

UNIVERSIDAD DE CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA Y EL DEPORTE
“MANUEL FAJARDO”
FACULTAD HOLGUÍN

La formación de bases conceptuales para la preparación técnica y táctica de los judocas de la categoría 11 – 12 años.

Tesis en opción al título académico de Master en Deportes de Combate.

Autor: Lic. Saimara González González

Tutor: Dr. C Elsa Sivila Jiménez

2011

DEDICATORIA

A mis padres,

A mí adorado esposo,

A mis queridos hijos,

A mí familia y amigos,

AGRADECIMIENTOS

A la Revolución Cubana,

A mi tutora,

AI CENDECOMB,

A mis profesores,

A todos los que con respeto y amor han colaborado con mi formación.

ÍNDICE

CONTENIDO	Pág.
Dedicatoria	-
Agradecimientos	-
Resumen	-
Introducción	1
Problema científico	2
Objeto de estudio	2
Campo de acción	3
Objetivo	3
Preguntas científicas	3
Tareas	3
Novedad y aporte práctico	4
Capítulo I. La formación de bases conceptuales en los judocas de la categoría 11 – 12 años pertenecientes a las áreas deportivas especiales.	5
I.1. Fundamentos teóricos vinculados a la preparación deportiva de los judocas pioneriles.	5
I.2. La preparación teórica de los judocas pioneriles categoría 11 – 12 años.	19
Capítulo II. Alternativa metodológica para la formación de bases conceptuales en el Judo de la categoría 11 – 12 años.	23
II.1 Principales métodos y muestra de investigación.	23
II.1.1.- Métodos y metodología.	23
II.1.2.- Estudio muestral.	25
II.2. Alternativa metodológica para la formación de bases conceptuales en los judocas.	25
Conclusiones	49
Recomendaciones	50
Bibliografía	52
Anexos	-

RESUMEN

La investigación responde a una de las principales temáticas vinculadas al proyecto de I + D del Judo en la provincial Holguín, de igual modo incluida dentro de las líneas oficiales del Centro de Estudios Nacional de Deportes de Combate (CENDECOMB). El tema abordado constituye una temática de impostergable tratamiento científico en Cuba y a nivel internacional, toda vez que las exigencias actuales del deporte a nivel internacional, precisan de deportistas preparados integralmente, donde el desarrollo intelectual se hace cada vez más acuciante en el proceso de la competición y la consecución de altos logros competitivos. De aquí que una alternativa orientada a la formación de bases conceptuales que tributen al perfeccionamiento técnico y táctico de los judocas, constituya una prioridad pedagógica y social. La investigación es respaldada por la aplicación consecuente de los métodos científicos, los cuales facilitan la interpretación integral de los principales resultados y aportes. Se destaca la aportación de un sistema de conceptos básicos y específicos, así como un conjunto de acciones pedagógicas orientadas al perfeccionamiento de las bases conceptuales de los investigados. Se desarrolla un pre – experimento como una de las fases de la alternativa metodológica propuesta, así como la consulta con expertos, que unido a los resultados de la aplicación de la alternativa y los reconocidos criterios de profesionales y directivos destacados del Judo a nivel nacional, se asegura la pertinencia y significación social de la propuesta. Las conclusiones y recomendaciones justifican la necesidad del tratamiento a la preparación intelectual de los judocas de la categoría 11 – 12 años, toda vez que de forma integradora e individualizada garantiza un mejor rendimiento en los entrenamientos y las competencias.

INTRODUCCIÓN:

El Judo, como arte marcial devenido deporte, constituye uno de los de mayores aportaciones al medallero olímpico cubano en toda la historia.

A partir del triunfo revolucionario de 1959, y gracias a la promulgación del “Deporte Derecho del Pueblo”, el interés del naciente gobierno por promover salud y esparcimiento del mejoramiento de los niveles de vida de la población, garantizó la práctica masiva de niños, jóvenes y adultos a las áreas de participación en todos los lugares del país. Tal cuestión, trajo la lógica consecuencia del incremento de la calidad, que unido a la superación de los instructores y profesores, transformó la situación del Judo y su calidad en los años antes del triunfo.

Holguín ha sido una de las provincias de mayores resultados internacionales en el Judo cubano, alcanzando 2 medallas de oro en Juegos Olímpicos, 1 de plata y una de bronce. Tales resultados internacionales se unen a las posiciones de las delegaciones de judocas del territorio a los eventos nacionales. Equipos de la categorías escolares durante la historia de los juegos escolares nacionales se han ubicado tradicionalmente entre los primeros lugares, de igual modo las categorías inferiores gozan de reconocimiento nacional por sus altos resultados históricos.

A pesar de los relevantes resultados alcanzados por el Judo holguinero, un grupo de adversidades e insuficiencias han lacerado el comportamiento general de este deporte en los últimos años.

Dentro del grupo de factores que pueden considerarse causales esenciales de las altas y bajas en los resultados, ha sido reiterado el criterio de especialistas y directivos, referente a las dificultades de los competidores de categorías inferiores, durante el cumplimiento de los objetivos pedagógicos y el desempeño táctico en los combates, al parecer vinculados a problemas con el desarrollo intelectual y en particular con la formación de bases conceptuales de los judocas de la categoría 11 – 12 años.

Sin embargo, para efectuar un adecuado análisis referente a la citada situación científica, es preciso hacer énfasis en algunas insuficiencias que han sido delimitadas por esta autora en estudios preliminares:

- 1.- Los programas de enseñanza del Judo a nivel nacional no expresan con claridad el tratamiento metodológico al problema de la formación teórica de los

deportistas, lo cual afecta el rendimiento técnico y táctico en las clases de entrenamiento y las competencias.

- 2.- Los contenidos de la preparación táctica no se delimitan de forma clara y precisa en los planes y programas, haciéndose mayor énfasis en la preparación técnica.
- 3.- Los profesores presentan insuficiencias metodológicas para enfrentar el proceso de formación de bases conceptuales referidas al desenvolvimiento técnico y táctico de los judocas de la categoría 11 y 12 años.
- 4.- Es insuficiente la bibliografía y los documentos normativos en relación al problema de la preparación teórica de los de la categoría 11 y 12 años.

Ha sido demostrado por las ciencias psicológicas y pedagógicas esencialmente, que en las edades de 11 y 12 años se producen cambios importantes en el pensamiento de las niñas y niños de esas edades, sobre todo en el pensamiento teórico. De igual modo es conocida la responsabilidad del cerebro en la actividad intelectual de los humanos.

Al considerar las formas lógicas del pensamiento como bases neuropsíquicas vitales en la actividad, entonces la formación de conceptos, los juicios que establece el sujeto acerca de los objetos y fenómenos que le rodea y sus relaciones, así como los aspectos conclusivos al respecto, merece la atención orientar determinado tratamiento por los profesionales encargados de la preparación deportiva de los judocas de la categoría 11 - 12 años, el estudio del comportamiento intelectual de los practicantes durante el accionar técnico y táctico en el deporte escogido.

A partir de los elementos planteados se infiere el siguiente **problema científico**:

¿Cómo dirigir el proceso de formación de las bases conceptuales de los judocas de la categoría 11 – 12 años, que tribute a un mejor desempeño técnico y táctico en los entrenamientos y las competencias?

Objeto de estudio:

Proceso pedagógico del entrenamiento de los judocas de la categoría 11 – 12 años.

Campo de acción:

Formación de las bases conceptuales de la preparación técnica y táctica del judoca de la categoría 11 – 12 años.

Objetivo:

Diseñar una alternativa metodológica que favorezca el proceso de formación de las bases conceptuales para las preparaciones técnica y táctica de los judocas de la categoría 11 – 12 años, tendiente a un mejor rendimiento deportivo.

Preguntas científicas:

1. ¿Cuáles son los referentes teóricos que respaldan la formación de bases conceptuales de los judocas de la categoría 11 – 12 años?
2. ¿Cuál es el estado actual del nivel de formación de bases conceptuales de los judocas estudiados?
3. ¿Qué estructura y contenidos deben identificar la alternativa metodológica para la formación de bases conceptuales de los judocas pioneriles?
4. ¿Cómo evaluar la pertinencia y significación de la alternativa metodológica diseñada?

Tareas científicas:

1. Elaboración del marco teórico referencial del estudio.
2. Aplicación e interpretación del diagnóstico inicial.
3. Determinación de las dimensiones e indicadores constitutivos de la alternativa metodológica.
4. Aplicación de la consulta con experto.
5. Comprobación parcial del impacto de la alternativa metodológica diseñada.

Novedad científica:

Se concreta en el enfoque didáctico aportado en la alternativa metodológica, que desde una perspectiva sistémica e integradora, orienta la formación de bases conceptuales generales y específicas, que tributan al desarrollo de las direcciones técnica y táctica de los judocas de la categoría 11 – 12 años.

Aporte práctico:

Se aporta una alternativa metodológica a los profesores deportivos de Judo, tendiente al desarrollo y perfeccionamiento de la preparación intelectual de los judocas de la categoría 11 – 12 años, cuya aplicación consecuente, debe elevar la calidad de la preparación deportiva, a partir de un mejor desempeño técnico y táctico en los entrenamientos y las competencias.

Capítulo I. La formación de bases conceptuales en los judocas de la categoría 11 – 12 años.

I.1. Fundamentos teóricos vinculados a la preparación deportiva de los judocas de la categoría 11 – 12 años.

El destacado maestro del Judo cubano e investigador, DrC José Silvio Jiménez Amaro (1991) cinturón negro 7mo Dan, al indicar en el Programa de Preparación del Deportista, elaborado por él para el Judo en Cuba, sentencia los principales objetivos generales para las áreas deportivas destacando los siguientes:

1. Crear hábitos de conductas, morales, volitivas y un espíritu colectivista en los niños basados en los principios de la educación formal socialista.
2. Garantizar el desarrollo de las capacidades físicas y habilidades deportivas de los niños y adolescentes a través de la formación multilateral.
3. Iniciar el aprendizaje de los elementos básicos de los deportes programados para estas edades o categorías.¹

Sin embargo, a más de 20 años de sus planteamientos, el camino que aún le queda por transitar a la comunidad científica internacional y en particular a la cubana, para concretar las bases científicas que tributen a la consecución de tales objetivos es largo y difícil.

La formación multilateral e integral de una niña o niño y de los adolescentes practicantes del Judo como arte marcial, devenido deporte olímpico, requiere de todo un proceso pedagógico complejo, multidisciplinar, durante muchos años.

En el propio **Programa de Preparación del Deportista** de Judo del año 1991, se plantea que para el trabajo con la categoría 11-12 años, se debe tener en cuenta los siguientes **objetivos específicos**:

1. *Continuar con la educación de hábitos higiénicos y de conducta que contribuyan a la formación de la personalidad del judoca.*
2. *Consolidar el estudio de los elementos técnicos – tácticos básicos en el Tachi Waza y Ne Waza.*
3. *Continuar con la enseñanza técnica (dominio del II nivel o forma burda mejorada).*

¹ Jiménez Amaro, José Silvio. Programa de Preparación del Deportista. Judo. 1991. pág. 6

4. Continuar con el desarrollo de las capacidades físicas utilizando los deportes auxiliares, dando prioridad a la rapidez, fuerza rápida y resistencia general, así como la coordinación.
5. Cumplir con las normativas exigidas para la categoría.

Tareas

1. Trabajar para garantizar los hábitos higiénicos en el judoca, en el aspecto personal y sobre los medios de entrenamiento (judogui, tatamis y ropas de deportes auxiliares complementarios).
2. Influir a través de las prácticas sistemáticas en el desarrollo educativo de los yudocas, fortaleciendo el amor a la patria, al deporte, el cuidado a la propiedad social y a la educación formal.
3. Insistir seriamente en el aprendizaje de los grupos de técnicas que lleva implícito este nivel y categoría.
4. Enseñanza y aprendizaje de los grupos de técnicas establecidos en el sistema de grados Kyu.
5. Aumentar durante el aprendizaje de los elementos técnicos – tácticos el número y complejidad; en la medida en que los judocas transiten de una categoría a otra, o de un grado Kyu a otro.
6. Continuar desarrollando la base preparación multilateral motriz.
7. Desarrollar las capacidades físicas partiendo de las normativas exigidas en las diferentes capacidades condicionales y coordinativas.

Características:

1. Poseer una destacada disciplina en el cumplimiento de sus tareas como judoca, estudiante y joven de nuestra sociedad socialista.
2. Tener conocimientos y dominio sobre los ejercicios característicos en el Ne Waza y Tachi Waza, así como de las técnicas fundamentales.
3. Dominar completamente los Ukemis (Ushiro, Yoko, Mae Mawari y Mae Ukemi).
4. Tener dominio en el trabajo con los ejercicios y aparatos gimnásticos.
5. Dominar los elementos básicos del Judo.
6. Dominar las técnicas del sistema de grados Kyu, que le corresponda, realizando el desplazamiento hacia dos direcciones en su ejecución técnica.
7. Comenzar con el desarrollo de las técnicas favoritas tanto en el Tachi Waza como en el Ne Waza.
8. Dominar el desplazarse en parejas obre el tatami en las cuatro direcciones.
9. Conocer el reglamento internacional de competencias.
10. Que conozcan a nuestros judocas más destacados internacionalmente.

11. Que el judoca esté apto físicamente, psíquicamente, técnicamente y tácticamente, para continuar en la categoría inmediata superior.

(Tomado de forma textual del programa oficial)²

Como puede apreciarse, la certera intensión del autor del programa, basado en sus estudios científicos y la vasta experiencia en la práctica y la enseñanza del Judo, se orienta hacia la formación multifacético de los judocas de la categoría 11 – 12 años. Pero a pesar de ello, en el citado texto no se aprecian objetivos, ni tareas concretas, conducentes a un proceso adecuado de la formación intelectual del judoca, y en menor medida orientaciones metodológicas precisas para el desarrollo de las bases conceptuales requeridas, dadas las exigencias del Judo para los practicantes de esas edades.

En el **Programa de Preparación del deportista del Judo**, actualización del 2007, por un colectivo de autores cubanos, se aborda el tema de la preparación teórica del judoca, para lo cual se define lo siguiente:

“Objetivo.

Interpretar los rasgos históricos, éticos y estéticos del judo como aspectos de importancia esencial durante la etapa inicial de formación del judoka.”³

Es evidente la limitante del citado programa referente a que no se orientan objetivos precisos acerca de la intencionalidad que debe tener la dirección teórica de la preparación del judoca cubano, pues se reitera la falta de comprensión de que la misma no debe reducirse a cuestiones de historia y evolución del Judo, reglas y normas éticas, pues quedan al margen la formación de conceptos básicos y específicos esenciales que delimitan la formación intelectual de los practicantes, criterio que queda demostrado al valorar los contenidos que son predeterminados en el programa más actual en Cuba, lo cual se describe de forma integra:

“Contenido.

Artes marciales que dieron origen al judo, creación del judo, difusión y auge internacional, judo pre revolucionario, evolución del judo revolucionario hasta nuestros días, atletas destacados.

² Ob cit. pág . 12 -13.

³ Programa de Preparación del Deportista. Judo. Colectivo de autores. 2007. pág 12.

Normas éticas y estéticas del Judo. Reglamento disciplinario local. Normas disciplinarias de los campeonatos municipales y provinciales.

Evaluación.

Tres pruebas, preferiblemente orales.”⁴

En esta última línea, tomada textual del programa, puede percibirse que los autores sólo conciben la preparación teórica como elementos que no pueden llevarse a una aplicación práctica, como puede ser la descripción de una combinación técnica o la solución elemental o compleja de una situación problemática, a partir del empleo de métodos propios de la preparación táctica. Debe reforzarse la idea que sólo se separan las direcciones para su estudio y tratamiento metodológico, pues todas existen en forma de unidad inseparable. Este criterio puede explicarse si se responde a la interrogante siguiente: ¿Cuáles son los contenidos teóricos que debe dominar un judoca en relación a la solución de un problema táctico concreto?

Veamos cómo se enfoca en el citado programa esta situación:

“Categoría 11-12 años.

1. 2. 2. 1. Características de los niños de estas edades.

*En los niños de estas edades la atención puede conservarse sin fatiga durante 40 minutos, esto es importante para tenerlo en cuenta mientras se trabaja en el desarrollo de habilidades **técnico-tácticas**.*

El crecimiento de la caja torácica presenta un atraso, el desarrollo de los músculos se atrasa con relación a los huesos, se empeora la coordinación de los movimientos.

Están contraindicados los ejercicios con aplicación excesiva de la fuerza, los ejercicios deben hacerse con intensidad media.

Los niños comienzan a dominar con rapidez hábitos motores relevantes.

1. 2. 2. 2. Objetivos de la preparación

Alcanzar un nivel de aplicación de las capacidades y habilidades a situaciones de combate que permitan enfrentar con éxito las exigencias de las competiciones propias de estas edades, a través de acciones y operaciones de mayor complejidad que la de las categorías precedentes.”

⁴ _____ Oc cit. pág. 13

Más adelante se expresan las dos direcciones nuevamente unidas, obviando que cada una tiene su propia identidad, conceptos y funciones didácticas; a las cuales se les debe considerar metodológicamente por separado, para su mejor y factible tratamiento; tal como el resto de las direcciones. ¿Por qué no se unen otras dos cualesquiera?, tienen que ser precisamente estas dos, las que tanto interés, importancia y por tanto, volumen de trabajo y tratamiento requieren para su verdadero afianzamiento en los judocas de la categoría 11 – 12 años, igual que en otras.

“1. 2. 2. 5. Preparación Técnico-Táctica.

Objetivo:

Dominar los elementos técnicos hasta el nivel de cinturón amarillo del programa de grados Kyu, de forma tal que puedan ser aplicados en situaciones reales de combate.”⁵

También se observa la limitante en la delimitación de los objetivos tácticos, pues aparecen unido a la dirección técnica, sin embargo no se precisan los contenidos tácticos, ni métodos, ni el sistema para su evaluación, aspectos que son abordados en las obras de autores vinculados al Centro de Estudios Nacional de Deportes de Combate (CENDECOMB), como son los casos de A. Morales y colectivos de autores, así como recientemente por las teorías de Núñez y Milanés (2010).

Por otra parte, es preciso reconocer que el paso de los judocas de categorías inferiores a superiores no es camino fácil de recorrer, por el contrario, es un proceso largo y complejo.

No siempre los profesores deportivos sustentan los entrenamientos diarios sobre bases confiables; de hecho, el desconocimiento de los principios del entrenamiento, que deben justificar los progresos de los deportistas, así como los fundamentos teóricos, metodológicos y de aplicación práctica requeridos para el entrenamiento con principiantes, no son estudiados con la profundidad que merece el caso, constituyendo esto, temas de discusión constante entre docentes, funcionarios y directivos.

⁵ _____ lbit. pág. 16

“Para lograr que los alumnos puedan transitar por el proceso de adquisición de las acciones motrices o fundamentos técnicos del deporte, es preciso organizarlo metodológicamente, previendo la secuencia de las categorías del movimiento (habilidad, hábito y destreza). Asimismo, tener en cuenta las regularidades fisiológicas, psicológicas y pedagógicas. Para alcanzar estos propósitos, el entrenador debe entender que el entrenamiento deportivo es un proceso pedagógico que proviene de leyes objetivas de la educación y para facilitar la labor, es importante apoyarse en la utilización de principios metodológicos inherentes a la actividad específica, lo cual facilita la comprensión, la aplicación de los métodos de enseñanza del aprendizaje motriz y los utilizados en la detección y corrección de errores.”⁶

I.1.1.- Etapas por la cual transcurre todo el proceso de la preparación deportiva del judoca:

Para hacer un acercamiento científico al complejo proceso de formación de los conocimientos, habilidades y hábitos de los judocas de edades temprana y su consolidación en las distintas categorías y sexo, deben ser consideradas las distintas etapas por las cuales atraviesa la preparación deportiva.

Sin embargo, antes es preciso comprender que al valorar el tema de la formación de conceptos, ideas, imágenes, tanto teóricas como prácticas en los practicantes del Judo, cabe confirmar que, sólo desde una sólida base científica y con una concepción clara de que todos los componentes o direcciones de la preparación deportiva, existen en forma de unidad dialéctica, puede ser desarrollado exitosamente, el proceso pedagógico del entrenamiento, el cual a su vez debe ser reconocido y tratado como un proceso formativo e integral de la personalidad de los practicantes.

Primera etapa: Generalización o dominio inicial.

Es la etapa en que el deportista se enfrenta por primera vez a la habilidad motriz que va a aprender y predominan los movimientos inseguros, superfluos, torpes, donde se aprecian grandes concentraciones musculares e irradiado toda concentración de disociación motriz específica.

De manera aproximada se corresponde con la tarea motora planteada.

⁶ Ranzola, Alfredo. Metodología del entrenamiento deportivo. 2003. pág. 89

- Esfuerzos musculares indiscriminados.
- Participan grupos musculares ajenos a la acción,
- Aumento sustancial del gasto energético.

En esta etapa se advierte una gran radiación de los procesos nerviosos con una generalidad de las acciones de respuestas (gran cantidad de respuestas que no se corresponden con la necesidad energética del movimiento), es obvio que se está enfrentando a una acción motriz o tarea nueva, también se da por denominar etapa de familiarización.

Algunas características:

En esta etapa, prima la percepción visual, de igual modo existe una aproximación de los elementos básicos que ya debe dominar de la técnica, mediante la conexión entre la visión, la audición y las percepciones sinestésicas o de movimiento.

En el orden sensitivo se plantea la representación correcta del movimiento sobre la base de la percepción visual primero y la motriz después.

Tareas principales de la etapa:

1. La representación motriz clara (el profesor no muestra al principiante lo que hace incorrecto porque en esta etapa se capta mucho por la visión y se corre el riesgo de reforzar el error).
2. El dominio inicial de los fundamentos generales de la habilidad.
3. Medios didácticos fundamentales:
4. Demostración
5. Explicación
6. Oportunidad de práctica sistemática.

Segunda etapa: Concentración:

La diferenciación o concentración y aproximación de las partes de la habilidad y la integración progresiva hasta alcanzar un todo, a esto se la denomina Periodo Analítico - Asociativo - Sintético:

- Existe la concentración de la excitación
- El mejoramiento de la coordinación.
- Existe ajuste de la tensión muscular.
- Comienzan a estereotiparse los movimientos.
- A medida que transcurre el proceso de aprendizaje va mejorando la técnica de ejecución, se hace más fluida.

Determinadas zonas o sectores corticales tienen especial influencia para desarrollar la inhibición de los centros nerviosos ajenos a la tarea motora que se ejecuta lo cual tiene lugar como reflejo involuntario.

En esta etapa aún no está afianzado el estereotipo dinámico, que es la base fisiológica de la formación de los hábitos motores, que no es más que enlaces nerviosos que se establecen a nivel de corteza, como aún no están afianzados estos estereotipos, en esta etapa ocurren con frecuencia las llamadas Interferencias de hábitos motrices.

Esta es una fase crítica del aprendizaje con altas y bajas en la ejecución técnica, lo que evidencia la existencia de un ritmo ondulatorio en los procesos del aprendizaje.

- Se observa irregularidad en la fijación del estereotipo dinámico.
- La atención debe ser centrada en los errores principales y sus causas.
- Se observa irregularidades en la fijación del estereotipo dinámico,
- La atención debe ser centrada en los errores principales y sus causas.
- Existe la diferenciación y aproximación de las partes del ejercicio y la integración progresiva de estas hasta conformar un todo.

Durante esta etapa se deben eliminar los movimientos innecesarios, se automatizan los movimientos y acciones y se forma una actitud consecuente hacia el dominio de la habilidad.

Tareas principales:

1. Ejecución de los movimientos más efectivos que componen la tarea motriz hasta eliminar los innecesarios.
2. Retroalimentación sistemática
3. Evaluación y autoevaluación.

Tercera etapa: De consolidación y profundización:

Es en esta etapa donde aparece un perfeccionamiento de la ejecución de las acciones motrices, relacionadas con una mayor eficiencia y eficacia de los movimientos.

Se observa la estabilización y un alto grado de profundización y el denominado “automatización” de los movimientos.

Después de una gran cantidad de repeticiones los movimientos se empiezan a ejecutar de manera más fluida, no automática como aseguran algunos clásicos.

Esto se debe a que existe, gracias a la repetición y consolidación de los estereotipos dinámicos, un mayor control consciente del movimiento.

El elevado control consciente sobre el movimiento posibilita la facilidad, naturalidad y fluidez de la ejecución.

La excitación es localizada exclusivamente en los centros nerviosos que participan en la sesión motora y resulta mínimo el gasto energético indispensable para la ejecución del movimiento técnico.

Formas básicas de la consolidación:

- Repeticiones de ejercicios que contribuyen al mejoramiento de hábitos y habilidades
- Profundización con tareas que planteen exigencias constantes y crecientes a la actividad del atleta.
- Sobre la base de los errores repetir ejercicios correctivos.

Tareas principales:

1. Estabilizar la ejecución
2. Lograr un grado elevado de relajación Características más importantes en la ejecución:
3. Aparece en alto grado la diferenciación
4. El movimiento se hace fluido
5. Se logra una ejecución pulida.
6. En esta etapa es de suma importancia tener en cuenta lo siguiente:

Si se arriba a la fase de automatización con errores y deficiencias técnicas, resulta sumamente difícil eliminarlas.

Cobra particular importancia el correcto aprendizaje de la técnica desde edades tempranas, sustentada en la aplicación mas idónea de los métodos y medios para su enseñanza.

Al precisar los contenidos vinculados a la categoría 11- 12 años pertenecientes a las áreas deportivas dentro del Programa de Preparación del Deportista, también se reflejan los objetivos generales, las tareas y las características a tener en cuenta por los profesores deportivos del Judo cubano.

I.1.2.- Fundamentos psicológicos del aprendizaje y perfeccionamiento técnico en el judoca.

Bases neuropsicológicas del desarrollo técnico del judoca:

Las representaciones motoras y su papel en el aprendizaje de las acciones motrices.

¿Qué son las representaciones motoras? Si se le pide a un judoca principiante que ejecute una técnica o una postura determinada: tal como la técnica de ukemi, sin que éste tenga idea de cómo es su ejecución, ¿qué reacción haría este principiante? Sin embargo, si se les indica que la posición de ukemi es similar a romper caída ¿Qué pasaría? Supuestamente el principiante trataría de realizar una vuelta de frente u otra acción similar. ¿Qué existe entonces dentro de nosotros, en nuestra “mente”?

Lo correcto es: Una figura motora, una representación de algo que vimos en un momento determinado, de algo que se nos enseñó, que existe en forma de reflejo subjetivo (imagen motriz), en forma de idea, que proviene de una acción motora determinada.

- visual
- de movimiento

Vías - representación de la acción por el practicante

- Auditiva
- Táctil

¿Qué sucede cuando un niño observa a un profesor, explicando y demostrando una técnica, ejemplo: una postura básica del judo?

Pues trata de ejecutarla, repetirla, o sea, el principiante comienza rudimentariamente a construir un programa de la acción que se le enseña, la va ejecutando, la ejercita muchas veces, recibe la ayuda de su profesor o maestro, de sus compañeros; y llega incluso, con el tiempo, a reconocer sus propios errores, a partir de la estructura (modelo) que exige la técnica que ejecuta.

En esto consiste la estructura psicológica de la representación de la acción, también llamada bloques de la representación.

Estructura o bloque de la representación:

Construcción del programa de acción	Ejecución del programa	Control y corrección del programa
-------------------------------------	------------------------	-----------------------------------

En la medida que se perciben los movimientos que conforman una estructura técnica, se van formando enlaces temporales, puntos en la corteza del cerebro; que son conservados en mayor o menor medida, de acuerdo a la repetición, interés del sujeto, etc. Los enlaces entre dichos puntos, es lo que se denomina estereotipo dinámico, que constituyen la base biológica de los hábitos motrices.

Podemos entonces responder la interrogante siguiente:

¿Cómo mejorar la calidad de la representación de una acción técnica en el Judo?

- Demostración adecuada de los movimientos.
- Explicación breve pero concisa.
- Aplicación adecuada del método global, fragmentario-global.
- Aplicación del método del ejercicio y la repetición.
- Presentación de láminas, pancartas, fotos, videos, etc.
- Solicitud de descripción del ejercicio a los alumnos practicantes.
- Corrección oportuna de errores, evitando la sanción o castigo por la baja calidad, no todos aprenden a ritmos iguales.
- Empleo del método del trabajo por pares, o sea, un alumno ayudando a otro.
- Descripción en grupo.
- Empleo del método del juego con ejercicios técnicos conocidos.
- Empleo de la técnica del espejo.

El profesor deportivo debe incorporar, a partir de su maestría pedagógica, otros procedimientos, luego leerlos todos, ordenarlos, ejemplificando cada caso.

Por tanto, la representación de la acción motriz desempeña un rol esencial en el proceso de formación técnica del judoca y su pensamiento continuo, pues en la medida que el sujeto mejora la calidad de la imagen representada, o sea, que tenga más precisa la imagen en su "mente", así será más nítida y precisa la ejecución. El maestro constituye el principal órgano direccional, orientador, comunicador, evaluador, en la conducción del proceso de formación técnica. El

alumno, el principal órgano rector del aprendizaje, del autoperfeccionamiento continuo, quien gracias a la sistematicidad, motivación e interés y colaboración externa, elevará la calidad en la ejecución de los elementos técnicos.

La esfera intelectual del practicante de Judo.

La esfera intelectual está conformada por un grupo de procesos y cualidades psíquicas vinculadas directamente al conocimiento y las habilidades técnicas del judoca, denominados procesos cognoscitivos, que constituyen reflejos psíquicos, o sea, respuestas en forma de conocimiento.

El practicante con más experiencia o cultura, conocedor técnico; ha desarrollado varios sentidos de tipo específico, propios del deporte escogido; gracias a la sistematicidad constante, dentro de ellos podemos citar: el sentido del movimiento, sentido del esfuerzo, sentido del tiempo, sentido del tatami, sentido del momento, etc.

Estas respuestas neuropsicológicas del practicante son las percepciones y en el deporte llegan a especializarse, tomando el nombre de percepciones especializadas. ¿Pero qué tiempo tarda un aprendiz en alcanzar la cultura del detalle técnico, la cultura de ritmo, del movimiento, u otros contenidos de tipo técnico o de tipo táctico?

Varios años de consolidación teórico – práctica y la cooperación del profesor son la fuente de formación de los conocimientos y habilidades deportiva.

Si valoramos una caída o ukemi, nos percatamos que tienen una gran complejidad, altas exigencias, no sólo de percepciones, sino de otros procesos y cualidades psíquicas y motoras.

Las percepciones se especializan a partir de la calidad de la representación y viceversa.

LA MEMORIA.

La memoria es el proceso cognoscitivo que permite al hombre fijar, conservar y reproducir las huellas.

Factores que determinan la mantención o reproducción de una huella.

- **La importancia que tiene el objeto para el sujeto.** Si se promueve el interés del practicante por los contenidos objeto de tratamiento en la unidad de entrenamiento, o por la orientación consciente hacia los oponentes; por

citar ejemplos, entonces se hace mayor la posibilidad de que el sujeto recuerde o reconozca determinadas huellas.

- **La responsabilidad de sujeto con relación al objeto.** Es evidente que el profesor de Judo debe mantener los niveles de orientación motivacional de los educandos por las tareas que asumen y la responsabilidad que entrañan, en tal caso puede ejemplificarse con la responsabilidad del judoca cuando se le asignan objetivos específicos o tareas tácticas concretas durante el trabajo en pareja o en randori.
- **El interés y motivación que causa el objeto.** Es oportuno destacar que el deportista incrementará sus esfuerzos y su orientación conscientes hacia el cumplimiento de las tareas del entrenamiento o las competencias, cuando más interés y motivación despierte para el objeto de su atención, que bien pudiera ser otro compañero de equipo o un contrario en topes o competencias.
- **La sistematicidad con la que el sujeto intercambia con el objeto.** Es conocido la importancia y significación de la repetición como método de aprendizaje técnico, y como lógica para la fijación y grabación de los estímulos.

A partir de su experiencia pedagógica, el profesor deportivo de Judo debe proponer ejemplos, donde identifique los factores y el tratamiento pedagógico que se le debe prestar a la profundización de huellas de tipo teóricas, técnicas o tácticas en los judocas.

Formas básicas de la memoria:

- Fijación
- Memorización o grabación
- Reproducción: Puede darse de dos formas esenciales: recuerdo o reconocimiento.

En la medida que el atleta fija mejor un movimiento, en la que juega un papel esencial la representación y las percepciones; así será más productiva su capacidad de grabar (retener) y luego ejecutar, explicar, recordar algún movimiento, elemento, concepto, etc.

Los errores en la memoria, incluyendo el olvido parcial o total de la huella, son fatales para la competición. De aquí entonces la importancia de reconocer o recordar huellas durante el accionar técnico o táctico, la cual se ajusta a los

conceptos y la necesidad teórico-conceptual y práctica de su empleo o reproducción en el entrenamiento y las competencias.

El problema de la imaginación y el pensamiento, este último como proceso cognoscitivo más complejos, así como las particularidades del lenguaje, sus funciones e importancia, deben ser objeto de profundización en nuevos cursos, por lo cual recomendamos su estudio y tratamiento, sobre todo por su importancia en el desarrollo técnico y táctico del judoca en formación; para ello proponemos una alternativa metodológica constitutiva de un sistema de conceptos básicos y específicos, así como el conjunto de acciones pedagógicas para la profundización de las bases conceptuales de los deportistas.

Además de los procesos cognoscitivos y su importancia en el proceso de adquisición de conocimientos y habilidades, es de obligado tratamiento, el problema de la atención; como cualidad especial del conocimiento; su concepto, tipos, particularidades, importancia en la actividad deportiva; pues participa de forma activa en todos y cada uno de los procesos, su afectación limita la calidad técnico y táctica, el aprendizaje de los elementos y el desarrollo de bases conceptuales y de una cultura intelectual acorde a las exigencias del Judo, según las categorías y edades de los practicantes.

Concepto de Atención: Es la orientación consciente y dirigida hacia el objeto o sus partes.

Tipos de Atención.

- Voluntaria
- Involuntaria
- Concentrada
- Distribuida

Características particulares de la atención:

- Volumen
- Intensidad
- Cambio
- Fluctuación

Los contenidos teóricos vinculados al tema de la atención, deben ser profundizados; dado su importancia, a través de nuevos cursos, donde se desarrollen actividades teórico – prácticas, con la aplicación de distintos tests psicológicos, también a través de la observación de entrenamientos con equipos

deportivos, donde se puedan crear y aplicar algunas técnicas específicas para la mejor comprensión del tema, que les permita organizar grupos de ejercicios y actividades, para incorporarlas al entrenamiento sistemático tanto con los judocas principiantes, como con los de mayor experiencia.

I.2. La formación de bases conceptuales de los judocas de la categoría 11 – 12 años.

El tema de la preparación teórica de los deportistas es tratado de hace varias décadas, sin embargo continua siendo una necesidad del quehacer científico a nivel mundial.

Los destacados científicos cubanos Dr C Antonio Morales y María E. Álvarez (2009) abordan de manera suficiente el tema de la preparación teórica de los deportistas.

“Uno de los problemas más actuales en la teoría y metodología del deporte lo representa la preparación teórica, por cuanto desde que los niños comienzan a practicar reciben un bagaje de conocimientos teóricos, técnicos y tácticos que le son imprescindibles para su vida deportiva. Pero estos conocimientos no son asimilados por los aprendices de manera uniforme, ello está motivado por diversos factores que median este proceso, y que en mucho de los casos no resultan solo influyentes sino también determinantes.”⁷

En la obra los autores enfatizan en la necesidad de profundizar estudios vinculados a la preparación intelectual de los deportistas, cuestión que para los profesores de Judo se convierte en una actual orientación y requerimiento profesional.

“La creación de condiciones que estimulen el desarrollo de las capacidades intelectuales debe convertirse en una línea estratégica del proceso de enseñanza y entrenamiento de los atletas, lo cual demanda del entrenador constantes correcciones didácticas en la estructura de los planes de preparación. Esta estrategia se cumple solo si el entrenador posee

⁷ Morales Águila, Antonio y María E. Álvarez Prieto. Preparación del deportista. Dirección y Rendimiento. s/a. pág 116

conocimientos psicopedagógicos mínimos acerca de la formación y dirección de la actividad cognoscitiva.”⁸

Sin embargo no siempre se tienen los conocimientos científicos y pedagógicos requeridos para comprender hasta dónde el exceso de conocimientos de tipo práctico relacionados con aspectos técnicos y tácticos para determinada edad del practicante, puede dañar más que ayudar al proceso de aprendizaje de los judocas. En tal sentido Morales y Álvarez sentencian que: “Si el entrenador advierte esta realidad no le será difícil reconocer que en la actualidad la preparación, sobre todo intelectual, está matizada únicamente por la actividad del profesor en su arte de enseñar, lo que refleja en gran medida una violación de aspectos internos del aprendizaje y trae como consecuencia la supremacía del volumen de conocimientos sobre el desarrollo de habilidades y capacidades intelectuales⁹.”

Según los citados autores los contenidos de la preparación teórica se basan fundamentalmente los siguientes aspectos:

- bases generales de la teoría del deporte.
- características propias de su deporte.
- régimen de entrenamiento y competencia.
- higiene personal y de la alimentación.
- educación formal.
- características de los métodos de recuperación y rehabilitación.
- doctrinas teóricas típicas de la preparación técnico-táctica de los deportistas.
- reglamento competitivo y sus sistemas de eliminación.
- puntos de vista teóricos y metodológicos del entrenamiento de las cualidades especializadas.
- cualidades psíquicas, los medios y métodos del calentamiento general y especial.

⁸ _____ Oc cit

⁹ _____ lbit. pág 117

Núñez y Milanés¹⁰ (2010) al determinar los contenidos de la subdirección intelectual de la preparación táctica de los deportistas, incorporan:

I. Subdirección intelectual

- Capacidad observacional:
 - ✓ Orientación hacia el contrario
 - ✓ Campo visual
 - ✓ Identificación de indicios sustanciales
- Capacidad Sensorceptiva:
(sentido de ...)
 - ✓ Distancia
 - ✓ Movimiento
 - ✓ Contrario
 - ✓ Tiempo
 - ✓ Área
 - ✓ Punto(marcaje)
- Capacidad memorística /Mnémica
 - ✓ Reconocimiento
 - ✓ Recuerdo
- Capacidad racional - conceptual
 - ✓ Lógica – explicativa
 - ✓ Resolutiva Ej. - Búsqueda de variantes y fintas.

Los criterios de los autores anteriormente citados deben ser objeto de nuevos estudios en el Judo cubano, tal como se está desarrollando por el CENDECOMB, pues puede asegurarse, que las limitantes en cuanto al enfoque científico para el trabajo de la preparación intelectual, así como la preparación táctica requieren de mucho tratamiento aún, tal vez en todas las categorías, por lo menos según se presenta la situación como aparece en el Programa de Preparación para este deporte.

Veamos el ejemplo de la categoría 11 – 12 años en este sentido:

“1. 2. 2. 7. Preparación Teórica.

Objetivo.

Interpretar los rasgos históricos, éticos y estéticos del judo como aspectos de importancia esencial para la formación del judoka.

¹⁰ Nuñez Peña, Carlos Rafael y Virgen María Milanés Zaldívar. 2010. La preparación táctica del deportista. Folleto digital. pág 62.

Contenido.

Artes marciales que dieron origen al judo, creación del judo, difusión y auge internacional, judo pre revolucionario, evolución del judo revolucionario hasta nuestros días, atletas destacados. Principios del judo.

Normas éticas y estéticas del Judo. Reglamento disciplinario local, Normas disciplinarias de los campeonatos municipales, provinciales y zonales.

*Reglas de competición.*¹¹

La preparación intelectual, según Platonov (1988) "... debe centrarse en la cultura general, en los aspectos biológicos, psicológicos y sociales de la actividad deportiva y, finalmente, en la elaboración de esquemas tácticos racionales, aplicables a las acciones de competición.

La experiencia actual demuestra que la complejidad creciente de la conducción de un entreno, el aumento de la aspereza de la lucha y el aumento de la sutileza de los esquemas tácticos que ocasiona hace que solo los atletas dotados de grandes cualidades intelectuales puedan acceder al más alto nivel."¹²

Un mejor acercamiento a la intencionalidad de la preparación intelectual de aprecia en la cita de Platonov (1988), en tanto indica la significación de las bases intelectuales del deportista para su despliegue ulterior en el accionar táctico, o sea, que no puede ser reducida la preparación teórica del deportista, en particular del judoca a los aspectos históricos, de reglamentación o éticos.

11 Programa de Preparación del Deportista. Judo. Colectivo de autores. 2007. pág 17

12 Platonov, Vladimir Nicolaievitch. El entrenamiento deportivo. Teoría y metodología. 1988. pág 70

CAPÍTULO II. ALTERNATIVA METODOLÓGICA PARA LA FORMACIÓN DE BASES CONCEPTUALES EN EL JUDO DE LA CATEGORÍA 11 – 12 AÑOS.

En el presente capítulo se abordan los elementos metodológicos fundamentales del estudio, los cuales respaldan el acercamiento científico a la concreción de una alternativa metodológica, orientada a la formación de bases conceptuales que tributan al desempeño técnico y táctico de los judocas de la categoría 11 – 12 años, practicantes en las áreas deportivas.

II.1 Principales métodos y muestra de investigación.

II.1.1 Métodos y metodología.

La investigación responde a una investigación de tipo cualitativa, con la aplicación parcial de un pre - experimento, respondiendo a características descriptivas y a las particularidades de la investigación – acción - participación, convirtiendo a los judocas investigados de objetos de investigación a sujetos activos en el proceso.

Métodos del nivel teórico:

- Analítico – Sintético: Empleado para analizar y sintetizar la información de la literatura científica consultada en función de acerca del trabajo con el Judo en las edades 11 y 12 años.
- Inductivo – deductivo: Este método permitió la interpretación de los datos empíricos, así como establecer generalizaciones, deducir de los datos y de la teoría existente, las características y relaciones fundamentales, entre los diferentes ejercicios, procedimientos y métodos asumidos.
- Histórico - Lógico: Permitió valorar los antecedentes y desenvolvimiento histórico del trabajo del Judo en categorías de 11 – 12 años.
- Sistémico – estructural - funcional: Facilitó el análisis con respecto a la interrelación e interconexión de las diferentes actividades que conforman los medios defensivos, asumiendo la misma una estructura lógica y coherente.

Métodos del nivel empírico: Cumplen una función de caracterización y diagnóstico del objeto y campo de estudio, permitiendo inferencias, la adopción de posiciones prácticas y generalizaciones en contextos y/o sujetos con particularidades semejantes.

- Observación ajena: Se utilizó para constatar el dominio de conceptos básicos y específicos del Judo según la categoría y grado.
- Entrevista: Efectuada a metodólogos, comisionado en la provincia y profesores experimentados en el trabajo con el Judo en la categoría estudiada.
- Encuesta: Realizada a los especialistas experimentados en el trabajo con el Judo en la categoría 11 – 12 años en áreas deportivas.
- Triangulación de la información: A partir de los instrumentos aplicados, teoría revisada y el criterio del autor, permitió emitir criterios de validez, constituyendo la aplicación parcial del conjunto de acciones pedagógicas para la formación de bases conceptuales de los judocas estudiados.
- Pre – experimento
- Consulta con expertos

Otros métodos:

- Matemático estadístico: Estadística descriptiva con el empleo de distintos estadígrafos: media, valor mínimo, valor máximo, desviación estándar, coeficiente de variación y el cálculo porcentual.

Total de sujetos	Cantidad	Nivel escolaridad		Sexo		Edad promedio (años)
		5to	6to.		M	
Varones	15	7	8		X	10,3

II.2.- Alternativa metodológica para la formación de bases conceptuales en los judocas.

La contradicción primaria que sustenta la necesidad de la alternativa que se propone, se da entre el objetivo que se deriva del encargo social de los profesionales que imparten el Judo y el nivel de preparación de los profesores de las áreas deportivas que laboran en el proceso formativo de los judocas de la categoría 11 – 12 años, que aún es insuficiente para concretar el proceso de formación de las bases conceptuales vinculadas al desempeño técnico y táctico de los judocas como un proceso integral.

La contradicción de esencia se revela entre la necesidad de una preparación intelectual contextualizada, integrada a las demás direcciones del proceso pedagógico del entrenamiento deportivo y la falta de comprensión de la importancia de la formación de conceptos generales y específicos del judoca, para el accionar técnico y táctico en los entrenamientos y las competencias.

La superación de estas contradicciones obliga a los profesionales vinculados al proceso formativo de los judocas de la categoría estudiada, a comprender y desarrollar una alternativa metodológica para su concreción.

La alternativa metodológica se concibe a partir de los principios filosóficos, pedagógicos y didácticos que rigen la preparación integral de los judocas de la categoría 11 – 12 años. El objetivo general se orienta, hacia una organización objetiva e individualizada del proceso de formación de bases conceptuales lógicas en los sujetos practicantes, acorde a los requerimientos del Judo para la categoría tratada; la preparación de los sujetos que dirigen el proceso pedagógico, la determinación de los principales conceptos generales y específicos que tributan al desempeño técnico y táctico de los judocas; capaz de garantizar una dirección integradora, coherente y objetiva, así como el empleo de una lógica didáctica en función del proceso de enseñanza – aprendizaje de los deportistas, que facilite un mejor desempeño en las direcciones técnica y táctica, tanto en los entrenamientos como en las competencias.

Fases constitutivas de la alternativa metodológica:

- a) Fase de diagnóstico

- b) Fase de elaboración

- c) Fase de implementación
- d) Fase de constatación y evaluación

Referente a la fase de diagnóstico:

Durante esta etapa se tuvo en cuenta la detección de las principales insuficiencias vinculadas al nivel de consolidación de bases conceptuales generales y específicas del deporte tratado por los judocas de la categoría 11 – 12 años.

Se precisó del empleo de los siguientes instrumentos:

- Prueba teórica: A partir del sistema de boletas de examen, según el grado y Kiu de los judocas objeto de pruebas.
- Observación ajena: la cual permitió realizar un registro de la información necesaria, que permitiera adoptar los puntos de partidas en el actual conjunto de medios defensivos.
- Resultados de la aplicación del registro del comportamiento de las acciones técnicas y tácticas de los judocas sometidos al estudio, según los objetivos pedagógicos, durante los combates celebrados en el Zonal Nacional por Equipo, con sede Holguín durante el año 2010.

Principal escenario de observación: Combates efectuados un total de 4 por atletas observados.

Referente a la fase de elaboración:

Fase de elaboración del sistema de conceptos generales y específicos requeridos por los judocas de la categoría 11 – 12 años para el desempeño técnico y táctico.

Según planteó Jiménez (1991) en el Programa de preparación del deportista, “ El Judo como deporte y arte marcial exige de la utilización del desarrollo científico – técnico y metodológico existente en el mundo ...”

A partir de los criterios aportados por el análisis del diagnóstico inicial y llevando una vez más, a vías de hecho los postulados del citado autor, se enfoca el sistema de conceptos y el conjunto de acciones pedagógicas para la formación de base conceptuales en judocas de la categoría 11 – 12 años.

PRINCIPALES CONCEPTOS A TRATAR EN LA CATEGORÍA 11-12 AÑOS EN ÁREAS DEPORTIVAS.

Las bases esenciales que contienen los principales conceptos se subdividen en dos grandes subgrupos:

1. Bases conceptuales generales (BCG) o de cultura básica del judoca categoría 11-12 años.
 - Se organizan un grupo de conceptos generales de la formación del judoca, vinculados a la cultura general o básica requerida para su comprensión óptima del proceso de entrenamiento.

Referente a la cultura básica del judoca:

Término	Concepto
Judo	Es el medio de mejor utilizar el cuerpo y el espíritu para perfeccionarse uno mismo y servir mejor a la sociedad. Dr C Antonio Becali
judogi	Traje de judo
Partes del judogi	Waki(chaqueta)shidabani(pantalón) obi(cinturón)
Tatami	Tapiz o lona de entrenamiento y competición.
Tori	Quien ejecuta la acción
Uke	Quien recibe la acción
yogai	Área de seguridad
sensei	Maestro de judo
shushin	Árbitro que controla el combate.
Competencia	

Público	
Test pedagógico o pruebas	Examen teórico, práctico o ambos, para comprobar el vencimiento de determinados objetivos.
Componentes de la preparación(Física, técnica, táctica, psicológica, teórica)	
Dojo	Lugar de practica, gimnasio.
Marcialidad	
Clase o unidad de entrenamiento	
Ne waza	Judo abajo
Tashi waza	Judo arriba
Reglamento y reglas de competencia	
Vencedor	Quien logra mayor puntuación en el combate.
Matte(alto)Sono mama(parar)Yoshi(continuar)Hantei(pedir decisión)soremade(finaldelcombate)osae-Komi(inmovilización)toketa(rupturade inmovilización)	Términos más usados por los árbitros.
ukemi	caídas

2. Bases conceptuales específicas (BCE).

- Se organizan un grupo de conceptos específicos de la formación especializada del judoca, vinculados a las direcciones o componentes de la preparación deportivo – competitiva.

Principales conceptos vinculados al proceso del entrenamiento y competencias:

Referente al trabajo en parejas:

Término	Concepto
Oponente	Competidor adversario
Shisei/postura	Posiciones que adopta el cuerpo del practicante en la competición o en la practica.
Shintai/desplazamiento	Distintas formas de desplazarse en posición de pie o arrodillado.
Combinación técnica	
Kumi kata/agarre	Formas de sujetar el judogi del oponente para realizar la acción.
kuzushi/desequilibrio	Método utilizado para romper el equilibrio del oponente.
Kikai/ momento	Oportunidades que brinda el Uke o crea el Tori para que se logre la proyección.
Kake	ataque
nage	proyección
osae /	Formas de control sobre el oponente, aplicando sobre él las fuerzas tendientes a limitar sus movimientos o accionar combativo.
uki /flotación	Posibilidad de poder variar la posición a uno u otro lado del cuerpo del oponente.
Mawari/ giros	Acciones que realiza el que esta controlado moviendo el cuerpo de izquierda a derecha para romper el control que le hayan aplicado.
wakare separación	Acciones de avance, retroceso, empuje que realiza el controlado para alejarse del que lo controla.

somatageru /obstaculización	Obstrucciones que realiza el que esta en desventaja con sus manos, brazos, piernas para evitar que lo controlen.
De ashi barai	Barrido al pie adelantado
Uki goshi	Cadera flotante
Kubi nage	Proyección por el cuello
O goshi	Gran proyección de cadera
Ippon seoi nage	Proyección por el hombro con un brazo
Kesa gatame	Control laterocostal en bufanda.
Osoto gari	Gran siega exterior
Kami shiho gatame	Control superior sobre cuatro puntos de apoyo
Defensas y salidas	Acciones que realiza el practicante para evitar el control del oponente.

Referente al randori:

Término	Concepto
Agarres	Formas de sujetar el judogi del oponente para realizar la acción.
Desequilibrios	Método utilizado para romper el equilibrio del oponente.
Halón	
Desplazamientos	Distintas formas de desplazarse en posición de pie o arrodillado.
Posturas	Posiciones que adopta el cuerpo del practicante en

	la competición o en la practica.
Obstaculizar	Lo realiza el que esta en desventaja con sus manos, brazos, piernas para evitar que lo controlen.
inmovilizar	Formas de sujetar al oponente aplicando sobre el las fuerzas tendentes a limitar sus movimientos.
combinaciones	Enlazar dos o mas técnicas, dándole continuidad.
contraataques	Responder al ataque realizado por el contrario.
Ataques directos	
Acciones defensivas	Realizar esquivas, defensas de una técnica realizada por el oponente.
Persecución	Buscar continuamente el agarre para la ejecución técnica.
momento	Oportunidades que brinda el Uke o crea el Tori para que se logre la proyección.
proyección	Realización de la técnica.
Marcaje de punto	Proyección de una técnica con el valor de yuko, wazari e Ippon.

Referente al shihai:

Término	Concepto
Postura	Posiciones que adopta el cuerpo del practicante en la competición o en la practica.
Momento	Oportunidades que brinda el Uke o crea el Tori

	para que se logre la proyección.
Ataques	Técnicas ejecutadas por el practicante.
Arbitro/jueces	Controlan el combate.
Publico	Personal que observa el deporte por su afinidad con este.
Oponente	De otro equipo o municipio
Tokui waza	Técnica preferida
Orientación hacia el contrario	Observación de las posibilidades
Marcaje	Puntuación total al terminar el combate.
Tiempo de combate	Total de minutos que deben estar los competidores en el área de combate. (2 minutos)
Combinaciones	Enlazar dos o más técnicas, dándole continuidad.
Contraataques	Responder al ataque realizado por el contrario.
Defensas y esquivas	Evitar que la proyección del contrario sea efectiva
Reglas /arbitraje	Normas a seguir por los competidores.
victoria	Resultado final del combate o evento.

Principales conceptos vinculados al proceso de competencia:

Referente al tope oficial:

Término	Concepto
Anticipación	
Tokui waza	Técnica preferida o más efectiva.
Área de combate	

Tiempo de combate oficial	
Fintas	
Tokui waza	
Técnicas auxiliares	
Ambos hemicuerpos	
Contraataques	
combinaciones	
Tashi waza	
Ne waza	
Defensas y esquivas	
Árbitros /jueces	

Referente a la competencia oficial: (Copas, torneos eliminatorios, juegos nacionales u otros)

Término	Concepto
medalla	
Área de combate	
Contrario	
Zona de seguridad	
Identificación de indicios sustanciales	
Distancia del contrario	
Tiempo de combate	
Marcaje	
Instalación	
Público	
Árbitros/jueces	
Reglamento FIJ	
Sistema de competencia	
Sorteo de la competencia	
Objetivos pedagógicos	
profesor	

Principales conceptos vinculados a la formación técnica del judoca:

Término	Concepto
Postura de combate	Posición que adopta el cuerpo del practicante en la competencia.
shintai	Desplazamientos en posición de pie o arrodillado.
kikai	Oportunidades que brinda Uke o crea Tori para que se logre la proyección.
Tskuri-komi	Hacer perder el equilibrio a una persona para tirarla al suelo.
Proyecciones	Ejecución de la técnica.
Mover al contrario	Desestabilizar al contrario por medio de movimientos.
Finta	Amagues o engaños con el propósito realizar una acción técnica.
Halón	Empuje fuerte con las manos puede realizarse hacia las ocho direcciones
Inmovilización	Forma de sujetar al oponente utilizando el contacto y la fuerza.
Grados kyu.	Técnicas que debe vencer el practicante según el tiempo que lleve en el deporte.
Kumi kata	Formas de sujetar, apresar al oponente para la realización técnica.

Principales conceptos vinculados a la formación táctica del judoca: Por subdirecciones según teoría de Núñez y Milanés 2010.

Subdirección intelectual:

Término	Concepto
Orientación hacia el contrario	
Indicios sustanciales del contrario	
Sentido de distancia	
Sentido del tiempo	
Sentido del marcaje	
Sentido del movimiento	
Sentido del momento	
Sentido del área de combate	
Reconocimiento del contrario	
Búsqueda de variantes	
Fintas	
Intencionalidad táctica	
Estado de quietud o espera	
motivación hacia el combate	
Presión al contrario	
Disfrute del combate	
Decisión táctica	

Dominio de sí mismo	
Independencia táctica	
Perseverancia en el combate	
Impetuosidad hacia el contrario	
Acciones a la ofensiva	
Acciones a la defensiva	
Acciones de contraataque	

ACCIONES PEDAGÓGICAS PARA LA FORMACIÓN DE BASES CONCEPTUALES EN JUDOCAS DE LA CATEGORÍA 11 – 12 AÑOS.

HACIA LA FORMACION DE BASES CONCEPTUALES GENERALES

	clasificación	objetivo	contenido	método	procedimiento	evaluación	observaciones
	BCG. CULTURA BASICA						
1	JUDO	Dominar el concepto	Concepto	explicativo	individual		
2	judoguis	Conocer importancia de sus partes	Obi(cinturón) Waki(chaqueta) shidabani(pantalón)	Explicativo-demostrativo	individual		
3	tatami	Dominar características del área de practica y competencias	Tapiz cuadrado de nueve metros de lado. Alrededor y fuera del tapiz esta señalada el área de seguridad de un metro.	explicativo	individual		
4	sensei	Concientizar al alumno del respeto al profesor y su función dentro de la clase.	Charlas sobre la marcialidad y la disciplina de un judoca.	explicativo	individual		
5	Test pedagógico	Lograr que el atleta	Realizar el test	prueba	individual		

	gico	conozca la importancia de los test para su preparación como judoca.	pedagógico.				
6	Tori	Conocer quien es, función principal, importancia de ser Tori.	Tori ataca al 80% Uke defiende.	randori	pareja		

ACCIONES PEDAGÓGICAS PARA LA FORMACION DE BASES CONCEPTUALES ESPECÍFICAS.

N o	clasificación	objetivo	contenido	método	procedimientos	evaluación	observaciones
	BCE TRABAJO EN PAREJAS						
1	Oponente	Conocer que es un oponente	Randori de Kumikata	competitivo	En parejas		
2	Shisei	Ejecutar las posturas, importantes para una correcta ejecución técnica.	Realizar de forma individual las diferentes posturas.	Integral global	dispersos		
3	Shintai	Conocer las diferentes formas	Taisabaki individual y con Uke.		Individual pareja		
4	Combinación técnica	repasar algunas combinaciones.	Seoinage-oushi gari,	Integral global	pareja		
5	Osae	estudiar las rectoras	Tori controla las técnicas más usadas en el combate.				

6	O goshi	Conocer los pasos metodológicos.	Tori realiza la técnica al conteo del profesor.	fragmentario	pareja		
---	---------	----------------------------------	---	--------------	--------	--	--

No	CLASIFICACION	OBJETIVO	CONTENIDO	METODO	PROCEDIMIENTO	EVALUACION	OBSERVACIONES
1	OSOTO GARI	Buscar la acción del tronco y la pierna.	Imitar la técnica en movimiento.	GLOBOAL INTEGRAL	individual		
2	OUSHI GARI	Barrer el pie de Uke ampliamente	Tori ataca a Uke el pie de barrido a un 50%.	GLOBOAL INTEGRAL	pareja		
3	O GOSHI	Proyectar a Uke por encima de la cadera	Ataques proyectando, Uke ayuda a Tori.	GLOBOAL INTEGRAL	pareja		
4	KOSHI GURU MA	Realizar la entrada y ataque inicial con el tronco recto.	Ataques con despegues en taisabaki.	GLOBOAL INTEGRAL	pareja		
5	USHI MATA	Coordinar la acción circular con el giro de la cabeza,	Proyecciones con desplazamiento	GLOBOAL INTEGRAL	pareja		

		buscando el péndulo.	circular.				
6	IPPON SEOI NAGE	Entrar por debajo del centro de gravedad de Uke.	Penetración con despegues a Uke.	GLOB AL INTE GRAL	Pareja		
7	SEOI NAGE	Situarse por debajo de Uke con amplia entrada de cadera.	Proyecciones en taisabaki hacia diferentes direcciones.	GLOB AL INTE GRAL	Pareja		
8	KESA GATA ME	Realizar una correcta posición de piernas y brazos.	Repaso de Kesagatame.	GLOB AL INTE GRAL	Pareja		
9	YOKO SHIHO GATA ME	Controlar con la rodilla derecha la cadera de Uke.	Repaso de yokoshihogatame.	GLOB AL INTE GRAL	Pareja		
10	DEFEN SAS Y SALID AS	Realizar las salidas de las técnicas.	Uke controla y Tori realiza las salidas.	GLOB AL INTE GRAL	Pareja		

Referente a la fase de implementación:

A raíz de la elaboración del sistema de conceptos generales y específicos, así como del conjunto de acciones pedagógicas para su posible concreción en la práctica social, se desarrolla un proceso de aplicación parcial, con el empleo del método pre – experimental, desarrollado con un diseño de control mínimo, con un pre – test y un pos – test, durante un período de 4 meses.

Fase de constatación y evaluación:

Luego de implementación parcial del sistema de conceptos y de las acciones pedagógicas correspondientes para su consolidación práctica, se procede a evaluar la pertinencia y significación de la alternativa metodológica para la formación de bases conceptuales en judocas de la categoría 11 – 12 años.

Resultado de los tests pedagógicos realizado a los judocas, categoría 11-12 años.

Primer test.

No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	total
1	19	10	12	19	19	19	18	10	5	10	14,1
2	10	18	18	10	10	16	6	16	19	14	13,7
3	10	10	10	10	14	17	11	19	15	16	13,2
4	16	10	10	15	12	10	18	10	10	12	12,3
5	16	18	10	8	14	5	10	17	10	13	13,1
6	12	18	15	15	18	14	8	10	12	18	14
7	18	14	18	10	16	16	15	18	8	10	14,3
8	15	19	16	10	5	11	17	12	16	8	12,9
9	19	12	16	18	15	10	10	12	19	18	14,9
10	10	14	5	17	14	14	10	18	7	12	12,1
11	18	17	12	8	10	12	16	17	14	18	14,2
12	7	16	14	16	12	5	10	14	16	17	12,7
13	11	16	19	12	8	15	14	17	15	10	13,7
14	19	18	15	14	10	18	12	10	18	16	15
15	17	19	18	15	17	15	16	15	18	12	15,2
total	14,4	15,2	13,8	13,1	12,9	13,1	12,7	14,3	13,4	13,6	13,65
											13,69

Se observa una deficiente preparación de los atletas, valorando que realizan en combates las técnicas con errores ya que es una imitación del ejercicio observado, pero no existe un dominio de las mismas ni en los conceptos de elementos evaluados.

De forma general existe problemas en los elementos básicos al Tashi/ Ne waza, la realización de las técnicas (ashi-koshi-kata/te-waza).todo esto debido al poco conocimiento de los atletas de una correcta ejecución.

Resultado de los tests pedagógicos realizado a los judocas, categoría 11-12 años.

Segundo test.

No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	total
1	19	15	19	16	18	15	18	18	14	18	17,0
2	18	18	18	17	16	15	16	16	19	14	16,7
3	15	17	18	11	16	17	14	19	17	16	16,0
4	16	14	14	16	14	10	18	10	15	12	12,9
5	16	18	12	10	18	12	12	17	12	13	14,0
6	14	19	15	16	18	14	10	10	16	18	15,0
7	17	15	18	10	17	16	15	18	11	10	14,7
8	16	19	16	12	10	11	17	12	16	12	14,1
9	19	14	16	18	15	10	16	12	19	18	15,7
10	10	14	12	17	15	14	12	18	14	12	13,8
11	18	17	16	10	12	14	18	17	16	18	15,6
12	17	18	16	16	12	10	10	14	16	17	14,6
13	12	16	19	14	14	16	15	17	15	15	15,3
14	19	18	16	14	10	18	17	10	18	18	15,8
15	17	19	18	16	17	15	16	15	18	18	16,9
Total	16,2	16,7	16,2	14,2	14,8	13,8	14,2	14,8	15,7	15,2	15,2

Leyenda:

Nro. horizontales son las pruebas.

Nro. verticales son los judocas.

Resultados de la aplicación e interpretación de la consulta con expertos.

Análisis de los resultados de la consulta con expertos acerca de la significación y pertinencia de la alternativa metodológica para la formación de bases conceptuales en los judocas pioneriles.

Luego de valorar teóricamente la significación de la formación de bases conceptuales vinculadas con el desempeño técnico y táctico de los judocas de la categoría 11 – 12 años de áreas deportivas, y a raíz de la revisión exhaustiva de los documentos normativos entre los que se destaca el Programa de Preparación del deportista, se impone la necesidad, de enfocar el tratamiento científico – metodológico requerido para el enfrentamiento exitoso a las limitaciones teóricas, metodológicas y prácticas de los profesores deportivos de Judo, detectadas a partir de la aplicación consecuente de métodos y técnicas de la investigación científica consideradas en el presente estudio.

Por ello se impone la necesidad de someter a la opinión crítica de un grupo de expertos, el sistema de conceptos básicos y específicos pertenecientes a la preparación intelectual del judoca estudiado, la propuesta de un conjunto de acciones pedagógicas orientadas al tratamiento de las bases conceptuales, para obtener valoraciones que aporten los criterios objetivos y valorativos adicionales necesarios, a los contemplados hasta el momento, acerca de la significación y la pertinencia de la alternativo metodológica.

A tal fin se elaboró y aplicó un instrumento de consulta, cuyo cuestionario aparece el **anexo No.---**.

Entre las características fundamentales del cuestionario sobresalen:

Objetivo general: Obtener valoraciones sobre la concepción teórica y metodológica de la alternativa metodológica propuesta, basado esencialmente, en la conformación del sistema de conceptos básicos y específicos, así como las acciones pedagógicas elaboradas, según las insuficiencias y necesidades detectadas en el diagnóstico.

Criterio de selección de la muestra: Se sometió la propuesta a los encuestados que cumplieron los requerimientos necesarios, los cuales poseen, no sólo la experiencia y la autoridad suficiente, sino los conocimientos teóricos y prácticos

para que sus valoraciones fueran consideradas como válidas y confiables. Muestra: Se escogieron para esta consulta, 32 de los 46 sujetos encuestados en el instrumento inicial, debiendo prescindir de 14 de ellos, por no cumplimentar el proceder instructivo previo.

Grupos: La muestra en esta ocasión, quedó agrupada de la siguiente forma:

- Grupo A (Nivel de base) 14 expertos
- Grupo B (Nivel del alto rendimiento) 18 expertos
- TOTAL: 32 expertos

La diferencia entre los grupos A y B radican en el nivel de enseñanza en que laboran los encuestados, los incorporados al grupo A pertenecen a niveles de base y el resto al alto rendimiento.

- Procedimiento de instrucción a expertos:

Los expertos fueron agrupados en distintos momentos debido a que proceden de distintas provincias, con los cuales se cumplimentó un proceso de instrucción para la labor a desarrollar, que les facilitara a los mismos, un grupo de contenidos, criterios conceptuales, terminológicos, definiciones y procedimientos metodológicos básicos requeridos, para garantizar la eficacia y objetividad de la consulta a realizar. Se brindaron las posibilidades para el intercambio de ideas y las aclaraciones necesarias al respecto.

Se les aportaron los materiales impresos, con la información necesaria, enfatizándose en los aspectos científicos y metodológicos a valorar. Posteriormente se les explicó, motivó y entregó el instrumento oficial, objeto de consulta, o sea, la alternativa metodológica conformada, básicamente por el sistema de conceptos y las acciones pedagógicas para su tratamiento.

Por vía directa e indirecta se recibió toda la información requerida para el procesamiento y el análisis de las opiniones de cada uno de los expertos; las cuales fueron contempladas con la seriedad y objetividad requerida, a las cuales la autora del presente estudio se ajustó de forma rigurosa y formal, a los reconocidos criterios y opiniones de los expertos considerados.

Resultados esperados: La calidad con la cual se realizó la consulta con expertos tuvo la pretensión siguiente:

- ✓ Compilar las valoraciones necesarias, acerca de la salida de la alternativa metodológica propuesta, según las insuficiencias mostradas como consecuencia de las encuestas a los profesionales de Judo.
- ✓ Recibir las recomendaciones metodológicas necesarias para el perfeccionamiento de la alternativa metodológica propuesta.
- ✓ Disponer de criterios científicos especializados, válidos a partir de la competencia de los expertos, que faciliten la fidegñidad, así como la confirmación de la pertinencia y la significación de la alternativa propuesta.

Características estructurales del instrumento empleado:

- **Presentación y demanda:**

Se les confirma de la ética y la discreción con cual se obrará con los datos aportados. Se dirigió a la muestra consultada oficialmente como expertos. Se ofrecieron cuatro días hábiles para responder el cuestionario, disponiendo de un material impreso, entregado durante el proceso de orientación a los expertos.

- **Parte principal:**

El primer bloque de 10 preguntas se concibió con el propósito de recibir valoraciones acerca de la significación, aceptación, sugerencias y posibilidades como salida alternativa metodológica, acorde a las lagunas presentadas por los profesores deportivos de Judo.

El segundo bloque de dos preguntas, se concibió con el propósito de valorar la pertinencia del sistema de conceptos y las acciones pedagógicas elaboradas en función de la formación de bases conceptuales en los judocas de la categoría 11 – 12 años.

- **Parte final:**

Se incluye el agradecimiento en nombre del Centro de Estudios Nacional de Deportes de Combate (CENDECOMB), al cual pertenece la línea de

investigación asumida por la autora, así como por la Comisión Provincial de Judo en Holguín, reiterando el valor que aportan las opiniones brindadas para la calificación profesional de los profesores de Judo y para el proceso formativo integral de los judocas.

CONCLUSIONES:

Después de la sistematización del proceso investigativo, se arriba a las siguientes conclusiones:

- 1.- Los argumentos teóricos expuestos favorecen el respaldo a la necesidad de solventar las insuficiencias metodológicas de los profesores de Judo para enfrentar el proceso de formación de bases conceptuales en los judocas de la categoría 11 – 12 años, tendientes a un mejor desempeño técnico y táctico en los entrenamientos y las competencias.
- 2.- Según el diagnóstico efectuado a los profesores deportivos, se perciben un grupo de insuficiencias de orden teórico y metodológico que afectan el proceso de la preparación intelectual de los judocas de la categoría 11 – 12 años.
- 3.- En el estudio se delimitan **las dimensiones e indicadores que conforman la alternativa metodológica**, las cuales facilitan el cumplimiento de las acciones encaminadas a la formación de bases conceptuales de los judocas de la categoría 11 – 12 años.
- 4- Luego de la elaboración de la alternativa metodológica se comprueba con expertos, la pertinencia y significación de la misma para el proceso de formación de bases conceptuales de los judocas estudiados.
- 5.- Con el pre experimento desarrollado queda evidenciada la factibilidad de la alternativa, cuestión que se justifica además, con el criterio oportuno de los profesores y directivos encuestados.

RECOMENDACIONES:

- 1.- Desarrollar talleres de capacitación a los profesores de Judo sobre el empleo y seguimiento a la alternativa metodológica para la formación de bases conceptuales en los judocas, cuestión que debe promover un mayor rendimiento deportivo de los mismos en los entrenamientos y las competencias.
- 2- Profundizar en el estudio de la preparación intelectual de los judocas, enfatizando en la elaboración de instrumentales de evaluación ajustadas a las exigencias de las direcciones de preparación abordadas.

BIBLIOGRAFIA:

1. Barrios, J. Manual para el deporte de iniciación y desarrollo. J.Barrios y A. Ranzola. Caracas, Junio 1995.
2. Becquer, G. La enseñanza problémica en la Educación Física. En Manual para el profesor de Educación Física I. Colectivo de autores cubanos. Habana 1996.
3. Betancourt, J. y colectivo de autores. La creatividad y sus implicaciones.
4. Bowers,R. Fisiología del deporte. R. Bowers y E. Foxt. Editorial Médica Panamericana, 1995.
5. Collazo, A. y Betancourt, N. (2006) Teoría y Metodología del entrenamiento deportivo. Tomo I. ISCF "Manuel Fajardo", Ciudad de la Habana..
6. Forteza, A. Bases metodológicas del entrenamiento deportivo. A. Forteza y A. Ranzola. La Habana: Editorial Científico-técnica, 1989.
7. _____ (2001) Entrenamiento Deportivo Ciencia e Innovación Tecnológica. Ciudad Habana Editorial Científico Técnico.
8. _____ Entrenar para ganar. Metodología del entrenamiento. Editorial OLIMPIA, 1994.
9. Grosser, M. Alto rendimiento deportivo. Planificación y desarrollo. M.Grosser, P. Bruggeman y F. Zintl. Ediciones Roca, S.A, 1990.
10. Harre, D. (1988). Teoría del entrenamiento deportivo .Ciudad de la Habana, Editorial Científico-Técnica.
11. _____ Teoría del entrenamiento deportivo. Ciudad de la Habana, Editorial Pueblo y Educación.
12. ICCP. (1984) *Pedagogía*. Ciudad de la Habana, Editorial Pueblo y Educación.
13. Jiménez Amaro, José Silvio (1991). Programa de preparación del deportista. Deporte Judo. Ciudad de la Habana.
14. Labarrere, G. Pedagogía. G. Labarrere y G. Valdivia. Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1991.

15. Luria, A.R. Importancia de un diagnóstico acertado. En Introducción evolucionista a los psicólogos Breviarios de conducta humana. Barcelona Editorial: Fontanella, 1980.
16. Mahlo, F. La acción táctica en el juego. Ciudad de la Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1985.
17. Materiales digitales (2009). Biblioteca Digital (CENDECOMB).
18. Matveev, L. Fundamentos del entrenamiento deportivo. Moscú: Editorial RADUGA, 1983.
19. Morales, A. El reloj detenido en el tiempo. 2000.
20. _____ Métodos de la preparación táctica. Un reto para enfrentar la formación del deportista inteligente, creativo e independiente. 2000
21. Núñez Peña, Carlos R. (2001). Plan psicopedagógico para potenciar la preparación volitiva de los taekwondistas. Tesis doctoral.
22. Núñez Peña, Carlos R. y Virgen M. Milanés Zaldivar. (2011) Preparación táctica del competidor. Folleto.
23. Ozolin, N.G. Sistema contemporáneo de entrenamiento deportivo. Ciudad de la Habana : Editorial Científico-técnica, 1988.
24. Programa de Preparación del Deportista. Judo. Colectivo de autores. Comisión Nacional de Judo. 2007.
25. Platonov, V.N. El entrenamiento deportivo. Barcelona: Editorial Paidotribo, S.A., Colección Deporte, 1988.
26. Rodionov, A.V. Psicología del deporte de altas marcas. Moscú: Editorial FIS, 1990.
27. Vigotsky, L. El desarrollo de los procesos psíquicos superiores. Barcelona: Editorial Crítica, 1979.
28. Volkov, V.M y Filin, V.P. Selección deportiva. Moscú: Vneshtorgizdat, 1988.
29. Zatsiorsky, V.M. Metrología deportiva. Ciudad de la Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1989.

Anexo No. --- Subdirecciones de la preparación táctica del competidor (según Núñez y Milanés 2010)

I. Subdirección intelectual

- Capacidad observacional:
 - ✓ Orientación hacia el contrario
 - ✓ Campo visual
 - ✓ Identificación de indicios

- Capacidad Sensoperceptiva:
(sentido de ...)
 - ✓ Distancia
 - ✓ Movimiento
 - ✓ Contrario
 - ✓ Tiempo
 - ✓ Área
 - ✓ Punto(marcaje)

- Capacidad memorística /Mnémica
 - ✓ Reconocimiento
 - ✓ Recuerdo

- Capacidad racional - conceptual
 - ✓ Lógica – explicativa
 - ✓ Resolutiva Ej. - Búsqueda de variantes y fintas.

II. Subdirección afectivo – motivacional

- Intencionalidad táctica:
 - ✓ Intencionalidad ofensiva
 - ✓ Intencionalidad defensiva
 - ✓ Estado de quietud / espera
 - ✓ Otras
- Orientación motivacional
- Tensión Psíquica / presión al contrario
- Estabilidad emocional
- Autorregulación emocional
- Autovaloración
- Disfrute y aceptación de las acciones

III. Subdirección volitivo

- Esfuerzos volitivos durante el combate:
 - ✓ Durante momentos de tensión
 - ✓ Ante las lesiones traumatológicas
 - ✓ Durante el agotamiento y la fatiga
- Cualidades volitivas específicas:
 - ✓ Decisión táctica
 - ✓ Dominio de sí mismo

- ✓ Independencia táctica
- ✓ Perseverancia

IV. Subdirección actitudinal (rasgos del carácter)

- Hacia el contrario/ impetuosidad, serenidad, caballerosidad.
- Hacia el combate/ motivado, optimista, responsable.
- Hacia el árbitro/ respetuoso, obediente, comprensible.
- Hacia el entrenador/ respetuoso, comprensible, obediente, honesto.
- Hacia los compañeros y el público/ respetuoso, amigable, comunicativo.
- Hacia la puntuación/ calmado, optimista.
- Hacia la victoria y/o la derrota/ Sencillo, honesto, optimista, responsable, autorregulado.

V. Subdirección organizacional.

- ✓ Orientación táctica ofensiva:
 - Durante los desplazamientos
 - Por directo
 - Posterior a una finta
 - Por anticipación

- ✓ Orientación táctica de quietud o espera:
 - Preparatoria de acciones
 - Análisis y búsqueda

- ✓ Orientación táctica defensiva:
 - Provocada
 - Por directo
 - De contraataque

- ✓ Orientación táctica combinada:
 - Combinaciones

UNIVERSIDAD DE LAS CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA Y EL DEPORTE

FACULTAD DE VILLA CLARA

DEPARTAMENTO: _____

RESULTADOS DE CONTROL A CLASES

Asignatura: _____

Fecha:

Docente:

Categoría Docente: _____

Años de Experiencia:

Tipo de curso: ____ Año: ____ Grupo: ____ Tipo de clase:

Observador: _____

Función que realiza:

Objetivos

del

control:

VALORACIÓN GENERAL DE LA CLASE:

Excelente (5) _____ Buena (4) _____ Regular (3) _____ Mala (2)

Aspectos positivos de la clase:

-

-

-

-

-

-

-

-

Aspectos negativos de la clase: _____

-

-

-

-

-

-

Recomendaciones:

Firma del evaluador

Firma del evaluado

EVALUACIÓN POR DIMENSIONES E INDICADORES

<i>Evaluación de la Clase</i>					
Dimensiones e Indicadores	Evaluación de los Indicadores				
I. Componente Organizativo del docente	Bien (3)	Reg. (2)	Mal (1)	No lo realiza (0)	No se observa
1. Planifica la clase.					
2. Atiende la disciplina en la clase.					
3. Emplea los medios, dentro de las posibilidades existentes.					
4. Atiende a la higiene y organización del aula o de la instalación deportiva.					
Evaluación de la Dimensión	B ___	R ___	M ___	NE ___	

Evaluación de la Clase					
Dimensiones e Indicadores	Evaluación de los Indicadores				
II. Preparación del Docente	Bien (3)	Reg. (2)	Mal (1)	No lo realiza (0)	No se observa
1. Domina el contenido de la clase.					
2. Selecciona los objetivos de la clase en correspondencia con los contenidos.					
3. Propone actividades a los estudiantes acorde con los objetivos.					
4. Exige la corrección de la expresión (o actividad física) de los estudiantes en la clase, en correspondencia con los contenidos.					
Evaluación de la Dimensión	B ___	R ___	M ___	NE ___	
III. Dirección del proceso por parte del Docente	Bien (3)	Reg. (2)	Mal (1)	No lo realiza (0)	No se observa
1. Realiza la etapa orientadora y la motivación en la clase.					
2. Da atención a las condiciones previas de los estudiantes para la clase.					
3. Selecciona y trata el contenido en la etapa ejecutora sobre la base del carácter activo y significativo del proceso.					
4. Realiza el control del aprendizaje de los estudiantes durante la clase.					
Evaluación de la Dimensión	B ___	R ___	M ___	NE ___	

Evaluación de la Clase					
Dimensiones e Indicadores	Evaluación de los Indicadores				
IV. Componente afectivo cognitivo (Papel del docente)	Bien (3)	Reg. (2)	Mal (1)	No lo realiza (0)	No se observa
1. Establece comunicación con los estudiantes.					
2. Propicia que los estudiantes expresen lo que piensan y sienten.					
3. Da la posibilidad a los estudiantes de que argumenten sus posiciones (o sus acciones), evitando anticiparse a sus puntos de vista, juicios y razonamientos.					
4. Atiende a la formación de hábitos y normas de comportamiento en los estudiantes.					
5.- Utiliza de forma óptima las posibilidades que da el contenido para la formación de valores.					
6.- Aprovecha las oportunidades que se den en la clase para la formación político-ideológica de los estudiantes.					
Evaluación de la Dimensión	B ___	R ___	M ___	NE ___	
V. Actividad del alumno durante la clase	Bien (3)	Reg. (2)	Mal (1)	No lo realiza (0)	No se observa
1. Nivel de actividad que realiza.					
2. Motivación que manifiesta.					
3. Nivel de su aprendizaje.					
4. Satisfacción con el clima que existe en la clase.					
Evaluación de la Dimensión	B ___	R ___	M ___	NE ___	

OBSERVACIONES ADICIONALES:

Indicaciones para la Escala Evaluativa de esta Planilla

Para el uso de la planilla se recomienda que primero se recojan todas las incidencias de la clase que se observa, con los mayores detalles posibles (**retrato de la clase**), y después se llene la referida planilla para sintetizar las ideas recogidas en la observación.

Evaluación de las dimensiones

Cada dimensión tendrá la calificación de **Bien si todos los indicadores, excepto uno, son evaluados de Bien**. Será evaluada de **Mal si todos, excepto uno, son evaluados de Mal**. En todos los demás casos la dimensión se evaluará de **Regular**.

La categoría **no se observa** conduce a una evaluación de **Mal** del indicador de que se trate, **si no se observa porque debiendo hacerlo no lo hace**. Si no se observa porque el evaluador no lo hizo, ese indicador no se evalúa.

Para poder concluir una evaluación de una dimensión, tienen que haberse evaluado tres indicadores como mínimo. Los criterios para la evaluación de los indicadores aparecen en el documento de **ORIENTACIONES PARA EL USO DE LA PLANILLA DE OBSERVACIÓN DE CLASES** que se ha elaborado al efecto.

Evaluación de la clase

La clase será evaluada de:

- **Excelente:** si todas las dimensiones son evaluadas de Bien.
- **Bien:** si 4 dimensiones de las 5 son evaluadas de Bien, siempre y cuando dentro de ellas esté comprendida la Dimensión III sobre la Dirección del Proceso por parte del Docente.
- **Regular:** si tiene 3 de las 5 dimensiones evaluadas de Bien o tiene 4 Bien y una es la Dimensión III.
- **Mal:** en cualquier otro caso no incluido en las categorías anteriores.

Para poder concluir la evaluación de una clase, tienen que haberse evaluado cuatro dimensiones como mínimo. La no evaluada no puede ser la Dimensión III.

En cualquier caso en que no se evalúe una clase por no cumplir los requisitos establecidos, sí se dejará constancia de la evaluación de los indicadores observados y de las dimensiones evaluadas.

Anexo: Sistema de boletas para test pedagógico. Bases teóricas de los judocas.

6to kyu batería 1/Los alumnos 1, 8,11

6to kyu batería 2/los alumnos 2, 5, 10,15

5to kyu batería 1/los alumnos 4, 6, 9,14

5to kyu batería 2/ los alumnos 3, 7, 12,13

6to kyu batería 1

¿Diga que conoce por flotación?

¿Qué conoce por posturas?

6to kyu batería 2

¿Qué entiende por obstaculización?

¿Qué es desplazamiento?

5to Kyu batería 1

¿Qué es desequilibrio?

¿Qué conoces por giros?

5to Kyu batería 2

¿Qué comprendes por separación?

¿Qué es momento?