponer sus puntos de vista, prejuicios y valores.

Rogers aplicaba estos criterios con sus alumnos actuando únicamente como «fuente de enseñanza», les brindaba la información sólo a solicitud de ellos, les facilitaba los materiales docentes, pero eran ellos mismos los que debían decidir cómo usarlos y con qué objetivos.

Como parte de su concepción se establecen determinadas condiciones de la relación profesor-alumno: el docente debe poseer una personalidad integrada, mostrarse tal cual es, expresar lo que siente, manifestar una «consideración positiva incondicional» hacia sus alumnos, desembarazada del filtro de los juicios y valores conformistas sobre el prójimo, mostrar respeto y aceptación hacia ellos como personas y, por último, debe tratar de sentir el mundo privado de los estudiantes, su sistema de valores como si fuera propio, a lo cual se le llama «comprensión empática».

En la pedagogía no directiva la función de la escuela y el papel de la educación están asociados con la formación de actitudes. Priman los problemas psicológicos ante los pedagógicos o sociales y los esfuerzos se encaminan a crear un clima favorable para un cambio dentro del individuo, es decir, propiciar la educación personal a las solicitudes del ambiente.

Rogers considera que la enseñanza es una actividad excesivamente valorizada; desde su punto de vista lo más importante es ofrecer a la persona un clima de auto-desenvolvimiento y realización personal que implica estar bien consigo mismo y con sus semejantes, para lo cual tienen poca impor-

tancia los procedimientos didácticos, la competencia en la materia, la clase y los libros. Desde esta concepción, el resultado de una buena educación es semejante al de una buena terapia.

En relación con la concepción acerca de la enseñanza, en la pedagogía no directiva, enseñar significa permitir que el estudiante aprenda lo que sea significativo para él, o sea, propiciar las condiciones para que exprese libremente sus necesidades en un clima afectivo favorable, de comprensión, aceptación y respeto. No se trata sólo de que aprenda a sentirse bien consigo mismo y con los demás (esta es la función de la terapia no directiva), sino también de que se produzca un aprendizaje de experiencias y contenidos que le permitan auto-realizarse como persona en función de sus necesidades e intereses.

En este sentido las principales categorías pedagógicas se tratan de manera particular:

El *objetivo* del trabajo escolar se agota en los procesos de mejor relación interpersonal como condición para el crecimiento personal. Para ello debe lograrse también un equilibrio entre la transmisión de conocimientos y su individualización por parte de los alumnos.

Los *contenidos* de enseñanza y su transmisión tienen un papel secundario, el énfasis se pone en los procesos de desarrollo de las relaciones y de la comunicación. Los procesos de enseñanza tienden a facilitar a los estudiantes los medios para que encuentren por sí mismos los conocimientos que sean indispensables y que estos contenidos sean «significativos» para ellos.

En el empleo de *métodos* de enseñanza, se evitan los usuales y prevalece casi exclusivamente el esfuerzo del docente para desarrollar un estilo propio, que facilite el aprendizaje de los alumnos con la aplicación de métodos de sensibilización.

El profesor es considerado un «facilitador» y debe poseer determinadas

características, que están relacionadas con la aceptación de la persona del alumno, capacidad de ser confiable, receptivo y tener plena convicción en la capacidad de su autodesarrollo. Su función se restringe a ayudar a los estudiantes a organizarse y para ello utilizar técnicas de sensibilización como *medios* para que los sentimientos de cada uno puedan ser expuestos sin amenazas.

El *control* y la *evaluación* pierden enteramente su sentido y se privilegia la autoevaluación.

En la *concepción del proceso de aprendizaje* se parte de una serie de presupuestos, en los que aprender es atribuirle significación a la experiencia que posibilita la satisfacción de las necesidades.

Lo importante, según Rogers, es que el estudiante descubra cosas, las incorpore y haga que se constituyan en «auténtica porción de sí mismo».

En la pedagogía no directiva, la motivación se considera como resultante del deseo de adecuación personal en la búsqueda de la autorrealización y es, por lo tanto, un acto interno. Cuando el individuo desarrolla el sentimiento de que es capaz de actuar en términos de alcanzar sus metas personales y desarrollar la valorización del «yo», la motivación aumenta.

Aprender es modificar sus propias percepciones, por lo que sólo se aprende lo que está significativamente relacionado con estas percepciones, y la retención se da por la relevancia de lo aprendido en relación con el «yo», o sea, lo que no está incluido en el «yo» no es retenido en el tiempo ni transferido.

En esta concepción el aprendizaje tiene un carácter personal, experiencial y significativo, por lo que la persona se implica totalmente en él con sus sentimientos y con su intelecto.

Para Rogers la esencia no directiva del aprendizaje parte de la consideración de que los individuos tienen dentro de sí recursos de autocomprensión, actitudes básicas y conducta

autodirigida, los cuales son susceptibles de ser alcanzados si se logra crear un clima de actitudes psicológicas facilitadoras.

La facilitación del aprendizaje implica la recreación de situaciones que propicien la expresión y desarrollo de la tendencia a la realización del estudiante, de sus potencialidades creativas y de su autodeterminación.

Para ello es necesario utilizar recursos que ayuden al estudiante a vivir las experiencias que resulten significativas para su desarrollo.

Algunos de los recursos utilizados para facilitar el aprendizaje son: el contrato, la vinculación con la comunidad, la enseñanza tutorial, la investigación, los grupos de encuentro y la autoevaluación.

Con el establecimiento de un contrato, el estudiante asume una participación activa en la toma de decisiones en relación con qué, cómo, cuándo y para qué va a aprender, y por otra parte qué va a lograr.

En el establecimiento de un contrato deben considerarse algunos aspectos tales como el acuerdo y la firma del estudiante y del profesor al inicio del curso, la precisión en el plazo de cumplimiento de las tareas, detallar las actividades a desarrollar, precisar los materiales disponibles o prever la realización de reuniones del estudiante con el profesor para valorar los avances, contemplar la forma de evaluación de las tareas, entre otros.

La vinculación con la comunidad permite al estudiante participar en la solución de problemas que en el aula sólo pueden abordar de forma teórica.

La enseñanza tutorial garantiza la atención individualizada al estudiante en el proceso y la facilitación del aprendizaje.

La investigación propicia un aprendizaje vivencial significativo, que facilita la expresión de las posibilidades creativas del estudiante en la búsqueda y enriquecimiento del conocimiento.

En cuanto a los grupos de encuentro, se constituyen con el fin de vivir experiencias que propicien el conocimiento personal, la autenticidad, la aceptación incondicional del otro y la comprensión empática. En tal sentido son una vía importante para el desarrollo personal.

La autoevaluación implica la posibilidad de que el estudiante asuma el control de su aprendizaje, y constituye un recurso importante para el desarrollo de su responsabilidad.

La no directividad en la enseñanza se expresa, por una parte, en el reconocimiento de la capacidad de autodeterminación del estudiante y por otra, en la concepción del profesor como facilitador del aprendizaje.

Por tanto, en cuanto al rol de cada uno de ellos en el proceso de enseñanza-aprendizaje y las características de la relación alumno-profesor, se considera que la educación debe estar centrada en el alumno y debe tender a formar su personalidad a través de la vivencia de experiencias significativas que le permitan desarrollar características inherentes a su naturaleza.

El maestro es considerado un especialista en relaciones humanas, al garantizar un clima de vinculación personal auténtico. Sus intervenciones serían amenazadoras, inhibitorias del aprendizaje, por lo que «ausentarse» es la mejor forma de respeto y aceptación plena del alumno.

El profesor como facilitador del aprendizaje debe manifestar tres cualidades básicas:

- Autenticidad: significa mostrarse tal como es, con naturalidad y transparencia, sin máscaras; todo ello para que el estudiante confíe en él y pueda expresarse con mayor libertad.
- Aceptación incondicional positiva del estudiante: significa la aceptación del individuo como una persona independiente, con derechos propios, tal cual es, con sus virtudes y sus defectos.

- Comprensión empática: referida a la posibilidad de ponerse en el lugar del estudiante, de pensar como si fuera él, de analizar los problemas desde sus puntos de vista.

Precisamente Rogers critica la directividad de la pedagogía tradicional ya que promueve dependencia e inseguridad en el estudiante, que se encuentra sometido a la autoridad del maestro, mientras que la no directividad de la enseñanza parte de la consideración de que el estudiante posee en potencia la competencia necesaria para lograr su desarrollo y que, por tanto, la función especial del profesor es la de propiciar el camino de su desarrollo al crear las condiciones para la expresión de sus potencialidades.

En cuanto a la valoración crítica de esta tendencia pedagógica —que además es una experiencia puntual, centrada en el trabajo de Carl Rogers, y que no ha tenido otras variantes—, las autoras de este trabajo asumen criterios de la doctora Viviana González Maura (1998), la cual señala una serie de aportes y limitaciones que referimos a continuación:

#### Aportes:

- Considerar al estudiante como sujeto, como persona que se implica integralmente en el proceso de su aprendizaje y que asume una posición activa y responsable.
- Reconocer la necesaria unidad de lo cognitivo y lo afectivo en el proceso de aprendizaje.
- Destacar el papel de la autoconciencia y la autovaloración del estudiante como recursos personales necesarios para la autodirección del aprendizaje.
- Reconocer la autodeterminación del estudiante en el proceso de aprendizaje como expresión de un nivel superior de desarrollo de su personalidad.

- Destacar la importancia de la comunicación en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

#### Limitaciones:

- Absolutizar el papel de los factores internos como factores determinantes en el desarrollo de la personalidad.
- Sobrevalorar el carácter no directivo de la enseñanza al no reconocer la necesaria unidad dialéctica entre lo directivo y lo no directivo en el proceso de enseñanza-aprendizaje.
- Esta concepción implica que la escuela y los profesores deben esperar a que cada estudiante encuentre los conocimientos que necesita, en el tiempo que necesita, por lo que resulta costosa, requiere de mucho tiempo y de una atención en extremo individualizada.

En cuanto a la repercusión o vigencia de la pedagogía no directiva, las autoras reafirman que el inspirador de ella es C. Rogers, más psicólogo clínico que educador. Pero a pesar de ello sus ideas han influido en un número importante de educadores y profesores, principalmente orientadores educacionales y psicólogos escolares que se dedican al asesoramiento.

A partir de las experiencias de Rogers, se han desarrollado en distintos países prácticas pedagógicas no directivas, las que en su nueva expresión han recibido la denominación de grupos de aprendizaje experiencial.

Las características fundamentales de esta forma de aprendizaje es la implicación personal en lo que se aprende, la exaltación de lo afectivo, de las vivencias emocionales y su expresión abierta, la toma de conciencia de sí mismo y el desarrollo de la comunicación interpersonal en el grupo, con una organización similar a la de los grupos terapéuticos.

Este nuevo modo de aprendizaje, desarrollado por Rogers y otros representantes de su orientación psicológica incorpora de forma ecléctica principios de la dinámica de grupos, del psicoanálisis, del psicodrama de Moreno y de la psicología humanista. Su empleo ha ido creciendo vertiginosamente.

Las experiencias de aprendizaje en grupos presentan hoy múltiples denominaciones y variantes, y en la actualidad se organizan grupos de aprendizaje experiencial no sólo en diferentes niveles de enseñanza, sino también para el entrenamiento de dirigentes, profesores, sociólogos y otros profesores que requieren elevar su competencia socio-psicológica.

Los criterios de Rogers han influido indudablemente en las nuevas concepciones pedagógicas. El principio de la no directividad ha cobrado gran popularidad entre las tendencias educacionales más actuales, especialmente ha tenido gran significación el llamado a la eliminación del autoritarismo del docente, el respeto a la personalidad y a las necesidades e intereses de los educandos, la confianza en sus posibilidades de desarrollo, etc.; por lo que es notable el interés que despierta en los estudiantes y su implicación personal en las tareas.

Si bien se han reconocido las ventajas de esta concepción, también se han señalado dificultades en su aplicación a la práctica docente. El propio C. Rogers valora las dificultades que encierra la aplicación de su enfoque a la enseñanza, tanto para los profesores como para los alumnos, por los cambios de actitudes y estilos que implican en el trabajo de ambos.

Para finalizar, las autoras consideran muy elocuentes los criterios de O. González al valorar los principales errores y deficiencias de la concepción rogeriana cuando planteaba: «sus pretendidos intentos de democratización, de libertad de expresión, no siempre garantizan la adquisición de contenidos, el análisis de modelos sociales que

le proporcionen al estudiante instrumentos de lucha por sus derechos... Resulta incongruente la dicotomía establecida entre métodos directivos y no directivos, entre enseñanza centrada en el maestro y enseñanza centrada en el alumno, disminuyendo así el papel del profesor como mediador de la cultura». (González, 1996)

## CONCLUSIONES

Los principios que C. Rogers propone como fundamento de la enseñanza y que reflejan las principales características de la pedagogía no directiva son las siguientes:

- Toda persona posee potencialidades naturales para aprender y siente curiosidad por el mundo, pero al mismo tiempo, tiene miedo de lo nuevo, de lo desconocido, porque puede perturbar su paz.
- La necesidad de aprender es superior al temor. Un ambiente de temor incrementará el miedo inicial, un ambiente de libertad y tranquilidad incrementará la necesidad de aprender.
- El aprendizaje será significativo cuando el objeto de estudio sea importante para su vida. Mediante la práctica se obtienen los aprendizajes más significativos.
- Todo aprendizaje que implique un cambio en la percepción de uno mismo se ve como amenazador y tiende a desecharse.
- Los aprendizajes que son amenazadores para sí mismo, se asimilan mejor cuanto más se reducen las amenazas externas.
- Como el individuo tiene tendencia al aprendizaje, procurará aprender en todo momento, salvo en el caso en que la amenaza supere la tendencia al aprendizaje.
- Cuando al alumno se le da la responsabilidad en el proceso de

aprender, su rendimiento es mayor.

- Cuando más responda el aprendizaje a las necesidades del estudiante y cuantas más áreas de la personalidad abarque, más significativo y duradero será.
- Cuando el estudiante se autoevalúa y autocrítica, sin existir evaluaciones externas, se desarrolla en él un sentimiento de independencia, confianza en sí mismo y creatividad.
- El estudiante debe aprender a aprender para mantenerse siempre en constante cambio y saber actuar según le dicta su experiencia.

## BIBLIOGRAFÍA

GONZÁLEZ, F. y H. VALDÉS. *Psicología humanista. Actualidad y desarrollo*. Editorial de Ciencias Sociales, La Habana, 1994.

GONZÁLEZ, O. «El enfoque personalista en la Psicología y su influencia en la Pedagogía no directiva», en Colectivo de autores. *Tendencias pedagógicas contemporáneas*. Editorial El Poirá, Ibagué, Colombia, 1996.

GONZÁLEZ, V. «Pedagogía no directiva: La enseñanza centrada en el estudiante», en Colectivo de autores. *Tendencias pedagógicas contemporáneas*. CEPES, La Habana, 1998.

LIBANEO, J. C. «Tendencias pedagógicas en la práctica escolar», en *Revista de ANDE*, no. 3, Brasil, 1982.

MASLOW, A. H. *El hombre autorrealizado. Hacia una Psicología del ser*. Ediciones Paidós, Barcelona, 1974.

ROGERS, C. *El proceso de convertirse en persona*. Ediciones Paidós, Barcelona, 1961.

\_\_\_\_\_. *Libertad y creatividad en educación en la década de los ochenta*. Ediciones Paidós, Barcelona, 1982.

\_\_\_\_\_. «¿Puede el aprendizaje incluir tanto ideas como sentimientos?», en *DIDAC*, Boletín del Centro de Didáctica de la Universidad Iberoamericana, México, 1998.

