

UNIVERSIDAD DE CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA Y EL DEPORTE
"MANUEL FAJARDO RIVERO"
FACULTAD SANTIAGO DE CUBA

Ejercicios para la enseñanza de la guardia y el fondo en esgrimistas iniciantes de la provincia Santiago de Cuba.

TESIS EN OPCIÓN AL TÍTULO DE MASTER EN DEPORTES DE COMBATE

Autor: Lic. Orlando Jesús Feris Rodríguez

Tutor: Dr.C Antonio Morales Águila

2012

DEDICATORIA

A mi esposa e hijos, que han sido mi inspiración en todos los propósitos de mi vida.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a todas aquellas personas, conocida o no, que han puesto sus esfuerzos al servicio del deporte y que han tratado de que esta actividad cada día represente la dignidad de todo aquel que la ama. A los que nos han enseñado que el perfeccionamiento y la excelencia son las premisas mas importantes para un pedagogo del deporte.

INDICE

Comentario [M1]: Mejorar la cultura de este índice para que quede mejor

INTRODUCCION	2	
CAPITULO # 1. LA ESGRIMA: HISTORIA Y PEDAGOGÍA	13	
1. 1.	La Actividad Física como Categoría Filosófica.	15
1. 2	Aspectos Relacionados con La Esgrima .	19
1. 2. 2.	Aspectos relacionados con los desplazamientos:	23
1. 3	Proceso de Enseñanza Aprendizaje.	25
1. 3. 1.	Tipos de Aprendizaje específicos de la educación física .	27
1. 3. 2.	Proceso de enseñanza aprendizaje en la esgrima.	32
1. 3. 2. 1.	Enseñanza de los desplazamientos.	35
CAPITULO # 2. UNA NUEVA FORMA DE INICIAR AL ESGRIMISTA	40	
2. 1	Muestra y metodología	41
2.1. 2. 2.	Mediciones realizadas	44
2. 2	Principales resultados	45
2. 3.	Selección de los ejercicios a aplicar para la enseñanza de posiciones básicas y desplazamientos en la iniciación de esgrimistas	54
2. 4	Propuesta de ejercicios a aplicar en la enseñanza de iniciantes	56
CONCLUSIONES	63	
RECOMENDACIONES	64	
BIBLIOGRAFÍAS	66	

RESUMEN

El trabajo aborda la necesidad de transformación de los elementos que intervienen en el proceso de enseñanza – aprendizaje de forma general, y específicamente en la esgrima, trabajo de gran importancia, actualidad e inmediata aplicación, debido a la carencia de literatura que contemple la metodología de la enseñanza de los diferentes elementos técnicos en este deporte, partiendo del problema de, ¿Cómo contribuir a mejorar el proceso de enseñanza de los elementos básicos en el deporte de esgrima de la provincia Santiago de Cuba de modo que favorezca el aprendizaje del arsenal técnico disponible en este deporte?, se propuso el objetivo de: Proponer una serie de ejercicios utilizados en el desarrollo de la preparación especial en atletas esgrimistas, para lograr la enseñanza de la guardia y el fondo en alumnos iniciantes. Los métodos que se utilizaron en la investigación fueron, del nivel teórico, el inductivo deductivo y del nivel empírico, la medición y la observación, este trabajo aporta la posibilidad de acelerar el proceso de enseñanza de las posiciones y movimientos básicos en la iniciación del esgrimista con mayor calidad de los mismos, los principales resultados que ofrece, son, la disminución del tiempo de aprendizaje de determinados elementos básicos en la iniciación del esgrimista, mayor nitidez en la fijación de cada una de las técnicas, lo que proporciona la no interferencia de esos movimientos entre si.

INTRODUCCIÓN:

Los estudios de las ciencias pedagógicas, encaminados al perfeccionamiento de todo lo concerniente a las relaciones del educando y educador, han transcurrido en la evolución del hombre y se ha ido perfeccionando mostrando resultados relevantes en diferentes direcciones de los procesos que la componen. El proceso de enseñanza-aprendizaje, por su gran importancia, ha sido uno de los temas mas abordados por los diferentes investigadores, dando solución a muchas de las problemáticas que genera el mismo proceso.

La pedagogía, en el proceso de formación del deportista ha jugado un papel significativo, los estudios realizados por prestigiosos autores han dotado al deporte de herramientas para realizar el proceso de instrucción, acorde con preceptos y principios establecidos por las ciencias pedagógicas, siempre en la búsqueda de mejores métodos y procedimientos que ofrezcan mayor productividad en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

El surgimiento del hombre como especie, en desventajas naturales con las ya existentes, hizo que, en el afán por la subsistencia se viera obligado a desarrollar actividades físicas que lo pusieran a la par o en superioridad con los otros habitantes de un mundo tan hostil. La ejercitación fue desarrollando su intelecto que puso en función de su propia subsistencia.

Los enfrentamientos con predadores, tribus hostiles y la naturaleza, hicieron que el hombre fuera cada vez más combativo y que su inteligencia se desarrollara a pasos vertiginosos. La necesidad de preparación para las diferentes contiendas, hizo que estas actividades se transformaran, llegando a hacerse de forma competitiva, bien como esparcimiento o para comprobar la capacidades de destrezas de los componentes de una comunidad, que en ocasiones podía darle a determinado sujeto el mando de la entidad.

Los deportes de combate, tienen un historial competitivo, que data de épocas muy remotas, donde las primeras manifestaciones en eventos, fueron aquellas actividades que constituían un medio de subsistencia, o la forma de demostrar la supremacía comunitaria, La esgrima es uno de esos deportes que por su importancia cultural siempre estuvo presente en el desarrollo social del hombre. Desde el surgimiento de la especie humana la esgrima contribuyó con sus aportes, a su propio desarrollo.

En Cuba se ha potenciado que el deporte participativo y de alto rendimiento juegue un rol protagónico, no solo como actividad social que contribuye al esparcimiento, sino como medio de fortalecimiento de la salud y como factor terapéutico, por lo que se ha llevado a todos los rincones de nuestro país en diferentes manifestaciones. Se han perfeccionado los programas relacionados con la práctica deportiva, estando los deportes de combate en primera fila en la conquista de lauros a diferentes niveles.

La Esgrima es uno de los deportes iniciadores del Olimpismo Moderno y goza de gran popularidad y difusión a nivel internacional dejando de ser solo un pasatiempo para aquellas personas de elevado estrato social. La popularidad de la esgrima está dada no solo por la fantasía que despierta en personas de cualquier edad.

Los resultados alcanzados en la arena internacional han situado a este deporte como uno de los que mayores triunfos han dado a nuestro país en diferentes eventos internacionales. Desde las primeras olimpiadas modernas el deporte de las armas blancas ha conquistado honores indiscutibles.

El triunfo de la revolución dio a la Esgrima Cubana el impulso decisivo para que fuera reconocida por los países más desarrollados del planeta como la revelación esgrimística del 3er mundo, esto fue posible gracias a los esfuerzos de los técnicos y entrenadores, que desde el primer instante dieron todo de si para lograr tan difícil y anhelado objetivo, conduciendo a este deporte a obtener la supremacía en el

área y en el continente americano desde hace varias décadas y que nos situáramos en poco tiempo entre los países más destacados en los campeonatos del mundo.

La práctica de la esgrima es realizada por mujeres y hombres en sus tres modalidades, sable, florete y espada y está contemplada en todos los niveles del sistema competitivo mundial.

Los practicantes de este arte, deben tener desarrolladas ciertas capacidades y cualidades, tales como, fuerza, resistencia, rapidez, voluntad, autocontrol, que le puedan brindar la destreza requerida para llevar a cabo sus combates y poder imponerse a sus contrarios, esto claro está, se adquiere mediante la aplicación de un sistema de entrenamiento adecuado a sus condiciones naturales.

Un esgrimista debe poseer limpieza en sus movimientos y elegancia en la ejecución de las acciones, por lo que es de gran importancia el período de iniciación, donde el profesor ó entrenador debe poseer los recursos metodológicos para hacer llegar cada elemento técnico a sus discípulos de forma tal que el proceso de enseñanza aprendizaje se efectúe de forma rápida, eficiente y con motivación para alcanzar resultados positivos, esto requiere además una preparación consciente para la actividad que está desarrollando.

El mantenimiento de un grupo de alumnos en la práctica de la esgrima, tras el período de iniciación, sólo se puede lograr con la motivación que produce en ellos, el sentir que se están acercando a lo que debe ser un esgrimista, pues es una etapa donde está ausente en gran medida el trabajo con el arma, que es una de las grandes motivaciones para el iniciante.

La búsqueda bibliográfica realizada demostró la carencia de materiales metodológicos de carácter técnico que permitan al profesor de esgrima llevar a cabo el proceso de instrucción con mayor eficiencia, fundamentalmente en el período de iniciación, el material encontrado, muestra la forma de ejecución de las diferentes

técnicas y hasta los posibles errores que se pueden cometer en su realización, pero no ofrecen información acerca de los procedimientos y métodos que pueden utilizarse para llevar a cabo su enseñanza.

Los profesores de este deporte se enfrentan a un problema que influye directamente en el accionar pedagógico, que se agudiza en aquellos que trabajan en el proceso de iniciación de niños en la actividad: La carencia de manuales metodológicos, que les permitan llevar a cabo con eficiencia el proceso de enseñanza a los alumnos de estas edades. Esto ocasiona que en muchos casos la preparación no esté acorde con las exigencias que el deporte impondrá en un futuro no lejano al practicante.

Este trabajo es de gran importancia para la enseñanza de la esgrima en las edades tempranas, pues nos adentramos en un tema, que nos permitirá acelerar con mayor índice de perfección el proceso de enseñanza de aquellas acciones y posiciones que sustentan el futuro desarrollo técnico y táctico de un esgrimista. El mismo es de aplicación inmediata, debido a que el deporte de la esgrima carece de una bibliografía que propicie al maestro de armas las herramientas metodológicas para llevar a cabo el proceso de enseñanza de forma rápida y eficaz.

Es además un trabajo de gran actualidad, debido a la carencia de investigaciones anteriores realizadas a tal efecto. En la literatura consultada no existe referencia de resultados al respecto, algo que nos pone en alerta, pero debe tenerse en cuenta que los aciertos y desaciertos que se obtengan de estos estudios, darán un punto de partida, no solo para la esgrima, sino para otros tantos deportes que están pasando por la misma situación.

El entrenador de alto rendimiento, al recibir determinado grupo de alumnos, para su adiestramiento, percibe que, la base técnica creada en algunos de ellos, fundamentalmente aquellas más elementales que dan origen al posterior desarrollo de un esgrimista, carece de la fortaleza requerida para la incorporación de otros

elementos más complejos y necesarios para llevar a cabo su actividad competitiva. El proceso de corrección de errores en determinadas técnicas y posiciones, provoca un estancamiento en el desarrollo del deportista, pues no se avanza en su preparación.

Hay maneras de enseñar el deporte, descubiertas por los que llevan varios años realizando este proceso que son dignas de una esmerada atención; hacemos alusión a las formas de enseñar que ofrecen mayores posibilidades de obtención de resultados de forma integral en los alumnos y que prolongan la permanencia del atleta en el deporte activo.

Propiciar la motivación y despertar sentimientos de afecto hacia la actividad que realizan los alumnos iniciantes, hace que las formas que se empleen en la enseñanza, den cumplimiento al objetivo fundamental que persigue toda acción de enseñar. Lo menos importante ahora es qué nombre le damos a estas formas, o cuán novedosas son, lo más importante es que por los resultados que se han alcanzado con su utilización, deben tenerse en cuenta en la creación de determinadas metodologías para la enseñanza de la esgrima.

Los esgrimistas alcanzan su plenitud de facultades competitivas pasados los 20 años; muchos atletas con excelentes condiciones físicas, intelectuales, volitivas, etc. no alcanzan sus aspiraciones de obtener resultados relevantes y en innumerables ocasiones surge la interrogante ¿qué pudo haber fallado en la cadena de preparación durante su formación como atleta?

Esta interrogante nos ofrece una interminable lista de posibles causas que justifican el hecho de la no obtención de aquellos resultados a los que siempre se aspira, dentro de estas posibles causas está, una deficiente iniciación, debemos tener en cuenta que no todos los sujetos son capaces de asimilar cambios radicales en su formación, en determinadas disciplinas del deporte, como lo exigiría enmendar una

iniciación con deficiencias en una etapa avanzada del desarrollo de un atleta, donde muchos elementos aprendidos se encuentran fuertemente arraigados.

Entre ellos podemos citar una postura inadecuada, que trae como consecuencia la no alineación de determinados movimientos en la ejecución de acciones muy importantes en la actividad competitiva, limitando la efectividad de las mismas. También hay otros hábitos erróneos adquiridos en la etapa de iniciación y consolidados en las subsiguientes, que imposibilitan la incorporación de determinados elementos técnicos.

Las acciones complejas y compuestas, de gran importancia para poder conducirse ante los deportistas más avezados en un determinado nivel del sistema competitivo, y la utilización eficaz del tiempo en las acciones, factor de importancia determinante en el combate, dependen mucho de la firmeza con que se conduzca el competidor. La carencia de esta capacidad pone al competidor a merced del contrario.

Una postura correcta creada en un esgrimista durante su iniciación, le posibilita la correcta asimilación de los desplazamientos, aspecto de indiscutible importancia para poder desarrollar las acciones de su arsenal técnico táctico. Una correcta puesta en guardia, obtenida tras la corrección de una adquirida de forma inadecuada, además de retrasar el desarrollo del sujeto, tiene la posibilidad de que las huellas dejadas, por la adquisición y fortalecimiento de un hábito incorrecto, provoquen que en marcadas situaciones, fundamentalmente en competencias, resurjan y entorpezcan el desarrollo de la actividad.

Basado en estas dificultades que se presentan en el proceso de formación del esgrimista, se ha tratado de encontrar la forma de conducir la iniciación del atleta, utilizando una serie de ejercicios que permitan que este proceso se desarrolle con mayor eficiencia y en un menor tiempo.

Prestigiosos autores, maestros de este deporte, han abordado el tema de la enseñanza, pero sus publicaciones no constituyen manuales pedagógicos del deporte, pues son meramente descriptivos de las diferentes técnicas y sus variantes, se ha obviado la esencia del deportista, que es la correcta iniciación en la actividad, de ella depende en gran medida el futuro desenvolvimiento del sujeto, siendo determinante para la prolongación de la vida deportiva del esgrimista.

SITUACIÓN PROBLÉMICA.

La insuficiencia que presentan los entrenadores de esgrima en la enseñanza de los elementos básicos del deporte durante la fase de iniciación, dificulta en gran medida la adecuada preparación en todas las direcciones del proceso de formación del deportista, trayendo como consecuencia fundamental el estancamiento en el desarrollo técnico y táctico en la fase de aprendizaje de técnicas más complejas y necesarias en el combate.

PROBLEMA CIENTÍFICO.

¿Cómo contribuir a mejorar el proceso de enseñanza de los elementos básicos en el deporte de esgrima de la provincia Santiago de Cuba de modo que favorezca el aprendizaje del arsenal técnico disponible en este deporte?

OBJETO DE ESTUDIO.

El proceso de enseñanza – aprendizaje en la esgrima.

OBJETIVO.

Proponer una serie de ejercicios utilizados en el desarrollo de la preparación especial en atletas esgrimistas, para lograr la enseñanza de la guardia y el fondo en alumnos iniciantes.

CAMPO DE ACCIÓN

Proceso de enseñanza de los elementos básicos en esgrimistas iniciantes.

HIPÓTESIS

Si para la enseñanza de la guardia y el fondo en principiantes en la esgrima, se aplican algunos ejercicios que se utilizan en el desarrollo de la preparación especial del esgrimista, se logrará que el aprendizaje del alumno deportista sea cualitativamente superior y se logre que en menor tiempo esté preparado para incorporar a su repertorio acciones y posiciones de mayor complejidad.

TAREAS CIENTÍFICAS.

1. Elaboración del marco teórico del objeto de estudio en cuestión.
2. Aplicación de un diagnóstico para valorar la situación actual del proceso de enseñanza de las acciones y posiciones que sirven de base al desarrollo técnico en la esgrima.
3. Identificar los ejercicios a incorporar a la propuesta, sus aspectos positivos y negativos.
4. **Aplicación** de los ejercicios incorporados a la propuesta.

MÉTODOS.

Nivel Teórico

Inductivo-deductivo:

Por esta vía se podrán comparar cualitativamente los resultados obtenidos de los objetivos evaluados, de acuerdo con los criterios técnicos ofrecidos por diversos autores para la ejecución de los diferentes elementos por separado.

Análisis-síntesis: Se realizará el análisis de los datos adquiridos para llegar a conclusiones que se plasmarán en el informe.

Revisión documental: Se realizará la búsqueda de información acerca del tema, sobre conceptos pedagógicos y sobre los métodos utilizados.

Nivel Empírico:

Observación:

Se observarán las dificultades presentadas por los esgrimistas principiantes en la adopción de las posiciones de guardia y fondo, los movimientos a realizar para llegar a las mismas, así como aquellas acciones que se derivan de ellas, y las posibles dificultades que ocasiona una postura inadecuada para la realización de los distintos movimientos de desplazamiento.

Se observarán las formas de enseñanza utilizadas por los profesores de las áreas especiales en los elementos básicos durante el período de iniciación, su comunicación con los alumnos, la asequibilidad en las explicaciones y demostraciones, así como el interés que despiertan en los estudiantes ante las tareas que se les imponen, además, si la corrección de los posibles errores está acorde con el nivel adquirido por los alumnos.

Medición:

Se harán evaluaciones técnicas de la postura de puesta en guardia y del fondo, la influencia de las dificultades de la posición de guardia en la realización del fondo y otros movimientos de desplazamiento, se medirán las posibles imperfecciones del fondo y la influencia de dichas posturas en la posterior realización de otros movimientos después de su regreso a la guardia.

Este trabajo consta de dos capítulos, en el primero, se muestra la revisión de la bibliografía seleccionada para respaldar los estudios realizados acerca de algunos aspectos de la pedagogía como es el proceso de enseñanza-aprendizaje, en el mismo se hace un análisis sobre la evolución de la esgrima y los procesos de enseñanza en las edades de iniciación en este deporte.

El segundo capítulo abarca todo lo concerniente a la investigación, los resultados obtenidos de las diferentes mediciones realizadas a las distintas muestras, lo que nos hace arribar a sostenidas conclusiones acerca de las deficiencias detectadas en las formas y procedimientos utilizados en la enseñanza de la esgrima en el período de iniciación del deportista. Las recomendaciones dan la posibilidad de orientar posteriores investigaciones en esta dirección.

La selección de las muestras no pertenecientes a la EIDE se hizo de forma encubierta, los profesores y los alumnos desconocían en todo momento que estaban siendo sometidos a investigación, con el objetivo de no provocar condiciones inhibitoras en el proceso y que sobre todo los profesores trabajaran relajados utilizando los medios que a diario recurren en su labor.

Aporte práctico:

Se presentan determinados ejercicios para la enseñanza de elementos básicos de la esgrima en el período de iniciación, los mencionados ejercicios se utilizan en la preparación especial en atletas esgrimistas, que ya han pasado por la etapa de formación de las capacidades motrices básicas para el deporte.

Novedad científica:

1. Se ofrecen nuevas formas para la enseñanza de las posiciones y movimientos que

 sirven de base suprema para el aprendizaje de todo el arsenal técnico y el desarrollo

 táctico de un esgrimista.

2. Brinda la posibilidad de que el aprendizaje de los elementos básicos de la Esgrima

 se logre en un período mas corto, con mayor fijación y nitidez en cada aspecto lo que

 permite que el proceso se desarrolle con mayor motivación en ambas vertientes.

CAPITULO I. LA ESGRIMA: HISTORIA Y PEDAGOGÍA.

El hombre, desde el surgimiento de la especie desarrolló sus instintos de combate, las condiciones que la vida le impuso, lo prepararon para estar siempre dispuesto al enfrentamiento de los diferentes factores existentes, desarrollando diferentes capacidades que fueron enriqueciendo su cultura. Estas capacidades adquiridas, permitieron a aquellas criaturas defenderse de los predadores, la búsqueda de provisiones para la subsistencia, las luchas por la conquista de nuevos espacios, o por salvaguardar los ya conquistados.

De esta forma se inicia la preparación del hombre para desarrollar habilidades para atacar y defenderse en diferentes situaciones, con y sin instrumentos, utilizando elementos técnicos muy rudimentarios en la lucha cuerpo a cuerpo, los cuales perfeccionaría con el decursar del tiempo, desarrollando diferentes formas de defensa cada vez más sofisticadas.

Muchas actividades que hoy son deportes tales como: La esgrima, el tiro con arco, y el canotaje, surgieron con el desarrollo de la humanidad, como necesidad para la mantención de la especie humana, el hombre primitivo vio en la esgrima una de las formas de sostenimiento, pues valiéndose de esta podían conseguir alimentos y defenderse de las criaturas con las que convivían, utilizando, palos, piedras, restos de animales, etc. De forma similar, el canotaje le sirvió para trasladarse por los mares y ríos, y la arquería, como una forma de subsistencia más avanzada y segura.

La lucha cuerpo a cuerpo dio origen a las diferentes formas de enfrentamiento, que sumadas a otras actividades físicas que el hombre ha hecho a lo largo de la historia, posibilitaron que determinados sujetos sobresalieran por su capacidad para el combate, en diferentes contiendas organizadas por los que representaban las

diferentes comunidades, y esa cualidad en ocasiones servía para designar al hombre más capaz para representar a su pueblo. El perfeccionamiento de estas actividades las fue convirtiendo en eventos, cada vez más fraternales, hasta llegar a convertirse en lo que son hoy los deportes.

Los deportes de combate pueden analizarse desde la antigüedad, en la época esclavista, las diferentes modalidades empleadas en diferentes comunidades, no difieren entre si, sirviendo de preparación para los soldados en la guerra, para la diversión de la aristocracia y el mantenimiento del dominio de la clase imperante, estas manifestaciones de combate cuerpo a cuerpo, o con la utilización de armas blancas fueron perfeccionándose, hasta llegar a lo que son hoy en día las diferentes manifestaciones competitivas

Las actividades deportivas son muy diversas, dentro de ellas se encuentran los deportes de combate, cuya historia data desde el surgimiento de la especie humana, desarrollados por las mismas luchas por la subsistencia, en un medio marcado por la hostilidad de la naturaleza, los animales salvajes y sus semejantes. Los deportes de combate fueron el aspecto primordial a tener en cuenta en la realización de eventos organizados.

Grecia fue la nación que dio mayor importancia a las actividades deportivas, donde siempre incluyeron los deportes de combate, llevando al más alto exponente la organización de diversas competiciones en las diferentes ciudades, la calidad de sus eventos fue ganando prestigio, hasta lograr la creación de Los Juegos Olímpicos de la antigüedad.

Más tarde la restauración del olimpismo en la época moderna, marcó una pauta en el desarrollo del deporte de alto rendimiento, y los deportes de combate, estuvieron presentes desde la primera edición, siendo la esgrima uno de los considerados de

entre todos aquellos que formaban parte de la historia de la humanidad y que han contribuido al desarrollo de la especie desde sus orígenes.

Es importante destacar como punto de partida que el sujeto en la práctica del deporte, conscientiza vincular cada una de sus actitudes a la formación de aptitudes necesarias para la obtención de resultados cada vez más ambiciosos, venciendo todas las presiones y tensiones externas e internas que provoca el proceso de preparación para la actividad y las que causan el desarrollo de la misma en el marco de las competiciones.

Núñez, P. C. considera que. “Cada día la actividad deportiva y en particular el deporte de alto rendimiento, exigen con mayor rigor la participación consciente, activa y creadora del deportista durante todo el proceso pedagógico del entrenamiento.”¹

Coincidimos totalmente con este criterio y podemos agregar que esa actividad creadora, durante tan importante proceso, se logra en gran medida, gracias a la calidad del proceso de enseñanza de los atletas en la etapa de iniciación, donde se crean las bases para la obtención del arsenal que posibilitará más adelante alcanzar la maestría en el deporte.

1.1. La Actividad Física como Categoría Filosófica.

La actividad es uno de los eslabones del desarrollo de la sociedad, siendo el sujeto, el factor fundamental en la ejecución y evolución de la misma, su perfeccionamiento y adecuación a los fines determinados por él; de ahí la necesidad de buscar todos

¹ Núñez Peña C. R. Plan psicopedagógico para potenciar la Preparación de los taikwondistas. Tesis en opción al título de Doctor en Ciencias de la Cultura Física y Deportes. Ciudad **de la habana**. Instituto Superior de Cultura Física y Deportes. Facultad de Holguín. 2001. Pág. 26

los elementos que nos permitan adaptar o transformar determinada manifestación de la actividad en busca de la perfección en su ejecución. En el caso de la actividad competitiva, esta no solo debe conllevar a la obtención de resultados relevantes, la excelencia en la ejecución de las acciones debe ser uno de los fines en el desarrollo de la actividad deportiva.

Investigadores de diferentes latitudes han estudiado y vertido criterios muy importantes acerca de la actividad y la importancia que ha tenido en el desarrollo socio cultural de la especie humana. A continuación algunos criterios que han sido de mucho valor para el desarrollo de esta investigación.

La actividad componente de un sistema de relaciones del hombre en la sociedad, transforma las manifestaciones de estas relaciones en un determinado contexto, pues su naturaleza social es el origen de la actividad del hombre y es donde el individuo al atender a sus necesidades se relaciona con la realidad. Leontiev, A. N. (1979),

González O. considera que. La actividad humana, en cualquiera de sus manifestaciones, transcurre en un medio social, en activa interacción con otras personas, a través de variadas formas de colaboración y comunicación y por tanto, siempre, de una forma u otra, tiene un carácter social.

Según Nuñez, C: R. "La actividad deportiva puede ser concebida, como la actitud generalizada del sujeto, practicante de un deporte; mediada por objetos que lo distinguen, que orientan su conducta de manera consciente hacia la consecución de los objetivos, fines y metas trazadas, con vistas a satisfacer las necesidades

surgidas de la propia actividad deportiva y que sólo a través de ella pueden ser objetivizadas por el sujeto.”²

La actividad en cada manifestación debe ser adecuada de tal forma que permitan adaptarla o transformarla en busca de la perfección en su ejecución. La competitiva no solo debe conllevar a la obtención de relevantes resultados, la excelencia en el cumplimiento de las acciones debe ser uno de los fines en el desarrollo de la actividad deportiva y debe ser considerada como una de las necesidades del sujeto en el acto de realización de la acción.

P. A. Rudik (1988) reconoce las exigencias que el deporte le presenta”...a los procesos de información y su procesamiento, a la memoria y a la atención del deportista, a sus acciones volitivas y sus estados emocionales.”³

Atendiendo a este planteamiento, debe tenerse siempre en cuenta, que las acciones, sean básicas o específicas en la preparación del sujeto, deben poseer la mayor nitidez posible, donde las interferencias de movimientos o partes de movimientos ajenos no exija del deportista esfuerzos innecesarios en el procesamiento de soluciones en los diferentes momentos en que se enfrenta a situaciones, que puedan ser previstas o cambiantes dentro de la competición.

La práctica en todos los tipos de la actividad del hombre, incluida la actividad deportiva, exige no solo y no tanto el estudio del hombre, eso es obvio) como la influencia en el.⁴

² Núñez Peña C. R. Plan psicopedagógico para potenciar la Preparación de los taikwondistas. Tesis en opción al título de Doctor en Ciencias de la Cultura Física y Deportes. Ciudad de la Habana, Instituto Superior de Cultura Física y Deportes. Facultad de Holguín. 2001. Pág. 24.

³ . Rudik. P.A. (Psicología Libro de texto, 1988.(p 345)

⁴ . Gorbunov, G. D. Psicología del Deporte; vneshtorgizdat, Moscú 1988 (p 11)

Esta influencia debe ser la que pueda operar cambios en la psicología muy particular del individuo, pero también aquella que pueda influir en un posterior comportamiento exitoso en la actividad deportiva elegida, las actividades que el sujeto realiza en pos de la obtención de capacidades y destrezas para tales fines, debe estar amparada por la eficiencia de los medios que se utilicen a tal efecto.

Los filósofos que han cultivado la ética, la metafísica o la gnoseología, los psicólogos los psiquiatras y antropólogos, contemplan la corporalidad como un concepto universal que constata una realidad física que potencia no solo cualidades físicas sino también proyectivas e introyectivas y la motricidad humana como la expresión potencial que nos permite realizar cualquier tipo de acción, es de gran importancia determinar cuales acciones deben ser objeto de estudio entre las que somos capaces de realizar, pues todas no pueden ser de nuestra atención, en una determinada actividad no todas las acciones que el sujeto tenga capacidad de realizar, deben ser objeto de estudio, Aguilera, G. O.

La actividad competitiva así como las destinadas a desarrollar acciones conscientes, no solo poseen base física en el acto de ejecución, sino que, los aspectos volitivos y emocionales, más aquellos donde la memoria adquiere un papel fundamental, permiten la reproducción de cualquier movimiento aprendido y entrenado, de la misma forma en que se adquirió. Por tanto deben discriminarse aquellos movimientos que no aportan resultados sustanciales al desenvolvimiento del sujeto en la actividad competitiva.

Puede deducirse conclusivamente que, la importancia de que en el proceso de adquisición de los diferentes componentes de una acción, el deportista reciba la información que le permita un adecuado aprendizaje, fundamentalmente en la fase

de iniciación, pues esta es determinante para el desarrollo del sujeto en su vida posterior como deportista. Una base creada sobre hábitos mal concebidos, define la corta vida deportiva del sujeto.

1.2. Aspectos Relacionados con La Esgrima

En el desarrollo de las diferentes sociedades a lo largo de la evolución de la especie humana, las artes marciales fueron la identidad de muchas civilizaciones, la cultura del hombre en diferentes épocas estuvo marcada por los aportes a las artes que de su intelecto surgían y se ponían en práctica. Cada región desarrolló determinada arte marcial, devenida en su totalidad por las formas de lucha que desarrollaron en su misma evolución. La Esgrima, es la única común en todas las civilizaciones, sólo tuvo diferencias en la forma de utilización. Es el arte marcial más antiguo, su remoto origen no se ha determinado aún, pero si se tienen evidencias de que hace más de 5 000 años que se producen enfrentamientos con armas blancas, pues la espada más antigua encontrada en Asia data de esa edad. Campomares, G. J. 1993

1. 2. 1. El Surgimiento De La Esgrima Moderna

Las armas de fuego, surgidas en el siglo xv, fueron una de las principales causas de que la esgrima dejara de ser la primera manifestación de enfrentamiento bélico, para que en breve pasara a ser más recreativa. Ya en varios países de Europa existían asociaciones de esgrimistas, donde se reunían maestros de armas que evaluaban a los aspirantes a maestros, solo a finales de la edad media, comienza a erigirse la esgrima moderna, su conocimiento teórico y el establecimiento de un código común que podía ser interpretado por cualquier aspirante o practicante.

Los duelos, forma de realización de la esgrima por la nobleza, contribuyeron a la búsqueda de las formas de ejecución de la esgrima para tocar sin ser tocado, precepto que fue la principal preocupación de todo el que se enfrentaba en duelo, la forma de esgrimir a dos manos, con espada en una mano y en la otra una daga, o una pica, o un escudo, o un cuchillo, etc. tuvo que ser desestimada con el surgimiento de la <rapière>, espada de mayor longitud que sus antecesoras y que impedía el combate muy aproximado, a su vez esta espada se utilizaba fundamentalmente para estocadas, por esta razón se considera como el paso principal a la modernidad de la esgrima.

La invención del florete por los franceses, provocó que la técnica de la esgrima se modificara, se incorporaron nuevas formas de defensas y ataques y algo muy importante que sirvió de base para la realización de una esgrima menos bélica, fue la instauración de un vocabulario específico para los esgrimistas, que en la actualidad está vigente, estas modificaciones propiciaron, junto con la utilización de la pólvora en la industria bélica, que la esgrima se precipitara a la actividad deportiva. La única reminiscencia bélica de la esgrima eran los duelos que se prohibieron en el siglo XIX, dando lugar al surgimiento de la esgrima como disciplina deportiva, para lo que fue necesaria la creación de determinados medios de protección.

En la actualidad la esgrima sigue las reglas impuestas en sus orígenes, su aceptación es tal que muy pocos países no la practican y es uno de los deportes que ha estado presente en todas las ediciones de los juegos olímpicos.

“Campomares, G.J. “El testimonio gráfico más antiguo del que tenemos noticias, el «Flos Duellatorum in armis, sine armis, equester, pedestre», se debe al maestro italiano Fiore dei Liberi, el cual aunque data de 1410, no fue conocido hasta el pasado siglo, en 1902. Su interés para nosotros radica en que este libro representa un testimonio de la esgrima de la época en que fue escrito, y no un documento para

difundir conocimientos. Se trata de un estudio compilatorio de la esgrima de la Edad Media, que contiene numerosas ilustraciones, de las que deducimos que el combate se parecía más a una lucha para suprimir al adversario por cualquier método que a una ciencia del manejo de las armas”.⁵

Como podemos apreciar, la Esgrima, tuvo un período largo de gestación para llegar a lo que es en la actualidad. Devino deporte oficialmente a finales del siglo XIX y como se mencionó anteriormente fue incluida en los primeros juegos olímpicos de la era moderna.

La enseñanza de este deporte se realizó por muchos años por los patrones del adiestramiento de aquella esgrima de combate y con el devenir de los años, cuando su propia actividad comenzó a reglamentarse y a acercarse a lo que es propiamente una actividad saludable, comenzaron a adoptarse formas de adiestramiento que respondieran al sentido de su realización y, cada localidad adoptó una forma de ejecución de la técnica y como tal de su enseñanza, surgieron entonces las llamadas escuelas de esgrima, las más famosas fueron, la Escuela Francesa y la Escuela Italiana.

Cada escuela se caracterizaba por la forma de ejecución de diferentes técnicas y esta fue la primera manifestación competitiva en este deporte, demostrar cual escuela tenía más éxito en la realización de dichas técnicas durante los enfrentamientos, entonces los combates se realizaban de forma mucho más violenta que en su ejecución actual.

Los aciertos y desaciertos, en los diferentes enfrentamientos propició que cada escuela reajustara la forma de instrucción de la esgrima, buscando nuevas vías y

⁵ . Campomares, G.J. et. al. Esgrima Real Federación de Esgrima Española, Comité Olímpico Español, primera edición 1993. (p 61)

métodos que les permitieran mantener o buscar la supremacía, produciéndose encuentros entre las escuelas, los cuales fueron extendiéndose a lo largo del tiempo, hasta lo que son actualmente los campeonatos del mundo.

Cada escuela tenía un teórico, el cual debía ser un esgrimista y maestro muy experimentado, el cual exponía las ideas de las modificaciones en la ejecución de determinada técnica, o la inclusión de alguna técnica, ya fuera de nueva creación, o devenida de la combinación de varios elementos conocidos, los maestros de dicha escuela pondrían en práctica las propuestas y en dependencia del resultado sería su aprobación. Todo esto claro está, basado en la experiencia que se adquiría en el desarrollo de la esgrima deportiva, aunque muchas de las acciones estudiadas se basaban en las que aparecían en los manuales de esgrima militar existentes desde siglos atrás.

Dentro de estas maniobras fue modificada la forma de realización de los distintos elementos técnicos, en correspondencia con las posibilidades de ejecución en diferentes situaciones, así cada escuela tenía un manual, (aún existente), donde se describía como debían realizarse las diferentes técnicas.

La modificación en la ejecución de diferentes movimientos o acciones, otorgó el carácter perfeccionista a la ejecución de la técnica, la cual fue adoptando formas estéticas cada vez más atractivas para sus practicantes, aún así, la carencia de manuales metodológicos provocaba que la enseñanza de la esgrima se basara mas en las capacidades combativas que en las cualidades técnicas, existiendo maestros muy distinguidos, pero escasos, preocupados por el perfeccionamiento de la esgrima como tal, pero no por crear métodos didácticos que facilitaran su enseñanza.

Esta situación trajo como consecuencia, que en lugares donde los maestros de armas envejecieron, la calidad de los esgrimistas que le sucedieron fue por algún tiempo inferior a la de sus predecesores, como sucedió con la Escuela Húngara de Sable, que después de un largo período de tiempo disputando la supremacía con las otras grandes escuelas desde inicios del siglo xx, tuvo más de tres décadas a la saga de países de menor tradición en la especialidad.

La esgrima en Cuba, introducida por los colonialistas como medio de combate, utilizado en las contiendas bélicas de la guerra de independencia, no sufrió la rápida metamorfosis que en Europa y posteriormente fue reintroducida por los propios europeos y sus descendientes, esta vez deportiva, con los cambios que experimentó en el viejo continente, importándose también las formas novedosas de realización de los diferentes elementos técnicos.

1. 2. 2. Aspectos relacionados con los desplazamientos:

En la esgrima, los desplazamientos juegan un papel determinante en el combate, pues son los que sustentan todo el quehacer del esgrimista en la búsqueda del objetivo fundamental: la victoria; por tanto no sólo el combate requiere de una adecuada ejecución de los desplazamientos, el mismo proceso de preparación exige que el esgrimista esté correctamente acondicionado, los pilares del esgrimista son las piernas, si estas no responden a las exigencias de la actividad que está realizando, la actividad no se efectúa con el rendimiento requerido.

Los desplazamientos se utilizan para mantener la distancia frente al contrario, para alejarse o acercarse convenientemente, en dependencia de cada acontecimiento que se produzca en el combate.

Resulta muy importante el uso que se le da durante la preparación en cada una de las modalidades. Las diferentes modalidades del deporte de las armas blancas, tienen una forma muy peculiar de realización de los desplazamientos, los movimientos del sable son muy explosivos, con ataques extensos por realizarse el combate a una distancia algo mayor que las otras armas, los de la espada, son más calculadores y los del florete tienen una mezcla de los anteriores, pero en todos los casos la preparación debe responder a las demandas de los diferentes momentos en que el sujeto se entrega a la actividad.

Los movimientos a realizar son de gran dinamismo y al mismo tiempo deben ser muy calculados, la velocidad con que se realizan debe estar acorde con la desarrollada por el contrario para poder mantener la distancia conveniente, igualmente sucede con la amplitud de cada acción de las piernas, para el mantenimiento de la distancia adecuada en cada situación, sea de entrenamiento o de competencia, así como por ejemplo, para tener la posibilidad de entorpecer la acción del contrario cuando sea necesario.

Esto nos muestra la importancia del entrenamiento adecuado y estricto de las posturas y desplazamientos en los esgrimistas, en el momento en que dan sus primeros pasos en el deporte, una mala formación de esos elementos en el proceso de iniciación, puede marcar negativamente la vida deportiva del sujeto, provocar deficiencias en la adquisición de elementos de mayor complejidad necesarios en su desarrollo como atleta y la imposibilidad de su utilización acertada en situaciones comprometedoras de la competición.

El perfeccionamiento de la guardia de combate implica el estudio posterior de los desplazamientos combinados con movimientos y posiciones del brazo armado. Durante el proceso del combate cada esgrimista tiene como propósito esencial la lucha por la victoria a una distancia tal que le permita seleccionar el momento más adecuado para asestar un toque inesperado para el contrario, y que este no pueda desarrollar sus ideas tácticas y tenga que atacar rápidamente o retirarse. De una

correcta adopción de la posición de “en guardia”, depende en un por ciento elevado la ejecución exitosa de todos los elementos técnicos de la esgrima, sean de menor o mayor complejidad.

A continuación se listan los diferentes tipos de desplazamientos que se utilizan en la esgrima:

Paso adelante

Paso atrás

Medio paso adelante y atrás

Pasos cruzados adelante y atrás

Pasos a la derecha e izquierda.

Fondo

Fondo rápido

Fondo lento

Regreso del fondo a la posición de guardia

Regreso del fondo a la guardia adelantada.

Medio fondo

Paso adelante y fondo

Salto adelante

Salto adelante y fondo

Salto atrás

Flecha.

1. 3. Proceso de Enseñanza Aprendizaje.

El aspecto fundamental en desarrollo de las ciencias pedagógicas es el relacionado con la relación educador educando, es donde se resumen todos los esfuerzos por perfeccionar cada dirección en tan importante aspecto para el desarrollo de cualquier rama de la ciencia y el intelecto humano. La Educación Física y el deporte no están exentos de apoyarse en los adelantos pedagógicos para perfeccionar los procesos de enseñanza y aprendizaje en cada una de sus especialidades.

Tenemos muy en cuenta la afirmación de que la interacción entre las personas, en las cuales se intercambian conocimientos de unas a otras, a través de las ciencias pedagógicas está definida como aprendizaje, siendo este del tipo organizado y programado. Pila, A.T.

Sin embargo puede afirmarse que el aprendizaje tiene otras características. Este no tiene que provenir siempre directamente de otra persona. El aprendizaje puede realizarse de diversas formas, de la naturaleza, del ensamblaje de varias experiencias adquiridas espontáneamente o con el autoanálisis de diversos acontecimientos de la vida del sujeto, y además puede ser contextualizado o descontextualizado.

Según Pila, A.T. de varias formas puede materializarse la enseñanza. Sin embargo se aceptan dos modalidades básicas, la deducción y la inducción. Ambas tienen sus orígenes en los filósofos griegos, siendo Sócrates el ejemplo mas fiel de la inducción.

En el fondo ambas modalidades ofrecen buenas posibilidades si son hábilmente manejadas por el profesor.

La deducción parte de la hipótesis de que el profesor posee una información (conocimiento y experiencia) que debe a sus alumnos según estos vayan madurando para decepcionarla y valorarla. La inducción por el contrario, se afianza en el alumno y en su maduración, que bajo la hábil conducción del profesor va

descubriendo los conocimientos y experiencias que reclaman sus distintos estadios evolutivos.⁶

Si bien ambas modalidades ofrecen posibilidades de para lograr el aprendizaje, cuando se pretende lograr el aprendizaje en una actividad determinada, consideramos que la inducción bien aplicada en el proceso, ofrece mayores resultados, pues aún sin necesidad de detenidos análisis las distintas posiciones y movimientos se van fijando e a nivel cortical.

1. 3. 1. Tipos de Aprendizaje específicos de la educación física

Lagartera, F. observó que. "Con frecuencia llamamos realidad a aquella parcela de los hechos o de las manifestaciones de la misma que somos capaces de reconocer mediante nuestras capacidades perceptivas e intelectivas; pero éstas son harto limitadas. Resulta necesario para comprenderla dotarnos de saberes: leyes, teorías, principios, postulados, que nos faciliten la interpretación de las porciones que de ella se manifiestan ante nosotros.

La educación en las comunidades tribales se basa en la experiencia acumulada, obtenida en el quehacer diario, donde se forman como adultos. La integración del sujeto se realiza sin trabas, mientras mayor desenvolvimiento muestre, mayor será la destreza adquirida de esa experiencia.

Las actividades experimentales que los niños llevan a cabo, los dotan de un desenvolvimiento eficaz en la vida de adulto, la pesca, la caza, la elaboración de herramientas para el trabajo agrícola, los juegos y muchas otras actividades les proporcionan conocimientos sobre el medio en que se desenvuelven y del hábitat

⁶ . Pila, T.A. Educación Física Deportiva, enseñanza aprendizaje. Tercera edición Madrid 1988.(p31)

donde adquirirán la adultés. Estas enseñanzas obtenidas de forma inmediata por la transmisión de conocimientos, en el lugar donde transcurre la vida del sujeto y con instrumentos adquiridos del medio circundante se remiten a la propia vida, constituyendo una enseñanza contextualizada.⁷

Se puede afirmar que la contextualización de la enseñanza, también se pone de manifiesto en sociedades mas avanzadas. La utilización del lenguaje articulado, la religión, las modas, etc. muchas de ellas heredadas de varias generaciones precedentes, otras suministradas por las actuales, que atendiendo a las crecientes necesidades de transformaciones aportan nuevas y diversas opciones influyentes en las nuevas descendencias.

Lagartera, F. considera que: “En las sociedades complejas la producción cultural es tan abigarrada y abundante, se vive en un contexto tan artificialmente construído, que los individuos jóvenes no pueden, en el decursar de su evolución hacia la vida adulta, aprender las referencias culturales mínimamente necesarias para integrarse con garantías de éxito en el mundo de los adultos. Surge así la necesidad de la escolarización con el fin de que el edificio escolar y sus gestores, los profesores, sean capaces de dotar a los individuos jóvenes de aquellas referencias culturales que el medio natural, la familia, no está en condiciones de ofrecer. De esta forma surgen las enseñanzas descontextualizadas. Pues a pesar de los esfuerzos de muchos pedagogos y de los recursos tecnológicos con que hoy cuenta la escuela, todo proceso de enseñanza que no implique la acción vital del individuo, que obligue a este a hacer abstracciones de la realidad, estará mediatizado por un contexto simbólico aparente, es decir, será un proceso descontextualizado “.⁸

⁷ .Lagartera, F.O. Bases Epistemológicas de la Actividad Físico-deportivas INEFEC, Lleida. (P. 48)

⁸ Lagartera, F.O. Bases Epistemológicas de la Actividad Físico-deportivas INEFEC, Lleida. (P 48. 49)

El desarrollo armónico de las cualidades corporales y psíquicas de un practicante de la esgrima, se obtiene con la adopción de una adecuada postura, lo que contribuye a la adecuada organización de un soporte físico. De igual forma en el esgrimista la adquisición de una postura de puesta en guardia adecuada, le permitirá la organización de los aparatos psico, osteo y muscular para la adquisición de una técnica depurada, el razonamiento y posibilidades de interrelación entre las técnicas, como una preparación para lo que posteriormente será el pensamiento táctico.

En efecto el proceso de desarrollo de la habilidad motriz en el deporte y la optimización del éxito del alumno precisan, por parte del maestro, decisiones reflexionadas e innovadoras, tomadas en función de una progresión general de la enseñanza, del contenido y del ciclo en la actividad escogida, de la elección de las actividades motrices a enseñar, poniendo siempre su capacidad innovadora en función de la búsqueda de formas más eficaces de llevar a cabo el proceso de enseñanza de forma más productiva.

Es aquí donde el entrenador de esgrima debe desprenderse de lo que se hizo tradicionalmente, debe adentrarse primero en el mundo de la idealización, para encontrar modos más novedosos que le permitan llevar al alumno principiante, raudo a las fases siguientes, para luego materializar esas ideas y ponerlas en práctica en busca de una nueva verdad.

Debe lograrse que los ejercicios utilizados cotidianamente, no sirvan solo para el desarrollo de capacidades físicas y fortalecimiento espiritual, deben ayudar a conocer como y en que momento utilizar esas capacidades desarrolladas, orientando al cuerpo con la realidad circundante, para que podamos seleccionar la herramientas adecuadas en la solución de las diferentes problemáticas que presenta la misma actividad.

Según Jordi, D. L. “la perspectiva del procesamiento de la información se sustenta en la idea de que el individuo posee la capacidad de captar informaciones diversas para, a través de un proceso posterior, dar una respuesta adecuada a las demandas presentadas. En este proceso se diferencian tres etapas o momentos claves, la percepción, el procesamiento y la ejecución final en forma de acción o actividad motriz.

Las informaciones del entorno son enviadas al mecanismo de decisión, pero también son guardadas en la memoria. Gracias a este almacenamiento, los procesos perceptivos pueden identificarse e interpretar los estímulos comparando los datos del presente con los guardados en la memoria. En la formación de estas percepciones coinciden diferentes aspectos tales como experiencias anteriores del individuo, interés, motivaciones, etc.”⁹

El mecanismo de decisión, en la reproducción de una acción motriz, si se ampara en las vivencias experimentadas con anterioridad, que se han almacenado en la memoria, puede, en la mayoría de los casos, cuando las experiencias anteriores se basan en elementos parciales de base sólida, hacer que se elabore y guarde un producto terminado de mayor calidad, en este caso un movimiento o acción determinada. Cuando varios elementos se fusionan, formarán un nuevo elemento, cualitativamente superior a aquellos que le dieron origen.

Es por tanto, de gran importancia que cada movimiento o parte del movimiento que conforma una acción motriz, sea bien estudiado y aplicado. El alumno en el acto de aprender, debe recibir de buen grado lo que el maestro pone a su disposición en el proceso de enseñanza. Si las diferentes habilidades motrices que el alumno que se

⁹ . Jordi, D. L. La enseñanza y aprendizaje de las destrezas motrices básicas. Alpicat. Enero 1999. (p 23)

inicia en una determinada actividad va aprendiendo y perfeccionando, forman parte de una acción o conjunto de acciones con las que necesariamente tiene que desenvolverse en la disciplina elegida, debemos poner el mayor de los cuidados en que ese engranaje no ofrezca un punto de traba en el ulterior desarrollo de situaciones de mayor complejidad.

Jordi, D. L. aprecia que “el aprendizaje de habilidades y destrezas motrices básicas se inicia en la etapa de la educación primaria continuando esta hasta prácticamente el primer ciclo de la etapa de la enseñanza secundaria obligatoria. Podremos considerar que entre el final del último ciclo de primaria y durante todo el primer ciclo de secundaria se produce el tránsito de las habilidades básicas a las específicas.

Todo el repertorio de actividades que se realizan en esta franja de edades no corresponde claramente a aquellas consideradas básicas ni tampoco específicas, es por ello que las hemos denominado de iniciación de las actividades específicas. En algunos casos estas actividades serán todavía habilidades básicas orientadas al establecimiento de coordinaciones motrices como base o sustento de posteriores aprendizajes y, por otra parte, se realizarán actividades que, aún no teniendo las características de las habilidades específicas se le acercan y, a la vez, han perdido la inespecificidad de las habilidades básicas “. ¹⁰

Si consideramos que, la iniciación deportiva se efectúa precisamente en la etapa de la enseñanza primaria, con la base correspondiente de la Educación Física, ambos procesos primarios en el comienzo de la vida deportiva de un sujeto, donde se produce el enfrentamiento de dos acontecimientos que responden a un mismo interés de carácter general, por un lado, el desarrollo de destrezas básicas en la formación de un sistema de acciones necesarias para la vida cotidiana del sujeto,

¹⁰ . Jordi, D. L. La enseñanza y aprendizaje de las destrezas motrices básicas. Alpicat. Enero 1999. (p 50)

por otro lado, el desarrollo de esas habilidades y destrezas, esta vez como base de una disciplina deportiva elegida, pero con antagonismo en cuanto a su carácter específico.

Las habilidades y destrezas motrices básicas deben estar encaminadas a:

a - En el primer caso la obtención de la formación locomotriz adecuada del sujeto, donde se ponen de manifiesto capacidades de tanta importancia como la coordinación, el equilibrio etc.

b - En el segundo caso, poner todas las capacidades y cualidades desarrolladas en función de la formación básica de los fundamentos necesarios del deporte seleccionado.

En el período de iniciación del sujeto en la actividad, para el no existe diferencia entre lo básico y lo específico, pues no tiene referencias ni experiencias vividas con anterioridad, que le permitan reconocer la especificidad de uno u otro movimiento, como aquellos alumnos atletas de la misma especialidad que han vencido las diferentes etapas de la formación básica de determinada modalidad deportiva, los medios utilizados van perdiendo la inespecificidad, solo cuando al sujeto se le comienzan a introducir, de forma teórica y práctica, conceptos y elementos relacionados con las acciones fundamentales de la propia actividad. Es aquí donde se produce el tránsito de las habilidades básicas a las específicas.

1. 3. 2. Proceso de enseñanza aprendizaje en la esgrima.

Este proceso se lleva a cabo, con bastante eficiencia, empleando métodos que se utilizan tradicionalmente desde los tiempos del surgimiento de la esgrima como deporte, los mismos se han ido perfeccionando en gran medida gracias a los

avances de las ciencias pedagógicas, que se han puesto al servicio del deporte, no obstante, en este caso particular no existe un documento que muestre explícitamente una metodología para la enseñanza de las diferentes partes de la esgrima por niveles.

El entrenador combina los conocimientos didácticos, con los de las diferentes técnicas y crea una forma de enseñar la esgrima, que a su juicio es la ideal para lograr los fines propuestos. Cada maestro de armas, con suficientes conocimientos del deporte en si, se ampara en publicaciones de autores de prestigiosas escuelas, que han tenido, desde tiempos inmemorables la preocupación de definir y publicar la forma de realizar las acciones, cómo conseguir mayor efectividad, cómo lograr la mayor economía de tiempo, etc. todo esto aparece en manuales técnicos muy valiosos, los cuales a pesar de su importancia, no facilitan al técnico las formas y modos de transmitir sus conocimientos a los discípulos. Es por esto que nos encontramos atletas de un mismo nivel con conceptos distintos en cuanto a la realización de las acciones en sentido general.

Cuba no escapa a esta problemática, que se acentúa con el hecho de que la bibliografía especializada es más escasa que en países europeos, por ejemplo, los entrenadores provienen en su mayoría de la cantera de atletas desmovilizados de la Selección Nacional que se titulan en Cultura Física y luego optan por ejercer como técnicos de la especialidad, otra situación desfavorable es que, no existen escuelas de maestros de armas.

El programa de enseñanza de la esgrima sólo contempla los elementos técnicos a enseñar en cada etapa, no la forma de transmitir sus conocimientos por etapas y no existe un manual preconcebido con pasos y secuencias metodológicas para la enseñanza de cada técnica por donde el profesor pueda guiarse. Cada maestro utiliza su ingenio para cumplir tal propósito. En general los entrenadores de esgrima

han personalizado y perfeccionado las formas y medios de enseñanza y entrenamiento consiguiendo resultados relevantes en su labor.

Para el esgrimista la posición de guardia (posición de combate) es la más ventajosa para desarrollar el combate; es decir, es la más confortable para realizar tanto acciones ofensivas como defensivas así como otras maniobras. La mayoría de las medidas del combate se realizan desde esta posición y sus deficiencias conducen frecuentemente a errores en el cálculo y dificultades para el mantenimiento de las diferentes distancias de combate.

Para el iniciante en la esgrima es necesario estudiar la posición de guardia con especial cuidado, para alcanzar una base sólida en todos sus detalles, que le permita posteriormente la incorporación adecuada de las diferentes técnicas necesarias para su conducción como esgrimista competidor.

La monotonía en el proceso de enseñanza de las posiciones básicas en la esgrima hace que el alumno se desmotive, es aquí donde el profesor-entrenador debe buscar formas novedosas que permitan que el proceso se efectúe con eficiencia, motivación y rapidez.

Arkayev, V. A. observó que “En el combate de Esgrima, durante casi todo el tiempo es necesario maniobrar, esto se produce porque en los distintos momentos del combate, al esgrimista le resulta ventajosa una distancia más corta o más larga del contrario. Surge la lucha por la distancia mas cómoda y ventajosa para si, la cual se manifiesta en los continuos movimientos de los contendientes tanto hacia delante como hacia atrás y a veces también hacia los lados, es decir, en las maniobras”.¹¹

¹¹ Arkayev, V. A. La Esgrima /1ra edición Ciudad de la Habana. Editorial Orbe 1990-(p110)

La transmisión de hábitos adecuados en el proceso de enseñanza de los desplazamientos, tiene como efecto positivo, que el esgrimista cuando comienza su actividad combativa, está preparado para adaptarse a su distancia más conveniente y para evitar que el contrario encuentre la suya, pero esto sólo se consigue si la educación postural del esgrimista es adecuada desde su nacimiento como practicante.

BeKer y Zoltan, observan que “Toda rama del deporte tiene sus propios ejercicios gimnásticos y técnicos que han sido proyectados para desarrollar y fortalecer, por un período mayor o menor, los músculos que más se utilizan en ese deporte. La enseñanza mediante este método requiere mucho tiempo. Se adapta de un modo admirable a la enseñanza de jóvenes de 14 – 15 años de edad, cuando se trata del desarrollo y fortalecimiento general del cuerpo. Sin embargo en la actualidad, requisitos más altos requieren un ritmo más rápido y más entrenamiento. El desarrollo de la fuerza que se demoraba más con los viejos métodos, ahora se puede lograr en menor tiempo con ejercicios especiales”.¹²

Si en el desarrollo y perfeccionamiento de las capacidades físicas, con la puesta en práctica de nuevas formas de aplicación de las cargas podemos acelerar el proceso de adquisición de la forma deseada en aspectos tales como las capacidades físicas y competitivas, no cabe la menor duda, que, poniendo en práctica formas innovadoras en el proceso de enseñanza de los elementos básicos de la esgrima lograremos similares resultados.

1. 3. 2. 1. Enseñanza de los desplazamientos.

Los desplazamientos en el esgrimista tienen la misma importancia que los cimientos de un gran edificio, en dependencia del cuidado que el creador ponga en ello para

¹² . Beker y Soltan, Metodología de la Esgrima de Sable. Editorial orbe. (p15)

lograr la mayor perfección, será la calidad que se obtenga del producto terminado, de ahí la gran significación que tiene para el buen desarrollo del proceso de enseñanza en los diferentes niveles, pero primordialmente en el momento de la iniciación. Los desplazamientos y las posturas deben dar una sensación de seguridad tal al esgrimista, que le permitan sentir confianza en si mismo y en las posibilidades que estos le brindan.

La enseñanza de los desplazamientos en general presenta muchas dificultades, la carencia de destrezas por parte de gran parte de los profesores noveles, sumado a la falta de herramientas metodológicas para resolver las dificultades que presenta esta importante parte del aprendizaje del esgrimista los lleva a la utilización de ciertas variantes en su enseñanza que dificultan el proceso, utilizando explicaciones poco comprensibles que desmotivan a los alumnos, además de dificultar la asimilación de lo que están tratando de transmitir a ellos. Esta situación provoca la prolongación del proceso de aprendizaje, lo que en ocasiones trae como consecuencia, que los alumnos desistan de continuar en el deporte y busquen otra actividad de mayor interés para ellos.

El fondo es el movimiento más complejo de todos los desplazamientos, siendo también uno de los más importantes, su finalidad en la mayoría de los casos es tocar al contrario, a una velocidad que el no pueda percibir, el tiempo de ejecución no necesariamente tiene que ser permanente en cada realización, el atleta percibe en cada momento del combate que rapidez debe imprimir para lograr el éxito. Debe ser una acción muy bien concebida, pues después de su ejecución, si no tiene la solidez técnica requerida, el sujeto estaría desprotegido y por tanto vulnerable a recibir un toque del contrario.

El retorno del fondo a la guardia, también es de gran importancia para el esgrimista, pues constituye la forma que tiene de reorganizarse después de haberse lanzado en busca de la posibilidad del toque, en otras ocasiones es la forma de realizar

deferentes acciones tácticas en busca de lograr sacar la mejor ventaja a las respuestas del contrario, por lo que su ejecución y su relación con la inmediata puesta en la posición de combate debe ser impecable, si queremos que el esgrimista consiga avances significativos en el acto de competir.

La formación de hábitos adecuados en los distintos movimientos a realizar en los diferentes momentos del proceso de enseñanza durante la iniciación de un esgrimista, debe ser motivo de gran preocupación por parte del entrenador, pues elemento que se fije con deficiencias, provocará un déficit en la posterior asimilación de otros y estos a su vez influirán negativamente en la adquisición de los que les continúen.

Para lograr el hábito motor tenemos que tener muy en cuenta las exigencias en la realización de los esfuerzos musculares en las etapas por donde transita, si conseguimos que el alumno pueda lograr la independización de los planos musculares que intervienen en determinada actividad de los que no intervienen, lo que es de gran importancia, pues de esta forma se logra la estabilización del movimiento o del conjunto de ellos, conseguirá posteriormente la automatización de los mismos, logrando así la obtención del estereotipo dinámico motor, donde la excitación de los centros nerviosos se reduce sólo a los que participan en la acción motora, de forma que el gasto energético es mínimo. Jordi, D. L. 1999.

En la actividad deportiva, el perfeccionamiento de la técnica es considerado como la dirección fundamental en el proceso de enseñanza, por lo que se le imprime un carácter específico, pues la atención directa al proceso es lo que posibilita la formación de los hábitos motores, grabándose en la conciencia del alumno su forma de ejecución al relacionarse con la estructura del movimiento y logrando la incorporación de formas coordinativas del trabajo en correspondencia con las funciones vegetativas.

La formación de los reflejos condicionados es la base fundamental para la obtención de los hábitos motores y lo que determina la duración en la formación de los mismos, es el dinamismo y la adecuada correspondencia con los cambios en las formas de excitación del sistema nervioso central, lo que nos compromete a lograr que el alumno transite por todo el proceso en la formación del estereotipo dinámico motor con nitidez en las acciones motrices a desarrollar, para poder conducirlos al éxito en su aprendizaje. Jordi, D. L. 1999.

Si la intensidad del trabajo en un ejercicio físico determinado y la claridad con que se realice conjuntamente con el esfuerzo físico y su estrecha relación con los procesos vegetativos, posibilitan la formación de un hábito motor, debemos tener todo el cuidado posible en que esos hábitos se formen y desarrollen acorde con las exigencias futuras de la actividad para los cuales se están creando.

Cada movimiento dentro de cada desplazamiento en la esgrima tiene una estructura compleja. La guardia, una posición atípica, recién aprendida, tiene que tener la solidez suficiente para que se logre la fortaleza adecuada en la formación de posteriores hábitos motores que darán origen a los desplazamientos y demás acciones a desarrollar en el combate.

Los elementos que nos propusimos estudiar, (la guardia y el fondo), son la base de sustentación de un esgrimista, de ellos depende que el mismo logre el resultado esperado en el aprendizaje de cada elemento técnico, su perfeccionamiento y la exitosa ejecución en los diferentes momentos que la actividad competitiva le exija. Podemos lograr en nuestros alumnos, un mejor y mas rápido aprendizaje de estos dos elementos tan importantes, si obviamos el método utilizado tradicionalmente, consistente en la ilustración de la posición como tal y luego el adentramiento en su

adopción, por uno, donde el alumno, mediante determinados ejercicios logre adoptar y fijar la posición.

Esos ejercicios que a diario utilizamos en la preparación y desarrollo de diferentes capacidades, tales como cuclillas, asaltos, etc. los vamos transformando en posiciones o movimientos sin dar excesivas explicaciones, pero sí con rigurosidad en las demostraciones. Con ello podemos obtener en poco tiempo las posiciones de “guardia” y de “a fondo” con sus movimientos de realización, lo mismo puede ocurrir cuando estemos enseñando los diferentes movimientos de desplazamiento.

Por la cantidad de ejercicios a utilizar puede parecer prolongado el proceso, pero en realidad como estamos empleando ejercicios que para los iniciantes son de carácter general, los cuales de todos modos emplearemos para el desarrollo de capacidades motrices, logramos en el mismo tiempo enseñar los elementos técnicos y desarrollar físicamente al atleta con economía de tiempo y estos mismos ejercicios, en un momento determinado, les servirán para su preparación especial

Especificando un poco más, con la aplicación de ejercicios de cuclillas y medias cuclillas, podemos lograr que el alumno fije rápidamente la posición de “guardia” y así se prepara en menor tiempo para aprender los desplazamientos. Realizando ejercicios de asaltos al frente, adecuadamente dirigidos, podrá fijar y ejecutar el fondo en tiempo record. Con la aplicación de baterías de ejercicios de orientación de espacio y distancia de los pies, podrá realizar los movimientos de desplazamiento al frente y atrás empleando muy poco tiempo en su aprendizaje.

Si ordenamos la ejecución de ejercicios que desarrollen la orientación propioceptiva, lograremos que la posición de la cadera se adecue a la posición de guardia, tanto en posición estática como en movimiento, lo que facilitará la realización de todos los movimientos que posteriormente debe aprender el alumno, con estética, armonía y

con la firmeza requerida para la obtención del éxito en las mismas. La cadera es la parte del cuerpo, que en el esgrimista determina la dirección del movimiento, tanto en los desplazamientos como en los toques a realizar.

Con las últimas ideas planteadas nos estamos refiriendo, no al acondicionamiento físico para preparar del alumno con vistas a la obtención de habilidades para el aprendizaje de los elementos técnicos, hacemos alusión, al propio aprendizaje de esos elementos, a su fijación y realización, mediante la utilización de ejercicios físicos de carácter general que permiten inducir el aprendizaje de acciones y movimientos específicos del deporte.

En este capítulo se han tratado algunos aspectos concernientes a la actividad como rectora del desarrollo de la especie humana, se estudiaron algunos relacionados con la historia de La Esgrima, su surgimiento , la transformación en actividad deportiva, aspectos relacionados con los procesos de enseñanza y las formas actuales que se utilizan para la enseñanza de la esgrima .Estos estudios realizados y las reflexiones extraídas de los mismos servirán para desarrollar el trabajo en el capítulo siguiente.

CAPÍTULO # 2

UNA NUEVA FORMA DE INICIAR AL ESGRIMISTA.

Este capítulo atendiendo a criterios de prestigiosos autores y a la necesidad de buscar nuevas formas de aplicación el proceso de enseñanza, abarca la labor realizada en esta búsqueda. Los trabajos realizados con alumnos de diferentes entidades y profesores, con diferentes formas de conducir el proceso de enseñanza en la iniciación de esgrimistas.

Se obtienen resultados que nos conllevan a conclusiones de cómo debe conducirse la enseñanza de los futuros esgrimistas. Se hacen recomendaciones que unidas al ingenio de los pedagogos de este deporte, pueden conllevar a posteriores investigaciones donde se esclarezcan muchos aspectos que este un trabajo de partida no pudo resolver.

2.1- MUESTRA Y METODOLOGÍA

2. 1. 1. Características de la muestra

Para la realización de este trabajo se seleccionaron las muestras siguientes:

a- Se seleccionó un grupo de 7 profesores de diferentes Áreas Especiales de Esgrima de la provincia Santiago de Cuba, con una experiencia profesional promedio de 7 años, 4 de ellos graduados de la EPEF, 1 en formación universitaria, 2 licenciados en Cultura Física, del total 3 son exatletas de alto rendimiento.

b- Se seleccionaron 26 alumnos de los distintos profesores seleccionados y procedentes de diferentes áreas de la provincia, iniciantes todos en la actividad, sin ninguna experiencia previa del deporte, en las edades comprendidas entre los 8 y 9 años.

c- Un grupo de 12 alumnos captados de las áreas de educación física y matriculados en la EIDE Capitán Orestes Acosta, de edades inferiores a las competitivas, (entre 10 y 12 años de edad), sin conocimiento alguno de la esgrima.

d- Cuatro profesores de la EIDE “Capitán Orestes Acosta”, con una experiencia técnica de 9 años. De ellos uno en formación universitaria y 3 licenciados en Cultura física.

La selección de las muestras no pertenecientes a la EIDE se hizo de forma encubierta, los profesores y los alumnos desconocían en todo momento que estaban siendo sometidos a investigación, con el objetivo de no provocar condiciones inhibitorias en el proceso y que sobre todo los profesores trabajaran relajados y sin la presión de sentirse investigados.

Esta selección se realizó por dos años consecutivos y en las dos oportunidades se realizaron los mismos procedimientos, sin alteración, a pesar que percibimos la posibilidad de tener en cuenta algunos otros aspectos en el segundo ciclo.

2. 1. 2. Metodología

2.1. 2. 1. Los métodos utilizados para el diagnóstico fueron: La observación y la medición

Para efectuar este trabajo se realizó un minucioso estudio de las posibles causas que provocan dificultades en el aprendizaje de las diferentes acciones en los esgrimistas, desde el desarrollo de las capacidades motrices básicas hasta el aprendizaje de las técnicas y posiciones básicas del esgrimista en iniciación, que a nuestro juicio podrían ser la causa fundamental de afectación en el aprendizaje de las diferentes acciones en un esgrimista en formación.

Se observaron las disímiles formas que utilizan los profesores para la enseñanza de las diferentes posiciones y movimientos en esgrimistas de reciente iniciación, con direcciones muy específicas, (las posiciones de guardia y el fondo), se observaron los procedimientos organizativos de las diferentes clases, la selección de ejercicios para el desarrollo de capacidades motrices básicas, los seleccionados para la enseñanza y fijación de las posiciones iniciales, así como la motivación que despertaban en los alumnos las diferentes maniobras de los profesores.

Se observaron las interferencias ocasionadas por la intervención del profesor en la corrección de errores y el entusiasmo de los alumnos en el proceso de interacción. Apreciamos las dificultades en el entendimiento de las explicaciones y demostraciones ofrecidas por el técnico, por parte del alumnado, la necesidad de repeticiones, demostraciones y diálogos sobre un mismo elemento, la diferencia en la captación de los ejercicios aplicados, entre diferentes alumnos.

Evaluamos el tiempo que se demoraron en aprender las posiciones y movimientos más elementales en el aprendizaje de la esgrima en la etapa de iniciación, así como la preparación de los profesores para enfrentar las dificultades en el aprendizaje de ciertos alumnos, pudimos apreciar los problemas en la determinación del momento apropiado para conducir el proceso a pasos posteriores en la secuencia de la incorporación de nuevos elementos a los alumnos.

Observamos un grupo de alumnos del de los profesores seleccionados, con diferentes niveles en el proceso de iniciación, su desenvolvimiento en la realización de los desplazamientos, la nitidez en cada uno de los movimientos y su relación con las posibilidades que les brindaban la forma de adopción de la posición de guardia, la firmeza de los movimientos en cada realización y la disposición para ejecutar una acción al momento de finalizar la anterior.

Se observó la realización del fondo, su permanencia en el y el retorno a la guardia, la comodidad en todo el ciclo; desde el inicio, hasta el restablecimiento de la

posición de combate, las deficiencias en el proceso de ejecución del movimiento y su relación con la posición que cada uno adoptaba en la puesta en guardia, apreciando que la incorrecta posición de la cadera en el final del movimiento dificulta el regreso a la posición de partida y mas aún la realización de cualquier otro movimiento inmediato a la recuperación de la guardia, bien sea otro fondo o la ejecución de un paso de avance o para guardar la distancia.

Se observó cada uno de los movimientos, inicio, desarrollo y final de la ejecución, los errores que se cometieron y la posible influencia de la puesta en guardia, el confort en esta importante posición y la posibilidad o dificultad en el enlace de un movimiento con otro y la influencia derivada de las dificultades en la formación de la postura en la guardia de combate.

Se observaron los momentos en que diferentes profesores comienzan la enseñanza del fondo, las explicaciones que ofrecen al colectivo de alumnos y atendiendo al accionar de los mismos, el entendimiento de las mismas, si lograban la independización de los planos musculares que intervienen en la ejecución del movimiento, de los que no participan en ellos y si utilizaban los métodos y procedimientos adecuados.

2. 1. 2. 2. Mediciones realizadas

Se hicieron mediciones de todos los elementos técnicos básicos a los alumnos de la muestra correspondiente a las áreas especiales, seleccionando de entre todas las mediciones las de la guardia y el fondo, estas se realizaron con espacio de 45 días entre cada control, de igual forma en los dos ciclos. Se contempló, la puesta en guardia en su origen y el mantenimiento de la misma después de la realización de algún movimiento de desplazamiento.

Se comprobó la estabilidad de la guardia dentro de los distintos movimientos de desplazamiento, fundamentalmente en aquellos realizados consecutivamente con

cambios de sentido en el desplazamiento, la firmeza con que finalizaban la acción precedente y la coordinación con que se realizaba la siguiente, así como la estabilidad de la posición de guardia entre uno de los movimientos de desplazamiento (paso adelante) y el fondo.

Se comprobó la estructura del fondo, (la posición estática), la estabilidad en la finalización del mismo, los diferentes movimientos durante su realización, la ejecución después de algún movimiento de desplazamiento, (paso adelante), la ejecución del fondo después de retornar a la guardia tras haber realizado un fondo anterior, (reposición).

Se midieron en los alumnos de la EIDE los mismos aspectos y se hicieron las correspondientes comparaciones.

Se hizo una selección, en las dos muestras de alumnos, para integrar el equipo preselección de la provincia a los juegos nacionales. Se les realizaron evaluaciones de las dos posiciones, (guardia y fondo), una prueba de control a inicio de la preparación y otras dos subsiguientes en períodos adecuados, para evaluar las posibles diferencias en la ejecución de esas técnicas por los alumnos integrantes de cada una de las muestras anteriores.

2.2. PRINCIPALES RESULTADOS.

Los resultados de las pruebas realizadas a la muestra correspondiente a las áreas especiales, mostraron dificultades en la estructura de la posición de guardia en todos los alumnos seleccionados, situación causante de limitaciones en la movilidad del esgrimista, pues se constató la influencia de esta posición mal formada en la ejecución de los desplazamientos, contribuyendo también a la falta de firmeza en la ejecución de los mismos, así como en la realización del fondo.

Pudimos comprobar que las imperfecciones en los movimientos, en un elevado porcentaje, respondían a la no alineación en la posición de guardia. El no direccionamiento del fondo era causado por la incorrecta ubicación de la cadera y su relación inadecuada con el ángulo de los pies en la guardia. El retorno del fondo era realizado con ayuda pendular del tronco, (balanceo del tronco en dirección del movimiento).

En reiterados casos, la necesidad de interrupción por parte del profesor, para hacer correcciones se hacía muy repetitiva, lo que se produjo debido a la poca comprensión de algunas explicaciones dadas por el, sobre la ejecución de un movimiento determinado o la adopción de una que otra posición, lo que provocaba que la atención del colectivo de estudiantes no fuera constante y disminuyera la motivación, influyendo esto en el nivel de captación por parte de los alumnos.

Las explicaciones apropiadas para personas de mayor nivel de instrucción y mayor madurez, traen como consecuencias negativas el desinterés por parte de los alumnos, lo que se revierte en la disminución de la atención, un lenguaje muy técnico acompañado de palabras complicadas relacionadas con la física, la geometría etc. es de nula comprensión por los alumnos de cortas edades y entorpecen el proceso de enseñanza aprendizaje.

El aprendizaje de las posiciones y movimientos más elementales, en la etapa de iniciación, trascurría en un tiempo muy prolongado, además de que los profesores presentaron dificultades para solucionar los conflictos en el aprendizaje de algunos alumnos, lo que puso de manifiesto que no se tuvieron en cuenta las características individuales de los mismos. Esto trajo como consecuencia, problemas en la determinación del momento de pasar a una etapa posterior en la secuencia de aprendizaje de nuevos elementos técnicos, en reiteradas ocasiones.

Se evaluó el grupo de alumnos de la muestra de los municipios y se comprobó que las deficiencias en la adquisición de la posición de puesta en guardia causaron:

- Que no en todos momentos los alumnos pudieran realizar una determinada acción al finalizar un movimiento de desplazamiento en sentido opuesto, pues involuntariamente, modificaban la postura durante el movimiento.
- Que la falta de firmeza en la finalización de los distintos movimientos les impidiera estar preparados para realizar cualquier tipo de movimiento con nitidez, esto ocasionado por la falta de confort en la posición.

Todas estas incidencias se reflejaron en los resultados de las distintas evaluaciones realizadas aparecen en las tablas del anexo # 1.

2. 2. 1. Resultados de las pruebas en las áreas especiales.

Los profesores en su totalidad no enseñaron ni prepararon al alumno para la realización del fondo, hasta haber aprendido los pasos adelante y atrás, y cuando lo hicieron las explicaciones fueron poco asequibles a los alumnos, lo que le dificultó el rápido aprendizaje del movimiento dada su complejidad, pues en el mismo participan los cuatro miembros en movimientos diferentes cada uno, más la traslación del cuerpo, el equilibrio del mismo y el esfuerzo para la mantención de la posición y el retorno a la posición de guardia.

Cada movimiento de esgrima en el combate, es el antecesor o sucesor de una acción realizada, la estrecha relación con lo que se realizó y lo que se realizará es indisoluble. Se pudo apreciar que, determinados alumnos, tenían que romper el enlace de algunas acciones con la que le antecedió, o con la siguiente, según las exigencias de la situación debido al tiempo que necesitaba para restablecerse en la posición de guardia, al suceder esto, con la realización del fondo, el esgrimista se coloca directamente en franca desventaja con su oponente.

La involuntaria tendencias a la ejecución de giros, siendo estos, movimientos no controlados por los practicantes de la esgrima, provoca que no se logre la direccionalidad en la realización del toque en las acciones de ataques y respuestas,

pues los movimientos adicionales que involuntariamente realizan lo impiden, además, la participación de planos musculares que no intervienen en el movimiento técnico, provoca que el sujeto presente signos de agotamiento con prontitud debido al gasto energético provocado por la reiteración constante del movimiento.

Campomares, G. J. et. al. describe “Para la realización del fondo, desde la posición de guardia se estirará vivamente el brazo armado sin rigidez, mientras el cuerpo sigue inmóvil y la mano del brazo armado llega a situarse a la altura del hombro. Se lanza a continuación el pie adelantado, estirando completamente la pierna a ras de suelo, para caer con el talón. La pierna retrasada empuja con la máxima potencia al despegar del suelo el pie adelantado. El brazo no armado se despliega enérgicamente hacia atrás hasta quedar casi paralelo a la pierna retrasada, en el mismo plano de los hombros, con los dedos de la mano estirados y la palma de la mano en posición supina. La mano armada termina ligeramente más alta que el hombro”.¹³

Esta ilustración de forma clara los detalles de los movimientos que componen la ejecución del fondo, puede realizarse, con la nitidez necesaria, si se consiguió la formación de los hábitos correctos en cada una de las partes del movimiento, pues como puede observarse son varios los movimientos que intervienen en la elaboración del fondo.

Se pudo comprobar, que tanto la posición estática del fondo, como su realización en diferentes momentos, presentó serias dificultades, debido a la influencia de hábitos mal desarrollados que impiden la conexión exitosa de uno o más movimientos, siendo el fondo una acción cuyo éxito en muchas oportunidades depende de la asociación a otro movimiento, los resultados obtenidos en las mediciones realizadas pueden apreciarse en las tablas del anexo # 2.

¹³ . Campomares, G.J. et. al. Esgrima Real Federación de Esgrima Española, Comité Olímpico Español, primera edición 1993. (p36)

2.1.2.2. Resultados de la muestra de la EIDE “Capitán Orestes Acosta”

Las mediciones realizadas a la muestra de la EIDE pusieron de manifiesto, las dificultades que normalmente presenta un grupo de estudiantes que se inicia en una actividad deportiva, pero mostró además que la búsqueda de formas más apropiadas para la acción de enseñar conlleva a que el aprendizaje se perfeccione y que los resultados estén a la altura de los objetivos que se persiguen.

Pudimos comprobar que tanto en la guardia como el fondo, en su estructura y realización, la presencia de movimientos ajenos es tan reducida que no determina en la ejecución de los mismos cuando estos son precedidos por algunos de los movimientos de desplazamiento y tampoco influyen en la realización de cualquier movimiento precedido por ellos, ver anexo # 3.

2.2. Análisis comparativo de los resultados obtenidos con las diferentes muestras estudiadas.

2.2.1 Selección de una nueva muestra para la investigación.

En un período de dos años, se seleccionaron alumnos de la muestra de las áreas especiales y del mencionado grupo de de la EIDE “Capitán Orestes Acosta”, para el completamiento de los equipos de edades competitivas en las diferentes modalidades, aspecto que nos brindó la posibilidad de continuar con los estudios iniciados, aunque no con todos los componentes de la muestra inicial, pero si con los de mayor rendimiento en las pruebas realizadas.

El primer año se seleccionaron 5 alumnos del grupo experimental de la EIDE y 6 de las áreas especiales de los municipios de la provincia. A estos alumnos se les realizó, a inicios de curso, la usual prueba técnica que se aplica a todos los alumnos. Esta prueba se repetía pasadas seis semanas y luego a las seis siguientes, con una dificultad para los alumnos provenientes de la muestra de las

áreas especiales: las pruebas se efectuarían con mayor rigor que las que se les hicieron con antelación, es decir de la misma forma que a los alumnos seleccionados del grupo de la EIDE.

En los alumnos de “nuevo ingreso” una de las pruebas se centraba en las posiciones y movimientos básicos del deporte fundamentalmente.

2.2.1. Análisis de los resultados alcanzados con la nueva muestra en el 1er año.

En este primer año, los resultados fueron los siguientes.

Primera prueba: Los 5 alumnos del grupo de la EIDE evaluados de MB en las pruebas de posiciones y desplazamientos.

Los 6 alumnos de las áreas especiales, 3 evaluados de B, 2 evaluados de R y uno de M, este último, se captó por sus condiciones somato típicas.

Segunda prueba: (pasadas 6 semanas de haber realizado la primera). Después de aplicar los ejercicios empleados en la enseñanza a los alumnos de la EIDE, pero esta vez, a los seleccionados de las áreas especiales, como ejercicios auxiliares para la corrección de errores en los diferentes movimientos y posiciones, obtuvimos los siguientes resultados: de los 6 alumnos de las áreas, 4 fueron evaluados de MB y 2 evaluados de B.

Al realizar una 3ra prueba, pasadas 6 semanas de haber aplicado el segundo control, luego de la intensificación del trabajo con la aplicación de estos ejercicios, todos los alumnos quedaron evaluados de MB en las posiciones de guardia, fondo, los movimientos para su ejecución, así como la fijación de las posiciones realizando los diferentes movimientos de desplazamiento.

Estos alumnos se siguieron observando en entrenamientos y competencias internas, donde pudimos comprobar que en los diferentes combates realizados en el primer semestre, en situaciones comprometedoras del asalto, (combate), o cuando

presentaban signos de agotamiento, cuatro de ellos deformaban las posiciones y/o los movimientos que se realizaban a partir de ellas, poniéndose claramente de manifiesto la aparición de las huellas de la malformación de hábitos en el aprendizaje en la etapa de iniciación.

Queda demostrada, la importancia de la aplicación de más adecuadas formas de enseñanza y la utilización de aquellos medios más apropiados para conseguir la nitidez en la realización de cada movimiento en el proceso de formación de hábitos en la educación de cualquier capacidad motriz, en esta tan importante etapa. Lo que hace que el profesor entrenador, siempre esté tras la búsqueda de recursos y herramientas que le permitan desarrollar el proceso con mayor eficacia.

2.2.2 .Errores fundamentales detectados.

Los errores fundamentales que se observaron en las acciones evaluadas a los alumnos pertenecientes a la muestra seleccionada en las áreas especiales al inicio de curso fueron:

1-La alteración de la altura de la guardia en diferentes momentos de la realización de los desplazamientos.

2-La no alineación del pie delantero con el interior del talón del pie trasero.

3-La inclinación del tronco antes del inicio de la ejecución del fondo.

4-La no alineación en el fondo, del pie delantero con el interior del talón del pie trasero.

5-No relacionar la posición de la cadera con la posición de los pies en la guardia y el fondo.

6-No relacionar la línea de los hombros con la de la cadera, (exceso de perfil).

7-No realizar simultáneamente el trabajo de extensión y flexión de las piernas en el retorno del fondo a la guardia.

8-Exceso o defecto en la longitud del fondo.

9-No estabilidad del fondo.

10-Dificultades en el mantenimiento de la distancia de combate conveniente.

Estos errores se fueron eliminando en gran medida en el proceso de adaptación a la nueva forma de trabajo, con el trabajo correctivo y la interacción con los otros alumnos.

Los errores que se mantuvieron un mayor tiempo, aún en etapas más especializadas fueron: los números 4, 5, 6 y 10. El trabajo con los mencionados ejercicios, provocó la disminución de los errores, pero algunos de ellos perduraron en cierta medida, siendo la causa de demoras en el aprendizaje de determinadas acciones necesarias en el arsenal técnico del esgrimista, ocasionando, que se interrumpiera la secuencia lógica en la enseñanza de importantes acciones que deben aprenderse en las edades competitivas.

Estas deficiencias no se captaban cuando se les realizaba alguna prueba técnica, pero si en momentos de los diferentes combates durante entrenamientos y competencias, donde los alumnos no pueden detenerse a pensar como deben hacer determinado movimiento o cual es la posición adecuada de terminación del mismo. Cuando se llega a la formación de un hábito motor, lo aprendido se fortalece de tal forma que las huellas perduran, de forma que si el hábito está incorrectamente creado es muy difícil de transformar.

2.2.3. Análisis de los resultados alcanzados con la nueva muestra en el 2do año.

En el segundo año se hizo la captación para los equipos a preparar con vista a los Juegos Inter. EIDE, 7 alumnos del grupo de la EIDE y 4 de las áreas especiales, obteniendo similares resultados en las pruebas realizadas.

Después de someter a todo el grupo al régimen de ejercicios utilizados en la enseñanza del grupo experimental de la EIDE, al igual que el año anterior, pudimos comprobar que:

- Los 7 alumnos de la EIDE, en las pruebas iniciales y en las realizadas posteriormente fueron evaluados de MB, en las posiciones de guardia y fondo y los movimientos mediante los cuales se llegan a ellas, así como en el retorno del fondo.
- Los 4 alumnos restantes fueron evaluados: 3 de B y uno de R en la primera prueba, 3 evaluados de B y uno de R en la segunda prueba y en la 3ra quedaron evaluados 2 de MB y dos de B, estas pruebas en este ciclo, se realizaron con intervalos de 4 semanas entre cada una de ellas. Concluyendo las mismas 6 semanas antes que las realizadas el año anterior.

De igual manera fueron observados en todo tipo de combates realizados, en asaltos de entrenamiento o de competencia en el primer semestre, comprobando que al igual que en los del año anterior, los alumnos de las áreas, presentaban dificultades técnicas en diferentes momentos del combate en las posiciones y elementos básicos. Debe aclararse, que los alumnos de las dos muestras conformaron un solo grupo de trabajo y con los mismos profesores.

Pudo apreciarse que, la asimilación de los diferentes elementos técnicos por parte de los alumnos de las áreas se realizaba más lenta que en los restantes, debido a las constantes correcciones que hubo que hacer en los meses iniciales, lo que demuestra la influencia de una deficiente formación básica de los elementos que sustentan las diferentes técnicas y sus combinaciones.

Los errores en las posiciones y en la ejecución de los movimientos que conllevan a ellas, así como los ocasionados al finalizar los distintos desplazamientos, fueron los mismos que los del año anterior y perduraron en las diferentes etapas, comportándose de igual forma. Esta coincidencia nos demostró, la adaptación de los profesores a formas de enseñar la esgrima, que propician la adquisición de deficiencias técnicas influyentes en el desarrollo técnico posterior del alumno.

Las consecuencias de los errores creados en el proceso de enseñanza en la etapa de iniciación del esgrimista, no sólo dificultan la posibilidad de aprendizaje inmediato de determinadas acciones necesarias en su desenvolvimiento como atleta, también ponen en peligro un adecuado desarrollo táctico de las acciones de combate que en cada etapa de su vida como deportista le corresponda estudiar.

Debemos señalar que determinados alumnos seleccionados de las áreas de los diferentes municipios, a pesar de estar sometidos a las mismas formas de enseñanza que los otros, presentaron menos dificultades en el aprendizaje que otros, aún perteneciendo a la misma muestra. Sus movimientos eran más nítidos y asimilaron de mejor forma los tipos de ejercicios aplicados para la corrección de los errores adquiridos. Atribución que damos a aptitudes intrínsecas de los sujetos.

2.3. Selección de los ejercicios a aplicar para la enseñanza de posiciones básicas y desplazamientos en la iniciación de esgrimistas.

Según planteamientos de Jordi, D. L. al referirse al aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices, a las etapas de formación de las mismas, donde estas habilidades no son consideradas básicas ni tampoco específicas y que en algunos casos son consideradas básicas orientadas al establecimiento de coordinaciones motrices como base de posteriores aprendizajes.

Esto condujo a la siguiente reflexión: que los ejercicios para el desarrollo y fijación de diferentes posiciones y movimientos en deportistas, considerados ejercicios

específicos del deporte, dejan de tener ese carácter, cuando los utilizamos con alumnos que aún no se han relacionado con la actividad en cuestión, siendo entonces ejercicios de carácter básico, que nos sirven para preparar al sujeto para el posterior aprendizaje de otras habilidades ya posiblemente específicas y sólo van perdiendo esa inespecificidad cuando el sujeto comienza a adentrarse en los aspectos de carácter especial de la actividad.

Esta reflexión llevó a la consideración, que para la enseñanza de los componentes básicos en la iniciación del esgrimista, fundamentalmente la guardia y el fondo, podrían utilizarse aquellos ejercicios que para el universo de esgrimistas son considerados como ejercicios para la preparación especial, pues para aquellas personas aún no relacionadas con la actividad en específico, serían ejercicios para la educación de capacidades motrices, tan generales, como cualquier otro utilizado a tal efecto.

Se idearon algunos ejercicios para ser aplicados al grupo de 12 alumnos captados para la EIDE “Capitán Orestes Acosta”, todos ellos desconocedores de la esgrima como disciplina deportiva, con somato tipo adecuado para la actividad, a los cuales se les aplicaría, la nueva forma pensada para enseñar las acciones básicas a esgrimistas principiantes. Estos ejercicios, desconocidos para ellos, formaron parte de todo el repertorio de actividades en el trabajo de acondicionamiento utilizados en su formación inicial.

Se establecieron tres posiciones, para la ejecución de los ejercicios

- a- 1ra posición, posición de atención para el esgrimista.
- b- 2da posición, con la misma alineación de los pies separarlos a la distancia de un paso normal, las piernas extendidas y la cadera en orientación de 45 grados respecto a la posición de los pies.
- c- 3ra posición, se realiza media cuclilla en la 2da posición (para un esgrimista, la tercera posición sería la de guardia), para un sujeto no relacionado con la

esgrima, es una media cuclilla en una posición cualquiera de los pies.

Con los alumnos sólo se hablaba de posición numérica, la cual ellos iban realizando al conteo del profesor, asignándole un número a cada movimiento que el profesor va orientando, de forma que puede hacer las combinaciones que estime convenientes al dar las voces de mando y hacer que los alumnos permanezcan en la posición ordenada el tiempo que estime. Las únicas explicaciones que el profesor daría son las relacionadas con la forma de ejecución de los ejercicios.

2.4. Propuesta de ejercicios a aplicar en la enseñanza de iniciantes

Hemos seleccionado de los diferentes grupos de ejercicios utilizados en la iniciación de la enseñanza de los alumnos matriculados en la EIDE “Capitán Orestes Acosta”, solo los concernientes a los relacionados con: La Guardia, El Fondo y El retorno del Fondo, que traemos como propuesta, para ser considerados en la formación básica de un esgrimista iniciante.

Estos ejercicios, mirados desde el punto de vista esgrimístico, pueden considerarse ejercicios de preparación especial, pero aplicados a un grupo de sujetos aún neófitos en la esgrima, no podríamos considerarlo así, por lo que para el grupo mencionado serían ejercicios de formación de capacidades motrices básicas, orientados a preparar al sujeto para posteriores aprendizajes.

BATERÍA DE EJERCICIOS, PARA LA ENSEÑANZA DE LAS DIFERENTES POSICIONES Y MOVIMIENTOS.

Ejercicios para la enseñanza de la puesta en guardia

Deben colocar las manos en la cintura; es necesario que los alumnos en esta etapa donde no van a realizar movimientos relacionados con técnicas específicas tengan las manos inmovilizadas, para evitar dispersión de la atención, así podrán

concentrarse solo en cada parte de los distintos movimientos y posiciones objeto de estudio. El profesor debe velar en todo momento, algo muy importante, que es el límite de cada uno de los movimientos, desde el primer instante, el estudiante deportista debe aprender a limitar los movimientos y sus partes.

Ejercicios a aplicar:

1. media cuclilla desde la posición de atención normal.
2. media cuclilla desde la posición de atención para el esgrimista. (1ra posición)
3. en la posición de atención para la esgrima, desplazar el pie delantero a diferentes distancias y retorno a la posición inicial después de realizar media cuclilla en cada uno de los movimientos. Este mismo ejercicio se realiza en sentido contrario, (con el pie trasero).
4. desde la posición de atención para el esgrimista, realizar media cuclilla y salto a la misma posición de forma continua.
5. desde la posición de atención para la esgrima, saltillo y caída con los pies separados a la distancia de un paso (2da posición) y retorno con saltillo a la posición anterior.
6. ejercicio # 3 después de la media cuclilla, salto y regreso a la posición inicial, media cuclilla salto y posición inicial.
7. en 3ra posición, saltillo y caída en 1ra posición, media cuclilla y caída en 3ra posición.
8. realizar combinaciones de los ejercicios planteados, de diversas formas.

Estos ejercicios van llevando al alumno a la posición de guardia sin percibirlo, pues desconocen la existencia de la misma, al mismo tiempo que le sirve de acondicionamiento físico, esta vez más especializado que el que se obtiene con las formas que tradicionalmente se aplican en alumnos principiantes, pues la intervención de planos musculares interesados en la actividad será constante.

El profesor debe estar muy atento a que en todas las posiciones intermedias que adopta el alumno y en los diferentes movimientos para obtener las mismas, la posición de la cadera debe relacionarse con los pies, de forma siguiente. La línea imaginaria que pasa por las crestas del hueso iliaco debe ser tal que si la proyectamos hacia el suelo forme un triángulo con las líneas que orientan la posición de los pies, buscando que esta relación sea lo más parecida a la que se obtiene en la posición de atención de cualquier sujeto, practicante o no del deporte de la esgrima.

Esto no solo deben tratar de lograrlo en la enseñanza y fijación de la guardia, sino en los movimientos y posiciones subsiguientes, pues es la cadera la que orientará espacialmente al esgrimista, la que facilitará el direccionamiento de los diferentes movimientos y por consiguiente la efectividad en la diversidad de movimientos en el accionar del sujeto como competidor activo.

Ejercicios para la enseñanza del fondo

El fondo es el movimiento y posición que permite la ejecución de las acciones más importantes utilizadas en la esgrima: las de ataque, si el esgrimista en formación no adquiere bases sólidas en el movimiento y la firmeza de la posición final, antes de aprender qué son los ataques, su importancia y cómo realizarlos, buscando la fijación del movimiento que conlleva a dicha posición y la misma como tal, la motivación en el aprendizaje de las mencionadas acciones puede no ser la adecuada debido a que en medio del aprendizaje cometería tal cantidad de errores,

que las interrupciones para hacer correcciones restarían interés en el aprendizaje de las mismas.

Ejercicios a aplicar:

1. en posición de pie normal, realizar asalto al frente con amplitud diferente en distintos movimientos, alternando con ambas piernas, siempre con caída del pie delantero en forma de paso y evitando que la rodilla sobrepase el tobillo en su línea vertical, haciendo una pausa de tres segundos en cada movimiento (el profesor indicará, en cada momento la longitud del movimiento), esto es de gran importancia, pues el alumno desde el inicio de su vida en el deporte, aprende a diferenciar la distancia de realización del movimiento.
2. realizar el ejercicio # 1, realizar flexión de la pierna trasera y extensión de la delantera en un movimiento simultáneo y retorno a la posición de asalto al frente, realizar las repeticiones, a consideración del profesor, el delantero debe apoyarse en el talón llevando la punta hacia arriba.
3. realizar el ejercicio # 1, realizar saltillo después de cada pausa cambiando las piernas de posición y retorno a la posición inicial. (Este ejercicio se puede realizar, cambiando la longitud en la posición de los pies en diferentes momentos orientados por el profesor).
4. en posición de atención para el esgrimista (primera posición), realizar el ejercicio # 1 y retorno a la posición inicial. (Siempre iniciar el movimiento de retorno, con la flexión de la pierna trasera y la extensión de la delantera en un movimiento continuo hasta llegar a la posición inicial).

5. en primera posición, desplazar el pie delantero a la distancia de un paso,(2da posición), pausa, y el ejercicio # 1 desde la posición adoptada y regreso a la 2da posición, luego a la posición inicial a la secuencia.
6. el primer ejercicio, giro de la cadera trasladando las posiciones de las piernas al lado contrario de forma simultánea, regreso a la posición inicial.
7. el ejercicio # 2 haciendo giro de la cadera trasladando la posición de las piernas a la posición contraria simultáneamente, regreso a la posición inicial.
8. ejercicio # 4 pero con regreso a la 2da posición.
9. desde la 2da posición, realizar asalto y retorno a la posición inicial. Este ejercicio puede alternarse con cuclillas en la segunda posición, haciendo varias repeticiones de forma continua.
10. desde la posición de atención, realizar cuclilla y asalto con retorno a la posición inicial. Combinarlo con regreso a la cuclilla.
11. desde la 1ra posición, cuclilla y asalto, regresando a la posición inicial, combinarlo con regreso a la cuclilla o a la 2da posición.
12. desde la 3ra posición, realizar asalto y retorno a la 2da posición, vuelta a la 3ra posición.
13. Desde la 2da posición, media cuclilla, (3ra posición), asalto y regreso a la 2da posición. Este ejercicio se combina con retorno a la misma 3ra posición o a la 1ra.
14. desde la 3ra posición, asalto al frente, retorno a la 3ra posición y asalto al frente, retorno a la 3ra posición y paso a la 2da posición.

Este último ejercicio es el producto terminado del movimiento de fondo en su ejecución con las piernas, el profesor debe tener cuidado extremo en su aplicación, sin excederse en la cantidad de repeticiones que debe hacer cada uno de los alumnos.

Estos ejercicios pueden combinarse de todas las formas posibles y se ordenará realizarlos al conteo numeral por parte del profesor, para lo que fraccionará cada ejercicio en las partes que sean necesarias, dándole un número a cada una de ellas. Siempre el retorno a la posición de partida sea cual sea, debe hacerse comenzando a flexionar la pierna trasera y posteriormente se llevará a la posición inicial del movimiento.

De mucha importancia es que hay que observar las normas de ejecución del movimiento enunciada por los autores estudiados, pues cada uno de estos ejercicios en su integración posee una porción de la ejecución del movimiento de fondo. Si aplicamos los ejercicios, sin tener en cuenta cada una de estas fracciones, el efecto sería peor que continuar con la utilización de las formas tradicionales, porque se conseguiría la creación muy fuerte de diferentes hábitos motores pero de forma errónea y en corto tiempo.

Ejercicios para la enseñanza del retorno del fondo a la guardia

La enseñanza del retorno del fondo a la guardia, inicia cuando comenzamos a aplicar los ejercicios para la enseñanza del propio fondo. Hay que prestar atención esmerada a cada ejercicio, al momento del retorno a la posición de guardia, debe lograrse que; en cada momento del retorno, el alumno lo realice comenzando con la flexión de la pierna trasera y la extensión de la delantera con el apoyo del pie delantero en el talón, de esta forma se efectúa el inicio de dicho aprendizaje.

1. piernas separadas al doble ancho de los hombros, hacer flexión de una de las piernas quedando en contacto el glúteo con el talón y realizarlo de forma alternada para ambas piernas. Al alternar el movimiento, debe lograrse realizando los movimientos de flexión y extensión de las piernas de forma simultánea. Este ejercicio puede combinarse con otros que a continuación se muestran.

Todos los ejercicios para la enseñanza del fondo, fraccionando el retorno, realizando semiflexión de la pierna trasera y extensión de la delantera, pausa con el talón del pie delantero apoyado en el piso, y continuación a la posición inicial. El profesor debe ser muy cuidadoso al aplicar estos ejercicios, controlando el límite de cada uno de los movimientos intermedios, pues si bien estas formas de enseñar, pueden ofrecer eficacia en el aprendizaje de los esgrimistas, si no se tiene el control adecuado en cada momento y alumno, puede producir resultados negativos.

Todos los ejercicios para la enseñanza del fondo, en cada pausa y final del movimiento, se realizan con extensión de la pierna delantera y semiflexión de la trasera de forma simultánea, provocando que la pierna delantera quede apoyada en el talón y la punta del pie apuntando hacia arriba. El tiempo de la pausa puede ser variable, en dependencia del momento de aplicación del ejercicio.

Todos estos ejercicios deben realizarse combinados en su total ejecución, ó combinando fragmentos de los mismos, a criterio del profesor, según los alumnos vayan venciendo etapas y haya que dificultarles más los mismos. Aún así el profesor debe tener en cuenta que cada alumno es un individuo distinto de los demás, por lo que debe ajustar los procedimientos a utilizar, en dependencia de las exigencias permisibles para cada caso.

La idea que orienta esta propuesta, es no solo los medios de adquisición de una postura o un movimiento básico en su estructura mecánica, sino la adquisición de aprendizajes que les sirvan al individuo de base aplicatoria en el aprendizaje de

otras acciones motrices, bien sean de carácter básicas o específicas, con disminución de las posibilidades de interferencias entre ellas.

En estudios realizados por el Dr. Antonio Morales en la individualización de la preparación táctica, el determinó que: “Cada docente, desde el inicio de su trabajo con un grupo, debe conocer el nivel real de partida de sus alumnos, para trazar estrategias que le permitan lograr una base común-mínima, con determinada homogeneidad para diseñar su labor y concebir acciones que le permitan estimular el desarrollo de las potencialidades individuales de sus deportistas, en la medida que les conduce a alcanzar los niveles de aprendizaje esperado”.

Coincidimos con este criterio plenamente y lo extrapolamos a la posibilidad y necesidad de la individualización en la enseñanza de los elementos básicos en la esgrima, bajo el mismo principio, de la labor del profesor, teniendo en cuenta los conocimientos que debe tener de cada uno de los alumnos que conforman el grupo que bajo su accionar pedagógico está, así como las diferencias que van adquiriendo en el transcurso de la preparación que van recibiendo en los diferentes momentos de su vida deportiva.

CONCLUSIONES:

1. En la literatura especializada de la esgrima revisada no se encontraron materiales de carácter metodológico que faciliten una rápida y eficaz enseñanza de los elementos básicos para la iniciación del esgrimista.
2. El proceso de enseñanza aprendizaje en la esgrima en las edades de iniciación en el deporte, fundamentalmente, las posiciones básicas, (la guardia y el fondo), presenta dificultades con determinados entrenadores fundamentalmente los de menos experiencia, debido a la inexistencia de material metodológico que les permita llevar a cabo el mencionado proceso.
3. Los alumnos principiantes con los que se utilizaron, para la enseñanza de la posición de guardia y el fondo, los ejercicios utilizados para la corrección de errores y la preparación especial en atletas de esgrima, adoptaron estas posiciones, con mas firmeza y estética, que aquellos con los que se utilizaron las formas tradicionales de enseñanza de los elementos básicos, lo que les propicio la disminución en la interferencia de los movimientos entre si.
4. Determinados ejercicios utilizados para la preparación especial de los atletas de esgrima. Utilizados en la enseñanza de las posiciones de guardia y del fondo en sujetos que se inician en este deporte, brinda la posibilidad de un aprendizaje con mayor calidad y en un menor tiempo.
5. la mal formación de hábitos motores en la etapa de iniciación del esgrimista en la enseñanza de la puesta en guardia, dificulta la realización de todos los movimientos de desplazamiento, dificultando la vinculación de los movimientos entre si.

RECOMENDACIONES.

1. Se recomienda la realización de posteriores investigaciones acerca de la utilización de los ejercicios utilizados para la preparación especial del esgrimista, en la enseñanza de los elementos básicos en iniciantes.
2. Se recomienda la utilización de los ejercicios propuestos en la investigación, para la enseñanza de la posición de puesta en guardia, el fondo y el retorno del fondo a la guardia.
3. se recomienda la capacitación de aquellos profesores de la especialidad de esgrima ,que laboran en las áreas de iniciación, la utilización de los ejercicios propuestos, en la investigación para que sean aplicados en la enseñanza de los elementos básicos a aquellos alumnos que se inician en el deporte.

Bibliografía:

1. Advine., F. F. Didáctica y Optimización del Proceso de Enseñanza Aprendizaje, IPLAC: Ciudad de la Habana. 1998.
2. Aguilera., G. O. Epistemología Dialéctica. Una Propuesta Para el Nuevo Siglo.
3. Alvarez, Z. C. M. Una escuela Para la Excelencia. Santiago de Cuba 1995.
4. Alvarez., Z. Carlos, M. Metodología de la investigación científica. Santiago de Cuba. Universidad de Oriente, 1995. -- 39 h.
5. Alvarez., Z. et. al. La Investigación Científica en La Sociedad Del Conocimiento. Ciudad de la Habana. Editorial Pueblo y Educación. 2002
6. Amador., F. La enseñanza de los deportes de lucha. Barcelona: INDE. 1995
7. Añorga., M. J. Pedagogía y estrategia Didáctica y Curricular de la Educación Avanzada. ISPJV. Habana, Cuba.
8. Arkayev., V. A. La Esgrima /1ra edición Ciudad de la Habana. Editorial Orbe1990-530 p.
9. Bayer, C.La Enseñanza de los Juegos Deportivos, Barcelona, Hispano Europa1986.
10. Beker y Soltan., Metodología de la Esgrima de Sable. Editorial orbe, 348 p.
11. Brito., H. Hábitos, habilidades y capacidades, Artículo de la Revista Varona. NISPEJV. No 13. Junio-Diciembre. 1984
12. Campomares., G.J. et. al. Esgrima Real Federación de Esgrima Española, Comité olímpico Español, primera edición 1993.
13. Canto., C. Concepción Teórica acerca de los Niveles de Manifestaciones de las Habilidades Motrices Deportivas en la Educación Física de la Educación General Politécnica y Laboral. Tesis Doctoral (Doctorado en Ciencias Pedagógicas).Instituto Superior Pedagógico Enrique José Barona ". 2000.
14. Castellanos., S. D. Enseñanza y estrategia del aprendizaje: Centro de estudios Educativos. Universidad Pedagógica Enrique J. Varona.
15. Csnadi., A. (1981) El Fútbol. 3T. Ciudad de La Habana, Editorial Pueblo y Educación.

16. Colectivo de autores.,/Esgrima/Edición Comité Olímpico Español. 1993.
17. Colectivo de Autores., La Educación Física en Las Enseñanzas Medias. Editorial Paidotribd, S. A. 2da. Edición. Barcelona, 669 p.
18. Colectivo de autores., MINED-ICCP. Pedagogía. Ciudad de La Habana, Editorial Pueblo y Educación.1984.
19. Colectivo de Autores., Tendencias Pedagógicas Contemporáneas. Departamento de Psicología Pedagógica. Universidad de la Habana. 1996.
20. Dzhamgarov., T. T. Psicología de la educación física y el deporte / T. T. Dzhamgarov, A. Ts. Puni. -- Ciudad de La Habana: Ed. Científico - Técnica, 1990. -- 177 p.
21. Díaz., R, J. A. Fundamentos Pedagógicos y fisiológicos del entrenamiento de Los Esgrimistas. C. de la Habana. Editorial Científico-técnica, 1984, p.109.
22. Federación Internacional de Esgrima., / FIE – La Habana: Unidad Impresora José Antonio Huelga, 1990.-171p.
23. Ferrer., O. A Perfil de exigencia físico (capacidad fuerza) del Karate – Do para la modalidad de kata primera categoría del sexo masculino.
24. Forteza., de la R. A. Alta Metodología: Carga y Estructuración del Entrenamiento Deportivo /. - Ciudad de La Habana: ISCF, 1997. – 123 p
25. Forteza., de la R, A y . Ramírez, E. F. Teoría, Metodología y Planificación Del Entrenamiento Deportivo: de lo Ortodoxo a lo Contemporáneo, España, Editorial Deportiva. 2005
26. Fung., T. Las habilidades y las capacidades en el proceso de enseñanza-aprendizaje del deporte. 1996.
27. Fung., G. T. La habilidad deportiva: Su desarrollo”. La Habana, Editorial Pueblo y Educación. 1999.
28. García., M. J M. Navarro, V. M. Ruiz Caballero, J. A. Planificación del

- Entrenamiento Deportivo. Editorial Gymnos. Madrid. 2003.
29. González., O. El Enfoque Histórico-Cultural como Fundamento de una Concepción Pedagógica.
 30. Grosser., M. y Col. Principios del Entrenamiento Deportivo. Teoría y Práctica de Todos los deportes. España, Ediciones Martínez Roca S.A. 1993.
 31. Gorbunov., G. D. Psicología del Deporte; vneshtorgizdat, Moscú 1988 223p
 32. Harre., D. Teoría del entrenamiento deportivo / Harre Dietrich. -- Ciudad de La Habana: Ed. Científico Técnica, 1983. -- 395 p.
 33. Hechavarría., U, M. La formación de experiencias previas pedagógicas profesionales como base para la asimilación de conocimientos y habilidades planteadas por la disciplina teoría y metodología de la EF y el entrenamiento deportivo. Tesis de grado (Doctora en Ciencias Pedagógicas) Ciudad de La Habana, Instituto Superior Pedagógico "Enrique José Varona". 1994.
 34. Hechavarría., U. M. Las habilidades motrices. Consideraciones que facilitan a los profesores de Educación Física y Entrenadores Deportivos la comprensión de su desarrollo. Instituto Superior de Cultura Física. (Material en soporte digital). 2006.
 35. Jordi., D. L. La enseñanza y aprendizaje de las destrezas motrices básicas. Alpicat. Enero 1999.
 36. Keler., V. Entrenamiento de los Esgrimistas, Ciudad de la Habana, Editorial Ciencia y Técnica, 150 p .
 37. Leontiev., A.N. Actividad, conciencia y personalidad. La Habana, Editorial Pueblo y Educación. 1979.
 38. Lagartera., F.O. Bases Epistemológicas de la Actividad Físico-deportivas INEFC, Lleida.
 39. Leontiev., A.N. La Actividad en la Psicología. La Habana, Editorial. Libros para la Educación. 1982.
 40. Los métodos modernos de musculación. Barcelona, Editorial Paidotribo. Cometti, 2000.

41. Navarro., F. S. *Basketbol Teoría y metodología del Entrenamiento, Preparación Física, Planificación e Iniciación deportiva*. Ciudad de la habana: Editorial Científico- técnica, 1994, 41 p.
42. Núñez., P. C. R. *Plan psicopedagógico para potenciar la Preparación de los taikwondistas*. Tesis en opción al título de Doctor en Ciencias de la Cultura Física y Deportes. Ciudad de la habana, Instituto Superior de Cultura Física y Deportes. Facultad de Holguín. 2001.
43. Ozolín., N.G. *Sistema contemporáneo de entrenamiento deportivo*. Ciudad Habana, Editorial Científico Técnico, 1988 --11 p.
44. Pérez., I. G. *El desarrollo de las habilidades motrices básicas en escolares del primer ciclo en el Plan turquino*. Tesis en opción al título de Doctor en Ciencias Pedagógicas. Holguín, Instituto Superior Pedagógico “José de la Luz y Caballero”. 2008.
45. Petrovski., A. *Psicología general*, Editorial Progreso, Moscú. 1980.
46. Pila., T.A. *Educación Física Deportiva, enseñanza aprendizaje*. Tercera edición Madrid 1988. 447 p
47. *Programa de Preparación del deportista, Esgrima y Taekwondo*, Ciudad de la Habana, Editorial Deportes, 161 h.
48. Ranzola., R. A Forteza, R. A. *Bases metodológicas del entrenamiento deportivo*. Ciudad de La Habana. Ed. Científico Técnica, 1988. -- 188 p.
49. Rubinstein., S. L. *El desarrollo de la Psicología. Principios y métodos*. Ciudad de La Habana, Editorial Pueblo y Educación. 1979.
50. Sánchez., B. F. *Bases para una didáctica de la Educación Física y el Deporte*. Madrid, Editorial Gymnos. 1992.
51. Sánchez., A. M. E y González, G. M. *Psicología General y del Desarrollo*. 2004.
52. Schmidt., R. A. *Aprender a Enseñar la Educación Física*, Barcelona, INDE,

1993.

53. Talízina., F. N. Los contenidos de la enseñanza. La planificación y organización del proceso Docente-Educativo, Ministerio de Educación Superior.
54. Talízina., F. N. Psicología de la enseñanza. Moscú, Editorial Progreso. 1988.
55. Tyshler., D. A. La Preparación Psicológica Del Esgrimista. Ciudad de la Habana, Editorial Orbe, 136 p.
56. Ugas., F, G. La complejidad: un modo de pensar. Ediciones Taller Permanente de Estudios Epistemológicos en Ciencias Sociales. Venezuela. 1996.
57. Valdés., H / Estévez, M / Peralta, E. Introducción a la Investigación Científica Aplicada a la Educación Física y el Deporte. ED. Pueblo y Educación. La Habana. 1987.
58. Verkhoshansky, I.V. Programación y organización del proceso de entrenamiento. Editorial Fizcultura Sport, Moscú. 1985

ANEXOS

ANEXO # 1

Comentario [M1]: Profesor aquí faltan los anexos de los métodos aplicados como el protocolo de observación los test técnicos aplicados recuerde la metodología para cada uno de ellos y en el orden que o menciona en el informe de tesis

Resultados de las pruebas realizadas a la muestra las de las áreas especiales. Mediciones a la posición de puesta en guardia.

Tabla # 1. Estructura de la guardia, sin movimiento.

EVALUACIONES	B		R		M	
	1ro	2do	1ro	2do	1ro	2do
1ra prueba	15	14	7	6	4	6
2da prueba	19	17	5	7	2	2
3ra prueba	22	21	4	5	x	x

Tabla # 2. Estructura de la guardia, en movimiento.

EVALUACIONES	B		R		M	
	1ro	2do	1ro	2do	1ro	2do
1ra prueba	3	3	15	17	8	6
2da prueba	7	9	14	13	5	4
3ra prueba	10	11	14	12	2	3

Tabla # 3. Estructura de la guardia después del movimiento.

EVALUACIONES	B		R		M	
	1ro	2do	1ro	2do	1ro	2do
1ra prueba	9	6	11	10	6	10
2da prueba	12	11	10	13	4	2
3ra prueba	16	13	8	12	2	1

ANEXO # 2

Tabla # 4. Posición del fondo, (estructura).

EVALUACIONES	B		R		M	
	1ro	2do	1ro	2do	1ro	2do
Año de realización	1ro	2do	1ro	2do	1ro	2do
1ra prueba	4	4	9	10	13	12
2da prueba	12	13	10	11	4	2
3ra prueba	16	15	7	10	3	1

Tabla # 5. Movimiento de ejecución.

EVALUACIONES	B		R		M	
	1ro	2do	1ro	2do	1ro	2do
Año de realización	1ro	2do	1ro	2do	1ro	2do
1ra prueba	x	x	2	4	24	22
2da prueba	3	5	5	5	18	16
3ra prueba	8	11	9	6	9	10

Tabla # 6. Ejecución después de un movimiento de desplazamiento.

EVALUACIONES	B		R		M	
	1ro	2do	1ro	2do	1ro	2do
Año de realización	1ro	2do	1ro	2do	1ro	2do
1ra prueba	x	x	x	1	26	25
2da prueba	2	4	9	11	15	11
3ra prueba	11	10	7	9	8	7

Tabla # 7. Ejecución regresando a la guardia después de realizar un fondo.

EVALUACIONES	B		R		M	
	1ro	2do	1ro	2do	1ro	2do
1ra prueba	x	1	x	x	26	25
2da prueba	x	2	2	5	24	19
3ra prueba	1	3	6	7	19	16

ANEXO # 3

Mediciones realizadas a los alumnos grupo experimental de la EIDE

Tabla # 8. Estructura de la guardia, sin movimiento.

EVALUACIONES	B		R		M	
	1ro	2do	1ro	2do	1ro	2do
1ra prueba	6	5	5	5	1	2
2da prueba	12	11	x	1	x	x
3ra prueba	12	12	x	x	x	x

Tabla # 9. Estructura de la guardia, en movimiento.

EVALUACIONES	B		R		M	
	1ro	2do	1ro	2do	1ro	2do
1ra prueba	4	4	4	6	4	2
2da prueba	9	11	2	x	1	1
3ra prueba	11	12	1	x	x	x

Tabla # 10. Estructura de la guardia después del movimiento.

EVALUACIONES	B		R		M	
	1ro	2do	1ro	2do	1ro	2do
1ra prueba	9	9	2	1	1	2
2da prueba	11	12	x	x	1	x
3ra prueba	12	12	x	x	x	x

Mediciones realizadas a la posición de fondo

Tabla # 11. Posición del fondo, (estructura).

EVALUACIONES	B		R		M	
	1ro	2do	1ro	2do	1ro	2do
1ra prueba	8	10	3	1	1	1
2da prueba	12	12	x	x	x	x
3ra prueba	12	12	x	x	x	x

Tabla # 12. Movimiento de ejecución.

EVALUACIONES	B		R		M	
	1ro	2do	1ro	2do	1ro	2do
1ra prueba						
2da prueba						
3ra prueba						

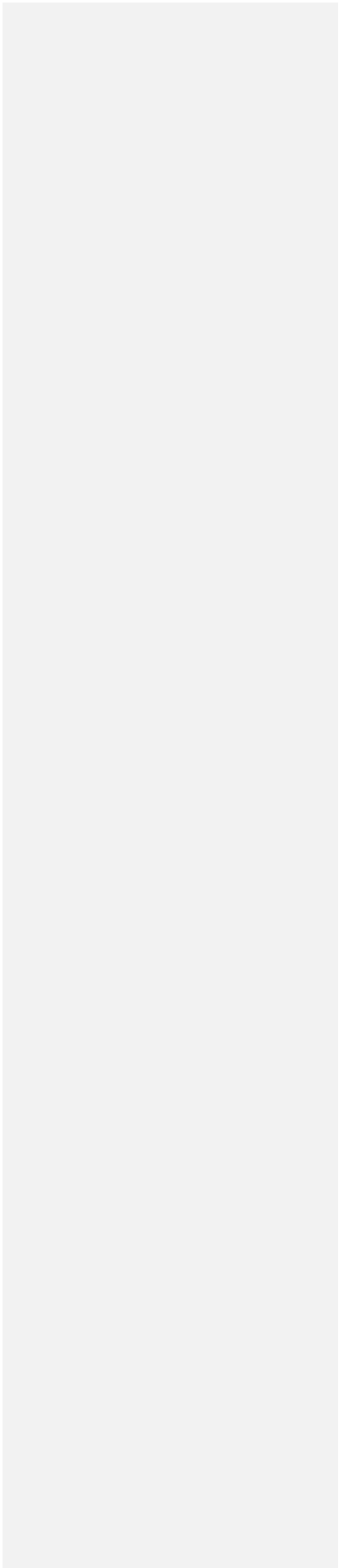
Año de realización	1ro	2do	1ro	2do	1ro	2do
1ra prueba	5	4	6	7	1	1
2da prueba	9	9	2	3	1	x
3ra prueba	11	10	1	2	x	x

Tabla # 13. Ejecución después de un movimiento de desplazamiento.

EVALUACIONES	B		R		M	
	1ro	2do	1ro	2do	1ro	2do
Año de realización	1ro	2do	1ro	2do	1ro	2do
1ra prueba	4	2	5	3	3	7
2da prueba	8	7	4	4	x	1
3ra prueba	12	12	x	x	x	x

Tabla # 14. Ejecución regresando a la guardia después de realizar un fondo.

EVALUACIONES	B		R		M	
	1ro	2do	1ro	2do	1ro	2do
Año de realización	1ro	2do	1ro	2do	1ro	2do
1ra prueba	x	1	4	4	8	7
2da prueba	3	3	5	6	4	3
3ra prueba	9	11	2	1	1	x



Created with

 **nitro**^{PDF} professional

download the free trial online at nitropdf.com/professional