

Modelaje para el desarrollo de habilidades técnico-tácticas en la lucha escolar estilo libre femenino de la EIDE de Granma.

Modeling for the technical -tactical abilities development in the fighters school free style feminine of the EIDE from Granma.

Yonder Andres Milán-Núñez, Entrenador principal de la selección escolar femenina de Granma ymilann@udg.co.cu, Cuba.

Wenceslao Cabrales-Aguilar, Facultad de Cultura Física de La Universidad de Granma, wcabralesa@udg.co.cu, Cuba.

Resumen

El deporte de alto rendimiento, se ha visto implicado en un acelerado desarrollo y exigencias que demandan cada vez mayor apoyo científico técnico. Hoy los deportistas se preparan para sostener retos y alcanzar metas que hace algunos años parecían sueños. De acuerdo con las características de la Lucha como deportes de oposición, se considera una modalidad eminentemente táctica en la que se pueden fusionar durante la preparación, algunos de sus componentes como es el caso de la técnica que marcha conjuntamente con la táctica. En la investigación como vía para solucionar las dificultades encontradas en el desenvolvimiento táctico de las luchadoras escolares estilo libre femenino de la provincia de Granma, orientadas al coeficiente de efectividad durante el combate, se diseñan estructuras de respuestas técnico-tácticas a partir de agarres posicionales predeterminados que mediante el modelaje permiten el desarrollo de habilidades en aras de resolver las situaciones que se presentan durante los combates, para lo cual se emplearon métodos como el Analítico sintético, Hipotético deductivo, Sistémico estructural, la Observación, Medición, Experimento; técnicas de Revisión documental, Entrevista, Encuesta, así como en lo estadístico la distribución empírica de frecuencias con la dócima no paramétrica de Wilcoxon y un nivel de significación de $\alpha=0,05$. Se arriba a importantes conclusiones que pueden transformar el accionar técnico táctico de los atletas objeto de estudio.

Palabras claves: modelaje, técnico -táctico, estructuras de respuestas.

Abstract

The sport of high yield, it has been implied in a quick development and demands that demand every time bigger support technical scientist. Today the sportsmen sustain challenges and they reach goals that some years ago seemed dreams. In accordance with the characteristics of the

Fight like sports of opposition, it is considered an eminently tactical modality in which can fuse during the preparation, some of their components as it is the case of the technique that goes jointly with the tactics. In the investigation like road to solve the difficulties found in the tactical development of the fighters school style free of the county of Granma, guided to the coefficient of effectiveness during the combat structures of technician-tactical answers they are designed starting from you grab you position them predetermined that by means of the modeling they allow the development of the abilities for the sake of solving the situations that are presented during the combats, for that which methods like the Analytic one were used synthetic, Hypothetical deductive, Systemic structural, the Observation, Mensuration, Experiment; technical of documental Revision, does he/she Interview, does it Interview, as well as in the statistical thing the empiric distribution of frequencies with the non parametric docima of Wilcoxon and a significance level of? =0,05. does You arrive to important conclusions that can transform working the athletes' study object tactical technician.

Key words: modeling, technician - tactical, structures of answers

Introducción

El entrenamiento deportivo, como forma fundamental de preparación del deportista, está basado en ejercicios sistemáticos, pedagógicamente organizados, con el objetivo de dirigir la evolución del atleta. Estos ejercicios, inclinados hacia el lado general o especial están relacionados con aspectos físicos, técnicos, tácticos, psicológicos o intelectuales, distribuidos de acuerdo a la finalidad a lograr.

Al tener en cuenta las características de cada especialidad deportiva, los aspectos antes mencionados cobran mayor o menor importancia e incluso se fusionan durante la preparación dos de ellos como, por ejemplo, en los deportes de oposición, donde la técnica va a marchar conjuntamente con la táctica.

Es así que en la Lucha como especialidad deportiva, el componente de la preparación que más importancia requiere es el técnico-táctico, a pesar de ser el menos abordado en las investigaciones realizadas, debido a lo difícil y complejo que resulta, ya que no es lo mismo afrontar temáticas relacionadas con la preparación física, que entrar a cuestionar posibles situaciones que pudieran, de una forma u otra, ponerse de manifiesto en un combate, donde, como es conocido, existe una gran variabilidad de acciones tácticas.

En la lucha actual, es imposible ejecutar una técnica eficaz contra un luchador de calidad, si esta no ha sido previamente preparada con algunos procedimientos tácticos. La utilización de la reacción del oponente antes de acciones concretas, forma por lo general, la base de los

métodos de preparación táctica de las condiciones favorables para la ejecución de las acciones técnicas, contraataques y defensas.

La maestría táctica está estrechamente ligada con la técnica, la preparación física, volitiva y las cualidades individuales del atleta. Mientras mayor sea la utilización sistemática de la técnica, modelada en condiciones de competencia, mayor maestría tendrá el luchador y más fácil le será elegir el momento y la solución táctica a la situación que se pueda presentar durante el combate, aspectos que amplían sus posibilidades de triunfo y obligan al atleta, además de perfeccionar los movimientos ya practicados, a superarse en el estudio de nuevos recursos tácticos.

Los últimos cambios del reglamento de la Unión Mundial de Luchas. (U.W.W) han provocado un aumento del ritmo e intensidad de los combates por el corto tiempo que se dispone en la actividad competitiva, lo que exige un mayor desarrollo y perfeccionamiento de las habilidades técnico-tácticas.

Sucedo que en ocasiones, la asimilación de los movimientos técnico-tácticos es insuficiente y se hace necesario crear las condiciones precisas para elevarlas.

Dadas estas consideraciones que sostienen muchos autores, con las cuales se coincide plenamente, merece enfrentar situaciones que con frecuencia se manifiestan en los escenarios escolares de la provincia Granma.

Los resultados de un estudio fáctico realizado permiten relacionar una serie de manifestaciones externas encontradas en el proceso de entrenamiento de las luchadoras escolares estilo libre femenino, relacionadas con la dirección técnico-táctica en el territorio, tales como:

- La aplicación de los métodos para el trabajo técnico-tácticos por parte de los profesores es insuficiente.
- Dificultades en la aplicación por parte de los atletas, de variantes técnicas durante los ataques en relación con la respuesta táctica del contrario.
- En las clases de entrenamiento son escasos los recursos técnicos utilizados para el trabajo de la dirección táctica de las luchadoras escolares.
- A propósito de una revisión bibliográfica realizada sobre el tema, se pudo comprobar la existencia de concepciones teóricas vinculadas al objeto de la presente investigación, al considerar la presencia de manifestaciones internas dentro de las cuales se pueden mencionar:
- No existe un programa específico de preparación del deportista para la lucha femenina en el país y por el que se trabaja no contempla indicaciones metodológicas para este sexo.

- En los programas actuales de preparación del deportista, como guía metodológica del organismo rector para el deporte de Lucha en la categoría escolar, es limitado el desarrollo de la dirección técnico-táctica.
- En los eventos oficiales (escolares) se realizan pruebas técnicas que se limitan a las exigencias de los programas de preparación del deportista para la categoría.
- Los programas existentes no ofrecen variabilidad de recursos tácticos para el desarrollo de esta dirección en los atletas escolares.
- Son pocas las investigaciones realizadas sobre la dirección táctica en la Lucha y las que existen no ofrecen una secuencia lógica de elementos para su desarrollo en edades escolares.

Los aspectos señalados durante el análisis bibliográfico y el estudio fáctico realizado en cuanto al desarrollo de la dirección técnico- táctica en la Lucha femenina granmense, dan cuenta de las insuficiencias en el desarrollo de tan importante dirección, lo cual evidencia la contradicción que se da entre el innegable desarrollo técnico-táctico que ha alcanzado la Lucha a partir de las exigencias del deporte contemporáneo y la necesidad de incrementar el nivel técnico-táctico de las escolares granmenses del estilo libre femenino en correspondencia con el desarrollo de este deporte en el país.

Todo lo cual conduce a plantear como objetivo: diseñar estructuras de respuestas técnico-tácticas mediante el modelaje a partir de agarres posicionales predeterminados para mejorar el coeficiente de efectividad de las luchadoras escolares de Granma estilo libre durante los combates, para lo cual se plantean como objetivos específicos

1. Determinar los fundamentos teóricos en los que se sustenta el trabajo de la dirección técnico-táctica en la Lucha.
2. Diagnosticar el estado actual de desarrollo de las habilidades técnico-táctica en las luchadoras escolares de la provincia de Granma.
3. Determinar los agarres posicionales más utilizados en la Lucha libre actual.
4. Elaborar las estructuras de respuestas técnico-tácticas a partir de los agarres posicionales determinados.
5. Valorar la influencia de las estructuras de respuestas técnico-tácticas mediante el modelaje, en el coeficiente de efectividad de las luchadoras escolares de Granma durante los combates.

Durante el desarrollo del trabajo se aplicaron métodos del nivel teórico, empírico, matemático estadístico y técnicas de investigación como se refleja a continuación: Analítico sintético, Hipotético deductivo, Sistémico estructural, Observación, Medición, Experimento, la distribución empírica de frecuencias con la dística no paramétrica de Wilcoxon y un nivel de significación de $\alpha=0,05$, además de las técnicas de revisión documental, entrevista, encuesta.

Se asume para el cálculo de la efectividad, la nueva expresión que propone Copello Janjaque. M. (2011), para la cual en primer lugar se le otorgarán valores numéricos a las puntuaciones, los mismos que se les da en aquellos eventos cuyo sistema de organización es de todos contra todos: salidas del colchón por acción del contrario=1, derribes con pases a tras=2, proyecciones=4. luego se dividen todos entre 10 para reducir el rango y mantener la proporción. Es decir: 0,1 salidas del colchón por acción del contrario, 0,2 derribes con pases atrás, 0,4 proyecciones.

- El procedimiento a seguir consiste en multiplicar las puntuaciones alcanzadas por su valor numérico asignado, luego se sumará el producto de todas ellas, independientemente del nivel de cada una.
- Finalmente, el resultado obtenido se divide entre el total de ataques efectivos, es decir de todos aquellos que han alcanzado alguna puntuación.

6. A este resultado se le denomina índice cualitativo de la efectividad, cuyos valores estarán comprendidos entre 0 como mínimo y 1 como máximo.

Se aplicaron encuestas a los entrenadores para determinar los agarres posicionales más utilizados en la Lucha actual y se acudió a la experiencia de estos y atletas miembros de la preselección nacional para la elaboración de las estructuras de respuestas a modelar a partir de los agarres determinados, más adelante fueron seleccionados las atletas del grupo de control y experimental, a continuación de lo cual se observaron cinco topes sin la aplicación de las estructuras de respuestas elaboradas.

A partir de ese momento se mantuvo el entrenamiento del grupo de control por la vía tradicional y el experimental con el modelaje a través de las estructuras de respuestas para dentro de dos meses comprobar la efectividad técnico- táctica en otros 5 topes que se efectuarían.

Desarrollo

Al valorar las encuestas efectuadas a 8 entrenadores de Lucha libre que trabajan en la provincia de Granma se reflejaron como los agarres más lógicos en la posición de pie, los siguientes:

- 1- Agarre de dos brazo a un brazo
- 2- Agarre de brazo por debajo de la axila con control de la muñeca.

Determinados los agarres que serían objeto de investigación, se decidió estudiar todas las posibles variantes lógicas e ilógicas que podría realizar el contrario para librarse (defensivamente o contraatacando) de estos, para de esta forma comenzar a estructurar las respuestas más lógicas a efectuar y posteriormente conformar el modelaje de los mismos; se hace necesario dejar bien claro que no se trata de ejecutar los movimientos posibles desde agarres posicionales determinados, sino, efectuar estos agarres para buscar la acción defensiva o de contraataque del luchador contrario y en dependencia del camino que este escoja, defensiva o de contraataque, se tendría previsto y entrenado de ante mano el elemento técnico – táctico a realizar.

A partir del estudio y análisis detallado de tutor y autor, unido a las consultas y entrevistas efectuadas a entrenadores y atletas de gran nivel, las estructuras de respuestas a través del modelaje quedaron de la forma siguiente:

➤ Agarre de dos brazo a un brazo.

• Posibles respuestas del contrario.

1. Si el contrario sale atrás con giro y busca agarrar el codo de su adversario con el brazo libre.
 - a) Efectuar proyección con agarre de cuello y brazo. (Volteo de cabeza y brazo)
 - b) Derribe con giro con agarre de brazo (Sacrificio).
 - c) Derribe con alón de brazo y muslo del mismo lado.
 - d) Efectuar enganche a una pierna por fuera y empujón hacia el frente.
 - e) Efectuar enganche a una pierna por dentro y empujón hacia el frente.
2. Si el contrario sale alejándose de su adversario apoyando el brazo libre en la cabeza de este.
 - a) Botando el brazo apoyado en la cabeza proyección con inclinación con agarre de ambas piernas (Takle).

- b) Proyección con inclinación con agarre de tronco efectuando una sumersión por debajo de ambos brazos.
- c) Derribe con sumersión botando el brazo apoyado en la cabeza.
- d) Botando el brazo apoyado en la cabeza derribe con agarre a una pierna con la cabeza por dentro (Sentada).

Para cada agarre se tuvieron en cuenta 9 posibles reacciones del contrario, a partir de las cuales se conformaron las estructuras como se muestra con las dos reacciones anteriores.

Se recomienda que todo esto se haga desde el inicio del combate hasta el segundo minuto que puede aparecer el sudor y se trata de cambiar el agarre a:

➤ Brazo por debajo de la axila con control de la muñeca.

- Posibles repuestas de contrario

1. Si el contrario baja el centro e gravedad llevando la pierna adelantada con paso amplio atrás.
 - a) Empujón del brazo por debajo de la axila al lado y atrás agarrando el tobillo más lejano (Joseito)
 - b) Sumersión botando el brazo agarrando una pierna con cabeza por fuera y sentada con desplazamiento hacia atrás.
 - c) Sumersión botando el brazo agarrando ambas pierna con cabeza por fuera, proyección con inclinación (Takle).
2. Si el contrario para el centro de gravedad adelantando sus dos piernas.
 - a) Empujón abajo y atrás con enganche por dentro de la pierna más cercana (Ouchi).
 - b) Proyección con arqueo con agarre de brazo y tronco con traslado. (souplesse y semisouplesse)
 - c) Proyección girando el tronco con elevación de la pierna (Santo).

Nota: se aclara que no es necesario dominar todas las variantes aquí propuestas, sino, que el luchador según sus características seleccione las acciones técnico – tácticas a perfeccionar en dependencia de la posición que adopte el contrario.

Análisis de los datos obtenidos en los topes antes de montar el modelaje.

En un primer momento del grupo de control, en el análisis por grupos y subgrupos de llaves se observó que en cuanto a intentos se refiere los mayores valores lo ocuparon los derribes con halón, luego los derribes con sumersión y las proyecciones con inclinación, lo que deja apreciar la utilización de elementos técnicos sencillos y el tackle como abc de este deporte entre los subgrupos de llaves que se comportaron por encima de los demás y ocupan un alto por ciento del total general.

Al analizar los coeficientes de efectividad por subgrupos de llaves se pudo ver que estos se comportaron entre 0.37 y 0.67. Ocuparon los valores más bajos los derribes con halón, debido a que al realizarlos de forma directa y desordenadamente eran fácilmente contrarrestados y los mejores resultados correspondieron al subgrupo de los volteos y los empujones, lo que demostró un dominio aceptable de estos elementos y coincide con los objetivos de la escuela cubana de luchas, la cual se basa en la realización de elementos técnicos menos riesgosos, entre los que se destacan el subgrupo de los empujones.

Tabla comparativa antes de aplicar el modelaje

Antes del Modelaje	Control			Experimental		
	INT	EF	CE/ %	INT	EF	CE/%
Grupo de Técnicas						
DERRIBES	149	69	0,46	275	132	0,48
PROYECC.	91	43	0,47	94	51	0,54
EMPUJ.	57	31	0,54	49	30	0,61
TOTAL	297	143	0,48	418	213	0,50

El coeficiente general de este grupo de control en los 5 topes observados (52 combates efectuados) antes de aplicar el modelaje al grupo experimental fue de 0.46, valor que al compararlo con otros de esta índole resulta insuficiente y refleja grandes dificultades, pues si se analiza el desarrollo que tiene este deporte en nuestro país, la media de atletas élites oscila

Modelaje para el desarrollo de habilidades...

entre 0.70 y 0.80 por lo que se puede decir que este resultado no está en el nivel acorde al desarrollo de este deporte en Cuba y aunque no es objetivo analizar los resultados deportivos, si es importante señalar que en años anteriores esta provincia estuvo ubicada en los últimos lugares a nivel nacional.

En el grupo experimental, se observó como los derribes con halón ocuparon el primer lugar en cuanto a intentos se refiere, seguidos de las sumersiones y los tackles, sobresalen estos subgrupos en el por ciento total general, lo que influyó en el coeficiente de efectividad, el cual al ser observado por subgrupos de llaves, osciló entre 0.40 y 0.73, donde los derribes con halón y las proyecciones con arqueo alcanzaron los valores más bajos.

Cuando se compararon los resultados obtenidos por el grupo de control y experimental antes de aplicarle el modelaje a este, se observó que no existieron diferencias significativas entre sus resultados.

Valoración de los Resultados luego de aplicar el modelaje.

Se partió de la interpretación general que sobre el índice cualitativo de efectividad, realiza Copello Janjaque. M (2011), para desarrollar el análisis de los resultados registrados en los topes después de aplicar el modelaje al grupo experimental, quien plantea que en un enfrentamiento entre dos competidores, se puede observar como en ocasiones el que tiene mayor cantidad de ataques no siempre es el de mayor por ciento de efectividad y su índice cualitativo está entre los más bajos. En cambio otro con un menor número de ataques y además un mayor por ciento de efectividad puede presentar mejores resultados.

Fue importante tener en cuenta la descripción de las acciones, debido a que la misma aporta suficiente información para determinar la estabilidad o variabilidad de la respuesta, independientemente de la efectividad, ello permitió inferir la cantidad de recursos con lo que cuenta el competidor, la flexibilidad de su pensamiento, o el nivel de confianza que posee en un elemento técnico dado la efectividad que logra con él.

Al efectuar el análisis de los datos procedentes de los 5 topes (55 combates) del grupo experimental luego de haber montado el modelaje, se pudo constatar que los derribes con halón y las sumersiones ocuparon los valores más altos en la cantidad de intentos con una mejora considerable en la efectividad, lo que influyo en los valores generales, que al ser analizada, arrojó una diferencia significativa de 0.52 aproximándose mas a la media de atletas élites en Cuba en el sexo masculino. Los valores más bajos correspondieron a las

proyecciones con torsión, seguidas del subgrupo de los derribes con giro y las proyecciones con inclinación, que a pesar de tener bajos valores aumentaron su efectividad en 0.38 lo que demuestra la existencia de mejoras y se verificó con el subgrupo de los volteos, los empujones atrás y al lado abajo, que ocuparon los valores más altos de efectividad; todo lo cual tuvo gran influencia en el por ciento total general de la misma, que ascendió en un 17% y fue superior a los resultados antes de montar el modelaje.

Al comparar los resultados del grupo de control y el experimental después de aplicado el modelaje a este último, se tuvo en cuenta que ambos grupos registraron mejores resultados en los últimos 5 topes observados, por lo que se afirma que por grupos de llaves en cuanto a efectividad se refiere, en los derribes, el grupo experimental se mostró superior con mayores por cientos; sucede de igual manera en el grupo de las proyecciones y mantiene la diferencia en el grupo de los empujones donde también se comportó por encima, todo lo cual influyó de forma conjunta en que al comparar los por cientos totales generales de efectividad, fuera superior el grupo experimental con una probabilidad calculada de 0.7856, la que deja ver la diferencia significativa existente entre ellos, aspecto que a consideración del autor se corresponde con un mayor nivel técnico-táctico, alcanzado con la aplicación del modelaje a partir de las estructuras de respuestas elaboradas que partieron de agarres posicionales, todo lo cual evidencia la efectividad de este método en el entrenamiento de la dirección técnico-táctico para este deporte.

Tabla comparativa después de aplicar el modelaje

Después del Modelaje	Control			Experimental		
	deINT	EF	CE/ %	INT	EF	CE/%
Grupo técnicas						
DERRIBES	244	192	0,78	285	250	0,87
PROYECC.	97	71	0,73	157	135	0,85
EMPUJ.	29	21	0,72	46	37	0,80
TOTAL	370	286	0,77	488	422	0,86

Modelaje para el desarrollo de habilidades...

Quedó claro que la aplicación del modelaje a través de estructuras de respuestas que se elaboraron durante la investigación influye de manera significativa en la efectividad de las atletas escolares de la provincia Granma durante los combates, lo cual se corroboró al procesarlos estadísticamente a partir de la aplicación de la dócima no paramétrica de Wilcoxon, para lo que se escogió un nivel de significación de $\alpha=0,05$ en la comparación de los datos como se refleja en la siguiente tabla..

Tabla comparativa final

Grupos	de		
llaves	Control	Experimental	Resultado
DERRIBES	0,78	0,87	Significativo
PROYECC.	0,73	0,85	Significativo
EMPUJ.	0,72	0,80	Significativo

Conclusiones

1-Las estructuras de respuestas elaboradas a partir de agarres posicionales predeterminados, contribuyen al desarrollo de las habilidades técnico tácticas de las luchadores escolares de la provincia Granma y mejoran significativamente el coeficiente de efectividad de las atlas durante los combates.

Recomendaciones

1- Continuar el estudio con la inclusión de acciones técnico tácticas en la posición de tierra y hacer extensivo su aplicación para atletas de otras categorías y estilos de la Lucha femenina en el territorio.

Bibliografía

- Amador Ramírez, Fernando. (1998). El Análisis de la Acción de Lucha .ULPGC. España.
- Bode, A. (2001). Método de evaluación y evaluación de aptitud deportiva para la enseñanza básica del tenis de mesa. Santiago de Cuba.
- Ferreiro, R. (1984).Desarrollo físico y capacidad de trabajo de los escolares. Ed. Pueblo y Educación. La Habana.
- Estévez Cullell, Migdaliay Co. (2004) La investigación científica en la actividad física; su metodología. Ciudad de la Habana, Editorial Deportes.
- Forteza de la Rosa, A.(1997). Ley Básica en el Entrenamiento Deportivo. Ciudad de la Habana. Cuba. 8.P. Conferencia Mimeografiada.
- González, C. S y Cañedo. C. I. (1995). Planificación del Entrenamiento en la lucha Deportiva. Ciudad de la Habana. Cuba. 110.P
- González, C. S. y Molina. G. O. (1998). Programa de la Preparación del Deportista. Ciudad de la Habana. 107.
- Ferreiro, R. (1984). Desarrollo físico y capacidad de trabajo de los escolares. Ed. Pueblo y Educación. La Habana.