

Evaluación y asimilación técnico-táctico en el proceso formativo de judocas escolares.

Juan Darío Ramírez-Pompa. Facultad de Cultura Física. Granma-Cuba.

Adriel Acosta-Mendoza. Facultad de Cultura Física. Granma-Cuba.

Raciel Darío Ramírez-Cabrera. Facultad de Cultura Física. Granma-Cuba.

Resumen:

El trabajo contiene acciones que permiten favorecer el desarrollo de la formación táctica del judoca dentro del tashi waza en atletas de la categoría 11 -12 años, en él se analiza la necesidad e importancia de incluir a dichos atletas en la aplicación del Programa para estas edades como premisa para elevar la formación integral del judoca, ya que al comparar la asimilación técnica de ellos en la realización del test inicial y final luego de la aplicación de los ejercicios, se constató una excelente mejoría de sus resultados.

Palabras clave: judo/ cat. 11-12 años / formación táctica.

Abstract:

The work contains actions that allow to favor the development of the tactical formation of the judoca inside the tashi waza in athletes of the category 11 -12 years, in him it is analyzed the necessity and importance of including this athletes in the application of the Program for these ages like premise to elevate the integral formation of the judoca, since when comparing the technical assimilation of them in the realization of the initial and final test after the application of the exercises, an excellent improvement of its results was verified.

Words key: judo / cat. 11-12 years / tactical formation.

Introducción:

Por todos los conocedores del deporte se comprende, que para la formación de un atleta, se transita por dos etapas fundamentales, la del proceso de selección y la del proceso de preparación. Muchas han sido las investigaciones realizadas en estos dos grandes grupos, que sin lugar a dudas su objetivo fundamental es, en el caso de la selección, determinar aquellos que

presentaban mejores condiciones o valorar el comportamiento del atleta al ubicarnos en el proceso de preparación.

Varios autores han emitido criterios como resultado de investigaciones, y elaborado documentos que rigen el trabajo del entrenamiento en estas edades y grupos etáricos. Haciendo alusión preferentemente a las generalidades del proceso formativo del judoca.

Uno de los elementos más controvertidos durante el trabajo de la preparación de los judokas, lo constituye sin lugar a duda la preparación técnico táctica, cuestión que entre otros aspectos sienta su base en el conocimiento y experiencia de entrenadores, y por qué no de los atletas, sin embargo, no siempre quienes rigen tal actividad, tienen en cuenta durante los entrenamientos, todos los elementos que demanda la competencia, incluso los que parecen más insignificantes.

Sobre la preparación táctica en el judo, se ha incursionado en varias temáticas las cuales sientan sus bases, tanto en el tashi-waza, como en el ne-waza, específicamente sobre el tratamiento de los momentos de ataque, sin embargo, el tratamiento al trabajo de los ataques antes de entrar en contacto como en contacto directo, teniendo en cuenta aspectos como: la postura, el agarre, tipo de técnica y las relaciones entre ellos, solo se ha experimentado en nuestra provincia, en los cursos 2002 hasta el 2004, con el equipo masculino de la ESPA y alcanzándose un buen resultado en el torneo.

En la actualidad existe la tendencia, que durante el proceso de preparación de los atletas, se dirija el entrenamiento fundamentalmente a la consecución del dominio de ataques directos sin tener en cuenta las diferentes manifestaciones en que se presentan los mismos durante las competencias, se sabe además, que los atletas llegan a dominar no solo ataques directos, sino acciones defensivas contra ataques y combinaciones las que a su vez ponen en práctica durante las confrontaciones o en otras acciones con similares características, como el randori y el chiaï, sin embargo, estos elementos no complementan de forma integral la preparación que demanda la competencia de los atletas.

Los combates en el Judo comienzan en la posición de pie, pero no en contacto directo, sino que hay que salir en busca de este. Precisamente ese es

el primer grado de dificultad que debe superar un judoka, pero para aplicar un ataque sorpresivo sobre la relación lógica de la búsqueda del contacto, los atletas adoptan determinadas posturas o variantes de ellas, que pueden ser similares o diferentes entre sí, lo cual constituye otro elemento a superar. Pero si no se logra la sorpresa en el momento de entrar en contacto, entonces debe conseguir su objetivo en plena relación y para esto debe recordar, que su efecto depende en primer lugar de su habilidad al seleccionar las respuestas a las acciones o situaciones del contrario, pero si estas condiciones no son favorables, deben crearse y para ello necesita de diferentes respuestas de ataques que se fundamentan en las acciones explicadas con anterioridad y que complementan su matiz en los kusuchis de reacción.

A pesar del conocimiento de nuestro entrenadores sobre las reflexiones realizadas con anterioridad, persiste la tendencia a la enseñanza de las acciones técnicas del judo solo en contacto directo, privando a los alumnos de la comprensión referente a búsqueda del contacto con ataque posterior; por lo que nos planteamos el propósito de elaborar un conjunto de ejercicios técnico-tácticos que favorezcan el nivel de asimilación en los alumnos de la categoría 11-12 años del sexo masculino del área de Judo de Bayamo durante el curso 2009-2010.

Desarrollo:

En la investigación se trabajó con un entorno de 10 atletas del equipo masculino de la categoría 11-12 años del sexo masculino del área de Bayamo, de estos, 8 son nuevo ingreso y 2 continuantes. Todos los atletas poseen experiencia competitiva, fundamentada en la participación activa en diferentes competencias pioneriles, siendo dirigidos durante los entrenamientos y competencias por el entrenador Antonio Pérez Pacheco con 4 años de experiencia, primer Kyu de Judo.

- Durante los entrenamientos se trabajó con los sistemas tácticos de ataque en días alternos, con tres frecuencias semanales.
- Las acciones o ejercicios tácticos fueron enseñadas al comienzo, una por separado, enmarcando primeramente las acciones en contacto directo y posteriormente las de entrar en contacto.

- Las acciones tácticas que se emplearon durante los entrenamientos son las que aparecen a continuación, destacándose desde luego la actitud asumida por el uke y por el tori.

Acciones tácticas.

Acciones lógicas de ataque. Para entrar en contacto

Búsqueda de agarres(UKE)	Respuesta: Acción de TORI
1. Mano derecha con pie derecho al frente.	Bloqueo con la mano izquierda, sujeta y hala <ul style="list-style-type: none"> • Kouchi Gari Profundo • Ipón Seoi Nage Bajo • Osoto Gari • Sode Tsurì
2. Mano derecha con pie izquierdo adelantado	<ul style="list-style-type: none"> • Ipón Seoi Nage • Uchi – Mata • Harai – Goshi • Combinación Ipon – Oushi
3. Mano izquierda con pie izquierdo adelantado	<ul style="list-style-type: none"> • Sode Tsurì • Ipon – Koushi • Osoto – Toshi
4. Mano izquierda y pie derecho adelantado	<ul style="list-style-type: none"> • Sode a una mano • Osoto Gari Profundo y cruzado por la derecha. • Osoto Gari Por la izquierda.

Comportamiento del nivel de asimilación y ejecución de respuestas lógicas de ataque al entrar en contacto. (Uke pie izquierdo-brazo izquierdo) primer test.

En este apartado se evidenció que, todos los atletas alcanzan un por ciento bajo sobre el nivel de conocimiento respecto a las formas lógicas de ataque sobre tal posición, lo cual permite deducir, que no existió trabajo al respecto y los valores alcanzados, por la selección de un solo ejercicio correcto excepto 3 atletas que realizaron dos ejercicios correctos, lo que puede estar dado a que durante las prácticas y competencias, teniendo como premisa el contacto directo, en los atletas se formaron determinados estereotipos, estos los pudieron extrapolar de ejercicios a otros, por vías aproximativas, apoyadas desde luego en la orientación siempre presente del entrenador de aplicar el factor sorpresa, es decir, atacar primero, con el objetivo de sorprender a su

contrario, donde si tuviera que realizarlo en la competencia y no logra de primer intención el objetivo, su efectividad y resultados competitivos se verían comprometidos.

Comportamiento del nivel de asimilación y ejecución de respuestas lógicas de ataque al entrar en contacto. (Uke pie izquierdo- brazo derecho). Primer test

En este aspecto se evidencia un por ciento muy bajo por parte de los atletas, esta serie de ataques lógicos cuenta con un total de 5 acciones lógicas, 6 atletas ejecutaron dos acciones correctas, 3 atletas realizaron 1 acción correcta y uno con todas las acciones incorrectas. Para un 32 por ciento de manera general. Esto puede estar dado en que la mayoría de este equipo son de primer año en la categoría, excepto 2 atletas que son de segundo año, los cuales vienen de sus municipios con muy bajo nivel y para los entrenadores la única preocupación es la victoria, no le dan la debida preparación y es por eso que en la competencia cuando se presenta un contrario con postura diferente y tiene que buscar los kumis no saben.

Comportamiento del nivel de asimilación y ejecución de respuestas lógicas de ataque al entrar en contacto. (Uke pie derecho- brazo izquierdo). Primer test

Teniendo en cuenta los por cientos tan bajos existentes en esta aspecto podemos decir que, de un total de 4 acciones lógicas, 2 atletas no realizaron ninguna acción correcta, 6 atletas con 1 acción correcta y 2 atletas que llegaron a realizar dos acciones correctas. Una vez más se evidencian los problemas que tienen estos judokas, al entrar en contacto, es decir, a la hora de buscar los kumis, no mantienen una postura adecuada para darle cumplimiento a las técnicas, como es lógico el ángulo de ataque es pésimo y es por eso que no puede haber efectividad, entonces a partir de esta primera medición es importante el interés que le preste el entrenador a la práctica de esta secuencia de ataques lógicos al entrar en contacto con Uke para darle una mayor preparación a sus atletas.

Comportamiento del nivel de asimilación y ejecución de respuestas lógicas de ataque al entrar en contacto. (Uke pie derecho- brazo derecho). Primer test.

En esta acción, todos los atletas alcanzan un por ciento bajo sobre el nivel de conocimiento respecto a las formas lógicas de ataque sobre tal posición, lo que permite deducir, que no existió trabajo al respecto y los valores alcanzados, fueron de tres atletas que realizaron una acción correcta y el resto

del equipo con dos acciones correctas, se detectó poco dominio en los diferentes ataques teniendo en cuenta a la hora de entrar en contacto con Uke, esto es debido a que gran parte del tiempo en los entrenamientos se han dedicado a trabajar por el mismo lado y con una misma postura, es por eso que cuando el contrario asume una postura diferente y tiene que trabajar sobre la base de entrar en contacto con su oponente no son efectivos, se sienten incómodos y descoordinados, por lo que es necesaria la práctica sistemática de estas posiciones para lograr una mayor efectividad en las competencias y un elevado nivel competitivo en nuestros atletas.

Comportamiento del nivel de asimilación y ejecución de respuestas lógicas de ataque al entrar en contacto. (Uke pie izquierdo- brazo izquierdo). Segundo test.

En este aspecto, todos los atletas alcanzan el 100 % en la puntuación, lo que corrobora que la aplicación de los ejercicios tácticos tuvo efectos positivos en los atletas, esto evidencia que el aprendizaje no debe ser pasivo ni carecer de orientación para los estudiantes ya que se conoce que el aprendizaje activo, cuyo nivel superior de desarrollo conduce al aprendizaje autorregulado, supone, desde el punto de vista motivacional-volitivo, que en el aprendiz exista una verdadera disposición a aprender de forma activa y estratégica, es decir, la disposición para enfrentar y mantener la concentración y los esfuerzos a lo largo de las tareas para lograr la consecución de sus objetivos de aprendizaje, así como el interés por profundizar en los contenidos utilizando un estilo “estratégico”, es decir, consciente, orientado a metas y al análisis flexible de cómo lograrlas.

Comportamiento del nivel de asimilación y ejecución de respuestas lógicas de ataque al entrar en contacto. (Uke pie izquierdo- brazo derecho). Segundo test.

En este apartado, se evidenció que solo tres de los atletas cometieron una acción incorrecta, obteniendo de esta forma un 94 %.

Si partimos del hecho de la complejidad de este tipo de acción, y que por primera vez los atletas se enfrentan a dicha situación, teniendo su fundamento en que aunque son acciones que se presentan en la competencia, históricamente no se le da tratamiento durante los entrenamientos por parte de los entrenadores, pues todas las acciones excepto en el randori o chiaï, comienzan desde el contacto directo, cuestión que limita el arsenal técnico-

táctico de los atletas. No obstante y a pesar de la complejidad, estos demostraron dominar en su gran mayoría, 4 de los 5 elementos que conforman dicho grupo, con estos si en los combates, el contrario se ubicara en esta posición, ya la respuesta sería diferente, pues sabría con qué responder con un elevado nivel de efectividad.

Comportamiento del nivel de asimilación y ejecución de respuestas lógicas de ataque al entrar en contacto. (Uke pie derecho- brazo izquierdo). Segundo test.

En este ejercicio se aprecia el incremento que tuvieron los atletas en la ejecución de esta secuencia de ataques lógicos, ya que solamente dos se equivocaron en una acción, trabajando para un 95 %, teniendo en cuenta que los dos atletas que se equivocaron son de primer año de la categoría y vienen con un nivel técnico evaluado de R , es decir, que hasta el momento su evolución en los ejercicios tácticos ofensivos mediante un pensamiento de ataques lógicos ha sido bastante buena, pues aun así dominan 3 de los cuatro elementos integrantes del grupo y solamente con uno que ejecuten en la competencia con la calidad y rapidez requerida , le dará el triunfo en el combate, recordando siempre que en el judo prevalece la calidad de las acciones y que esto como dijimos con anterioridad pudiera determinar en el triunfo o la derrota de los atletas.

Comportamiento del nivel de asimilación y ejecución de respuestas lógicas de ataque al entrar en contacto. (Uke pie derecho- brazo derecho). Segundo test.

En esta serie de respuestas lógicas de ataque al entrar en contacto se detectaron problemas con 4 practicantes, todo esto debido a que no hubo una buena ubicación de los judocas con respecto al ángulo de ataque brindado por su compañero, sumado a lenta reacción de los mismos a la hora de entrar en contacto con Uke, y teniendo en cuenta que normalmente los contrarios utilizan muy poco este tipo de entrada, pero en su mayoría el grupo en esta segunda medición ha estado bastante bien, no obstante dominan el 80% de las acciones para las respuestas y si partimos del hecho que para ser efectivo ante este tipo de postura, con una sola que aplique correctamente puede lograr el éxito.

Resultados generales de las pruebas de selectividad y aplicación técnico-táctica.

Mediciones	Acciones correctas	Acciones incorrectas	Total	%
1ra medición al entrar en contacto	54	126	180	33
2da medición al entrar en contacto	171	9	180	95

En la siguiente tabla se observan los resultados generales comparativos entre la primer y segunda medición en los ejercicios antes de entrar en contacto y podemos apreciar de forma clara como, luego de aplicar el conjunto de ejercicios tácticos los alumnos aumentaron su nivel de conocimiento que desde el punto de vista estadístico se consideran significativos, quedando claro que los entrenadores no le prestaron el interés necesario a estos ejercicios, ya sea porque no analizaron la demanda técnico-táctica de la competencia, y por tanto lo desconocían, o que la presencia del campeonismo limitó el tiempo estipulado para tal empeño y mató la calidad del proceso, rebelando malos resultados en la primera medición, no siendo así en la segunda.

Conclusiones:

- 1- La inclusión de los ejercicios tácticos durante el proceso de preparación contribuye a elevar el nivel de asimilación técnico-táctico de los judokas, dentro del tashi waza.
- 2- El nivel de la selectividad técnico-táctica de los atletas mejoró considerablemente, estando en condiciones de aplicar más de 3 opciones por cada actitud asumida por el contrario ante la forma fundamental al entrar en contacto.

Citas y notas:

1. S. China y col. (1984). Subsistema del Deporte de Alto Rendimiento. Instituto Nacional de Deporte, Educación Física y Recreación, Ciudad de La Habana, Editorial Pueblo y Educación.
2. L. Cortegaza y otros. (2005). Capacidad Física de la Fuerza. Ciudad de La Habana, Editorial Pueblo y Educación.

3. J. S. Jiménez. (1991). Programa de Preparación del Deportista. Instituto Nacional de Deporte, Educación Física y Recreación. Ciudad de La Habana, Editorial Pueblo y Educación.
4. R. Leyva y J. Mesa. (2007). Programa de Preparación del Deportista. Comisión Nacional de Judo. Ciudad de La Habana, Editorial Pueblo y Educación.
5. J. D. Ramírez. (2010). Proyecto: Estrategia Pedagógica para la preparación Técnico Táctica en el Tashi Waza, de los judokas escolares y juveniles en ambos sexos de la provincia Granma.
6. A. Ranzola. (1995). Introducción a la metodología del entrenamiento deportivo. Comité Olímpico de Venezuela. Maracaibo.
7. N. Talízina. (1984). Psicología de la Enseñanza. Moscú, Editorial Progreso.