

Metodología para la selección de talentos en el deporte de Levantamiento de Pesas en el eslabón de base.

Leonardo Cruz-Pérez. Facultad de Cultura Física. Granma-Cuba.

José Tamayo-Soler. Facultad de Cultura Física. Granma-Cuba.

Helmer Méndez-Infante. Facultad de Cultura Física. Granma-Cuba.

Resumen:

El trabajo consiste en una metodología para la selección de talentos deportivos en el deporte de Levantamiento de Pesas en la provincia de Granma, esta tiene en cuenta las características del deportista de élite cubano, ajustando los métodos de selección a la realidad actual de la especialidad, para propiciar la elevación de la eficiencia del proceso de trabajo en los centros provinciales de alto rendimiento.

Palabras clave: metodología / selección de talentos / pesas.

Abstract:

The work consists on a methodology for the selection of sport talents in the sport of Rising of Weights in the county of Granma, this he/she keeps in mind the Cuban elite sportsman's characteristics, adjusting the selection methods to the current reality of the specialty, to propitiate the elevation of the efficiency of the work process in the provincial centers of high yield.

Words key: methodology / selection of talents / weights.

Introducción:

El sistema deportivo cubano posibilita a todos sus ciudadanos el acceso a la práctica del deporte como vía para el logro de una calidad de vida superior, de tal forma la masividad en el deporte nacional se convierte, además, en una importante vía para el descubrimiento de las potencialidades deportivas, que puedan garantizar la continuidad de los innegables e importantes logros del deporte de alto rendimiento cubano.

La situación actual en la provincia de Granma en este sentido, y específicamente en el levantamiento de pesas, nos demuestra que la retención escolar está afectando la productividad de las matrículas en nuestra especialidad, por razones relacionadas con

irregularidades en el proceso de selección del talento necesario, al obviarse o ejecutarse con dificultades aspectos componentes del proceso de selección, que en algún momento inciden negativamente en la consecución de los objetivos competitivos planificados, provocando la lamentable pérdida de recursos, y la indeseada frustración de atletas y entrenadores.

En estos momentos existen algunas Insuficiencias en el proceso de selección que afectan los resultados competitivos, expresadas en:

- Atletas evaluados como poseedores de potencialidades relevantes que no alcanzan el resultado previsto.
- Atletas que permanecen por más de un curso en el centro provincial sin lograr participación en juegos nacionales.
- Cantidad innecesaria de atletas en una misma categoría de peso.
- Dificultades con la retención escolar.
- Resultados competitivos inestables y/o inferiores a lo que expresan las potencialidades físicas evaluadas.
- Afectación significativa de las posibilidades de promociones al nivel nacional.

En el caso que nos ocupa, a partir de una investigación desarrollada en la provincia Granma, se realizó una adecuación metodológica a las indicaciones del programa de preparación del deportista, la que mejorará los resultados en el proceso de selección de talentos de levantamiento de pesas en el eslabón de base para el ingreso al alto rendimiento, en esta incluimos aspectos novedosos para la evaluación de indicadores psicosociales, además de pruebas antropométricas y elementos físicos afines, con el perfil del futuro pesista de alto rendimiento.

Desarrollo:

La aplicación de una correcta metodología para la selección de talentos para el entrenamiento en el eslabón de base, que tenga en cuenta los parámetros pedagógicos, psicosociales, médico biológicos y las características del pesista cubano, en nuestro criterio puede propiciar el logro de mejores resultados, al clasificar los sujetos acorde con sus condiciones, y las necesidades del deporte de alto rendimiento. A modo de indicaciones metodológicas para la aplicación de las pruebas de selección y teniendo en cuenta los resultados de nuestra investigación se orienta que:

-Se evalúe en 3 momentos diferentes, y entre los momentos evaluativos no deben mediar menos de 4 semanas ni más de siete.

-Al menos en uno de estos momentos evaluativos debe observarse un evento competitivo.

-El proceso de aplicación de las pruebas debe abarcar la mayor cantidad posible de tiempo del curso escolar.

-La fuerza técnica encargada de evaluar estará compuesta por profesores del centro en cuestión.

En general las pruebas a aplicar estarían relacionadas con cinco diferentes grupos de trabajo que serían:

1- Pruebas físicas afines a la especialidad: En estas modificamos las pruebas para medir velocidad y fuerza explosiva.

- En cuanto a la velocidad se sustituye la anterior, (30 m planos, por 20 m volantes) y se evaluaría entre 2 y 5 puntos, teniendo en cuenta las posibilidades y características por agrupaciones de categorías de peso, (ligeras, medianas y pesadas).

- La fuerza explosiva, para esta se sustituye la anterior, (salto largo sin carrera de impulso, por despegue vertical) y se evaluaría entre 2 y 5 puntos, teniendo en cuenta las posibilidades y características de las agrupaciones de categoría de peso.

2- Pruebas antropométricas afines a la especialidad: Se incluyen pruebas para evaluar dimensiones de segmentos corporales importantes en la especialidad como:

- La prueba de dimensiones de las manos. Esta prueba es conocida en nuestra especialidad, pero no se había incluido antes en la metodología de selección.

Se realizará a través de la utilización de un rodillo graduado, que se trata de abarcar con la palma de las manos, el resultado se evaluaría en dependencia del grupo de categoría de peso a la que pertenece, (ligeras, medianas o pesadas).

- Prueba de Índice cormico: Prueba conocida en el deporte que teniendo utilidad no se incluyo nunca antes en las metodologías de selección.

- Relación talla-peso corporal: Para determinar la talla con la utilización de altímetro y para el peso corporal con la utilización de una báscula debidamente rectificadas.

Para el cálculo de la posible categoría de peso se debe utilizar los datos de estas pruebas y los criterios de clasificación de la proporción corporal para adolescentes que los categoriza de la siguiente forma: Endomórficos, mesomórficos, ectomórficos.

3- Pruebas morfológicas afines a la especialidad: No se sustituyen las vigentes en la metodología actual.

Se realizarían a través de la ejecución de elementos de arranques y enviones, (cuclillas de arranque y de clín), evaluándose entre 2 y 5 puntos.

4- Pruebas de evaluación de aspectos psicosociales: En este importante aspecto se incluyen:

- Test de Influencia familiar.
 - Test de fuerza familiar.
 - Test de los motivos deportivos de Butt.
 - Test de los rasgos volitivos.
 - Test para la determinación del temperamento.

5- Pruebas técnicas: En estas pruebas no se modifica lo orientado por la metodología vigente, y se realizaran tres (3) movimientos de cada ejercicio que serán evaluados entre 0 y 10 puntos según la tabla de penalización técnica, creada y distribuida por la comisión técnica nacional con estos fines.

Conclusiones:

- Las adecuaciones realizadas a la metodología, mejoran significativamente la integralidad que esta requiere para modificar la situación existente.
- La evaluación del tempo constituye aspecto primordial en el carácter sistémico del instrumento.
- La afinidad de las pruebas físicas con la especialidad, posibilita precisión en el momento de evaluar las potencialidades de los aspirantes.
- La disponibilidad y evaluación de aspectos relacionados con lo psicosocial de los aspirantes, posibilita mayor claridad para el momento de la selección y enfrentamiento posterior del proceso de trabajo.

Citas y notas:

1. Armando Rosales Carrazana. (2005). Estudio de las características físicas, técnico-táctica, antropométrico y psicológicas de los luchadores categoría 13-14 años lucha

libre y grecorromana de las provincias orientales. Un enfoque a la evaluación de talentos. ISCF. Granma.

2. Carlos Cuervo Hernández. (2008). Programa de preparación del deportista para el levantamiento de pesas. ISCF. Ciudad de la Habana.
3. Helmer Méndez Infante. (2005). Estudio de los indicadores de rendimiento durante la preparación a largo plazo de los pesistas granmenses y las potencialidades deportivas relacionadas a la selección de talentos en Cuba. ISCF. Granma.