

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

Ejercicios para mejorar la efectividad del tiro de revés a puerta en los jugadores de Hockey sobre césped.

**Trabajo de Diploma para optar por el título de
Licenciado en Cultura Física**

**Autor: José Antonio Cruz Terraza
Tutor: MSc. Carlos Alberto Lores Real**

**Curso
2013/2014**

DEDICATORIA:

- A la gran familia del Hockey cubano y en especial a los de nuestra provincia por el accionar participativo multitudinario en todos estos años.
- A mi familia, amigos y compañeros de la Facultad de Cultura Física y en especial a mi compañera de la vida.
- Al INDER y a la Asociación Provincial de Hockey, que sustenta la motivación e inspiración espiritual y moral del trabajo.
- A la Revolución cubana y su gran líder Fidel Castro Ruz.

PENSAMIENTO

“...a un pueblo ignorante puede engañársele con la superstición, y hacérsele servil, un pueblo instruido será siempre fuerte y libre.”

José Martí

RESUMEN

El Hockey sobre césped, al desarrollarse en un espacio común para ambos equipos, conlleva a que el contacto personal entre los contendientes sea frecuente, las interrelaciones socio - motrices que se producen generan situaciones de cooperación - oposición cambiante e imprevista, que solo pueden ser resueltas por los jugadores en correspondencia con su nivel técnico – táctico. La presente investigación responde a la necesidad de diseñar un conjunto de ejercicios ofensivos para mejorar la efectividad del tiro de revés a puerta de los jugadores de Hockey sobre césped, donde participen 6 jugadores en la zona de 22.90 yardas; cuyas bases científicas aportaron al desarrollo del accionar colectivo ofensivo y mejoró los resultados en un corto plazo. Para la investigación se seleccionó como muestra el equipo categoría escolar de hockey de Holguín, que se prepara para participar en el Campeonato nacional del año 2014, los cuales fueron sometidos a una preparación en la etapa especial, utilizando el conjunto de ejercicios mencionados con el propósito de mejorar la efectividad de las acciones ofensivas. Después de la aplicación de los ejercicios existió un incremento de los indicadores evaluados, corroborado en los topes de preparación donde se observó que el accionar de grupo había perfeccionado su concepción táctica.

SUMMARY

The Hockey has more than enough grass, when being developed in a common space for both teams, it bears to that the personal contact among the litigants is frequent, the interrelations sociomotrices that take place generate situations of changing and accidental cooperation-opposition that alone they can be solved by the players in correspondence with its technician-tactical level. The present investigation arises as necessity of designing a group of offensive technician-tactical exercises to improve the effectiveness from the setback shot to the players' of Hockey door it has more than enough grass, where 6 players participate in the area of 22.90 yards with scientific base that will contribute elements for the development of working collective offensive to improve the results in a short term. For the investigation you select like sample the team school category of hockey of Holguín that gets ready to participate in the national championship of the year 2014, which were subjected to a preparation in the special stage with the group of exercises mentioned with the purpose of improving the effectiveness of the offensive actions. After the application of the exercises an increment of the evaluated indicators existed that which was corroborated in the preparation ends, and where one observes that working of group had improved its tactical conception.

ÍNDICE

Contenido	Página
Introducción	1
Problema.....	6
Objetivo.....	7
Preguntas científicas.....	7
Tareas científicas.....	8
Métodos.....	8
Muestra y Metodología.....	10
Resultados esperados y aporte.....	10
Definiciones de trabajo.....	11
Procedimientos.	12
Desarrollo Capítulo1.FundamentaciónTeórica	14
1.1- Consideraciones que sustentan en la actualidad las acciones ofensivas del Hockey sobre césped.....	14
1.2 Valoraciones dadas por algunos autores sobre la preparación de los jóvenes deportistas.....	19
1.3 Antecedentes históricos sobre el perfeccionamiento de las acciones técnico - tácticas a la ofensiva en el Hockey sobre césped.....	21
Capítulo II. Análisis de los resultados	27
2.1 Ejercicios propuestos.....	44
Conclusiones	52
Recomendaciones	53
Bibliografía	54
Anexos	

INTRODUCCIÓN

A raíz del triunfo de la Revolución se eliminó la privatización y discriminación de las instalaciones deportivas que imposibilitaban la práctica sistemática y masiva en la esfera deportiva. En los centros docentes y áreas deportivas se practican diferentes disciplinas deportivas, el Hockey sobre césped es una de ellas.

El Hockey sobre el césped, deporte que se practica con una bocha y un stik (palo) entre dos equipos de once jugadores cada uno. También se juega en pistas cubiertas por equipos de cinco, seis o siete jugadores. El campo o cancha de juego puede ser de varias superficies (son frecuentes los campos artificiales, pero normalmente son de arcilla). Las porterías tienen 3.66 m de ancho por 2.13 m de alto. El stik de hockey puede tener cualquier longitud para acomodarse a un jugador individual pero debe pesar entre 340 y 794g. La cabeza no puede tener más de 10 cm de longitud, tiene el lado izquierdo plano y los bordes redondeados. El diámetro de un stik legal se calibra haciéndolo pasar por un anillo de 5 cm de diámetro pero por su parte interna. La bocha puede ser de cualquier material, con o sin costura; debe pesar unos 160 g y tener una circunferencia de unos 23 cm. Un partido dura 70 min, debido en dos períodos de 35 min, separados por un intervalo de descanso de 5 ó 10 min. El juego se controla por dos árbitros, uno para cada mitad de terreno de juego, que suelen permanecer fuera del mismo la mayor parte del tiempo.

El Hockey sobre césped ha desempeñado una labor muy importante que va en constante desarrollo y se ha ido perfeccionando y estructurando de forma

creciente, con el objetivo de ir preparando a los niños y jóvenes como talentos deportivos, continuar incorporando el mayor número de participantes a las áreas deportivas, perfeccionar los sistemas de competencias y asegurar en los talentos infantiles una actividad deportiva interna estable, así como elevar las estructuras de trabajo con tareas importantes y necesarias por parte de todos aquellos que trabajan por este deporte, entrenadores técnicos y otros trabajadores que hacen posible esta inmensa tarea, la cual ha hecho posible obtener múltiples lauros nacionales e internacionales.

Este un deporte que requiere una alta maestría deportiva, donde las acciones, maniobras y situaciones del juego entre dos equipos en la lucha por la bocha (bocha) y llevarlo hasta los límites que permitan anotar un gol, contribuye en su resultado al desarrollo de este deporte, ya que para llegar a realizar un gol resulta pasar por muchas fases de ataque por las líneas defensivas del adversario hasta llegar al momento de ejecutar el tiro de revés hacia la portería, ya que este ataque constituye la fase del juego con el cual la dinámica de las acciones combinadas resultan las armas de mayor importancia con el objetivo de lograr un gol. Estas acciones están relacionadas con las formas individuales de ejecución que pueden ser decisivas en el momento del tiro de revés.

El Hockey sobre césped holguinero ha tenido etapas donde ha alcanzado un alto nivel físico y técnico - táctico en varias acciones de juego, no así en las culminaciones de jugadas ofensivas.

Lo antes expuesto exige a una búsqueda de un equilibrio entre los factores de entretenimiento, por lo que debemos utilizar nuevas vías, formas, métodos y procedimientos para llevar a cabo la superación del ataque y a su vez mejorar los resultados alcanzados hasta el momento, de ahí que durante la preparación del equipo masculino 13 a 15 de Hockey sobre césped del municipio Holguín, realizamos la aplicación de una propuesta de ejercicios para el mejoramiento de efectividad del tiro de revés a portería.

Fundamentación del problema

Las acciones a la ofensiva en la zona de 22.90 yardas requieren de la intervención de al menos 6 jugadores, que interactúan con las siguientes habilidades deportiva: el que saca o pone la bocha en juego, el que recepciona (o para la bocha puesta en juego por el sacador), y que conduce, el que se desmarca para recibir el pase y que tira, elementos en posesión de la bocha, y los restante 3 elementos son los jugadores que realizan el desmarque y la cobertura, elementos técnicos que por separado cada uno de ellos; requiere de un gran dominio y perfección y en los cuales se conjugan en las tareas de la preparación del deportista, evidenciando proporción, redondez y acuerdo para que los movimientos parciales formen un acción técnica-táctica.

Para que estos movimientos se puedan caracterizar como “dominados” o “magistrales” tienen que haber alcanzado un alto grado de precisión y seguridad.

Meinel Kurt (1977) se pronuncia diáfanoamente en este sentido al plantear:

“Los movimientos precisos no son solamente movimientos que alcanzan su fin con seguridad y precisión, sino también con precisión de desarrollo, cuyo objetivo para llegar al fin se mantiene en modelos determinados de procedencia y economía. Por su naturaleza podemos calificar también los movimientos precisos de destrezas, que constituyen al mismo tiempo la coronación de la formación motriz.”, (9, 59).

Las acciones técnico - tácticas exigen un alto grado de precisión y desarrollo de los movimientos. Su atracción principal es invalidar el dispositivo defensivo del contrario logrando llevar la bocha hasta la zona de tiro provocando un serio peligro para el contrario, todo esto por supuesto, puede ser realidad cuando en un equipo existe estrecha relación entre todos los jugadores que participan en la definición de las últimas acciones a la ofensiva. En los últimos años los resultados del hockey de manera general han ido cediendo lugar a nivel nacional, desde los primeros puestos hace algunos años, hasta ocupar en estos momento el onceno lugar por provincia de forma general.

Las situaciones que enfrenta el hockey holguinero en el presente es la poca producción de goles por torneos, que en gran medida se debe a una mala selección de los esquemas tácticos a lo largo de todo el proceso de entrenamiento teniendo en cuenta el nivel de cada equipo según la categoría. Conociendo estos elementos y con la referencia del trabajo de diploma realizado por el profesor Lic. Alejandro Pijúan Silva en el año 2003 sobre este tema en un equipo escolar femenino, el que propuso un conjunto de ejercicios para incidir en la táctica ofensiva de equipo partiendo de diferentes lugares del terreno e involucrando

diferentes jugadores, el autor se dio a la tarea de continuar parte del trabajo en un equipo escolar masculino que presenta las mismas insuficiencias técnico - tácticas pero direccionando el trabajo a la zona de 22.90 yardas.

El análisis de algunos rasgos esenciales de los movimientos deportivos que individualmente integran las acciones técnico - tácticas, conducen a una valoración más compleja ya que este o su manifestación en el juego, constituye una interacción fluida entre varios jugadores con tareas diferentes cada uno de ellos.

Obviamente, los 11 jugadores, deben estar preparados (funcionalmente) para cumplir cualquiera acción; sin embargo, la alta especialización que se ha alcanzado en el deporte moderno, impone la necesidad de lograr una alta perfección de algunos jugadores (fundamentalmente medios y delanteros) para que encausen efectivamente la acciones técnico-tácticas a la ofensiva.

La selección de estos jugadores debe basarse en el desarrollo de algunas características físicas y psíquicas alcanzadas por encima de los demás. El sacador requiere fuerza para el golpeo, buena concentración de la atención para coordinar sus movimientos, y un buen volumen de la atención para tener una visión panorámica de la posición de los jugadores. El jugador que recepciona necesita rapidez de reacción para lograr detener o frenar la bocha anticipadamente, fuerza de amortiguación para lograr una recepción precisa, concentración de la atención para coordinar sus movimientos y volumen de la

atención de manera que pueda representarse con exactitud por donde es más fácil penetrar o ver cuál de sus compañeros está en mejor posición de recibir el pase.

El jugador que se desmarca a recibir pase o arrastrar una marca debe ser un jugador con una alta capacidad de reacción que le permita ubicarse correctamente y anticipadamente a los movimientos de los contrarios, fuerza impulsiva para realizar un tiro con potencia, volumen y concentración de la atención aceptables para controlar al portero y adecuar el ángulo de tiro, y así dominar la posición que ocupan los jugadores en el área.

Todos estos elementos son suficientes y necesarios para justificar el proceso que se ha llevado a cabo en la presente investigación, es decir, a partir de los resultados obtenidos mediante la observación de diferentes parámetros se determinó las mayores dificultades del equipo cuando los jugadores asumían los roles en el juego. Las insuficiencias estuvieron centradas en: pases negativos, recepciones negativas, tiros a puerta escasos y en su gran mayoría defectuosos, pocas acciones ofensivas y en gran porcentaje negativas y pocos goles anotados. Por lo que se propone el siguiente **Problema científico**:

Insuficiente efectividad en el tiro de revés a puerta en los jugadores de Hockey sobre césped de la categoría de 13 a 15 años masculinos del Combinado Deportivo “Pedro Díaz Coello”, del municipio Holguín.

Objetivo:

Proponer ejercicios técnico-tácticos para favorecer la efectividad del tiro de revés a puerta en los jugadores de Hockey sobre césped de la categoría de 13 a 15 años masculinos del Combinado Deportivo “Pedro Díaz Coello”, del municipio Holguín.

Preguntas Científicas

1. ¿Qué antecedentes teóricos y metodológicos sustentan la efectividad del tiro de revés a puerta en los jugadores de Hockey sobre césped?
2. ¿Cómo se manifiesta la efectividad del tiro de revés a puerta en los jugadores de Hockey sobre césped de la categoría de 13 a 15 años masculinos del Combinado Deportivo “Pedro Díaz Coello”, del municipio Holguín?
3. ¿Cómo estructurar ejercicios técnico-tácticos para favorecer la efectividad del tiro de revés a puerta para los jugadores de Hockey sobre césped de la categoría de 13 a 15 años masculinos del Combinado Deportivo “Pedro Díaz Coello”, del municipio Holguín?
4. ¿Cuál es la pertinencia de los ejercicios técnico-tácticos propuestos para favorecer la efectividad del tiro de revés a puerta en los jugadores de Hockey sobre césped de la categoría de 13 a 15 años masculinos del Combinado Deportivo “Pedro Díaz Coello” del municipio Holguín?

Tareas Científicas:

1. Determinar los fundamentos teóricos y metodológicos que sustentan en la actualidad la efectividad del tiro de revés a puerta en los jugadores de Hockey sobre césped.
2. Caracterizar el estado actual del tiro de revés a puerta en los jugadores de Hockey sobre césped de la categoría de 13 a 15 años masculinos del Combinado Deportivo "Pedro Díaz Coello" del municipio Holguín.
3. Elaborar ejercicios técnico-tácticos que permitan favorecer el tiro de revés a puerta en los jugadores de Hockey sobre césped de la categoría de 13 a 15 años masculinos del Combinado Deportivo "Pedro Díaz Coello" del municipio Holguín.
4. Evaluar los ejercicios propuestos para los jugadores de Hockey sobre césped de la categoría de 13 a 15 años masculinos del Combinado Deportivo "Pedro Díaz Coello" del municipio Holguín.

Métodos Científicos:

Teóricos:

- **Histórico-Lógico:** En el trabajo se emplearon a partir de un análisis previo, donde se valoró la intención de los programas de preparación del deportista y en lo fundamental a lo relacionado con los jugadores de Hockey sobre césped, lo que permitió penetrar en la esencia del fenómeno, su funcionamiento, desarrollo y en la determinación de las tendencias históricas del objeto de estudio.

- **Análisis y Síntesis:** constituyó una valiosa herramienta para profundizar en los elementos esenciales que implican la existencia de dificultades en cuanto al conocimiento de las teorías contemporáneas, en la preparación técnico táctica de los jugadores de Hockey sobre césped y en la aplicación de otros métodos del conocimiento científico.
- **Inducción y Deducción:** facilitó la interpretación de los datos empíricos, así como descubrir regularidades importantes y relaciones entre los distintos componentes de la investigación.

Empíricos

- **La observación:** se concretó a través de la utilización de una guía de observación para comprobar la aplicación e intención de los ejercicios y el desempeño de los jugadores en el desarrollo de los entrenamientos.
- **La medición:** Se realizó con el objetivo de obtener información numérica acerca del accionar de los jugadores en la zona de ataque en los juegos preparatorios, y luego compararlos con sus resultado después de aplicados el conjunto de ejercicios.

Otros métodos

- **Matemáticos-estadísticos:** Con estos métodos fue posible procesar los datos recopilados para poder hacer las generalizaciones

necesarias y donde se utilizó la estadística descriptiva y la dícima de muestras relacionadas con una probabilidad de p menor que 0.25, por lo que todos los valores mayores que p mostraran diferencias significativas entre las mediciones.

Muestra y población:

Para la presente investigación, de una población de 18 jugadores del equipo de Hockey sobre césped categoría 13 a 15 años sexo masculino del Combinado Deportivo “Pedro Díaz Coello” de Holguín, se seleccionó como muestra de forma intencional los 6 jugadores, tomando como criterio de inclusión su incidencia en las acciones ofensivas del equipo.

Resultados Esperados y Aporte:

- La elaboración de ejercicios técnico-tácticos para favorecer la efectividad del tiro de revés a puerta en los jugadores de Hockey sobre césped de la categoría escolar sexo masculinos del Combinado Deportivo “Pedro Díaz Coello” del municipio Holguín.
- Contribuir a incrementar la bibliografía del Hockey sobre césped en la provincia, y que este trabajo investigativo sirva como material de estudio para quienes deseen seguir profundizando sobre el tema.
- Crear las bases para un mejor accionar técnico táctico en categorías superiores

Definiciones de trabajo:

- **Técnica:** entendemos generalmente la manera de ejecutar los movimientos posibles del deporte en cuestión.
- **Táctica:** conjunto de principios, ideas o esquemas ejecutados con el objetivo de combatir al contrario ya sea anulando su sistema de ataque o bien invalidando su dispositivo defensivo.
- **Zona de 22.90 yardas:** es la zona de ataque o zona de peligro. Es donde se elaboran la mayor cantidad de jugadas ofensivas, tanto en grupo como individual con el objetivo de anotar el gol.
- **Acciones técnico – tácticas:** son las que permiten alcanzar un fin estratégico (vencer) o un objetivo táctico. Sin embargo, puede establecerse un orden lógico y una jerarquía funcional entre estos tres conceptos.
- **Asistencia:** es cuando una acción táctica ofensiva culmina con gol o un jugador a la ofensiva recupera la bocha perdida y da el pase a gol.
- **Tiros positivos:** es el envío de la bocha a la portería adversaria con el objetivo de anotar un gol que vaya por dentro del marco aunque sea atrapado por el portero.
- **Tiros negativos:** cuando el envío de la bocha se produce desviado de la portería.

- **Pases positivos:** dirección de la bocha hacia un compañero del equipo sin que sea interceptado por el contrario.
- **Pases negativos:** dirección de la bocha hacia un compañero de equipo y que sea interceptado o desviado por el contrario.
- **Recepciones positivas:** cuando un jugador detiene la bocha y queda en posesión de la misma.
- **Recepciones negativas:** cuando un jugador detiene la bocha y no queda en posesión de la misma.

Procedimientos:

Para la recopilación y procesamiento de los datos se elaboraron protocolos de observación con cada uno de los indicadores a analizar por partido. Los datos se recopilaron en el mes de octubre, durante los primeros juegos de preparación efectuados con el equipo de Las Tunas, correspondiente a su preparación con miras al campeonato provincial del presente año, para el procesamiento y análisis estadístico se utilizó el paquete SPSS, versión 11.5.

En los protocolos de observación se recopilaron los siguientes indicadores de las acciones técnico-tácticas en cuanto a su comportamiento ofensivo en la zona de ataque de los delanteros en los diferentes partidos efectuados para su posterior análisis:

- La postura para el tiro de revés
- Ejecución directa del tiro de revés sin control.

- Ejecución del tiro de revés desde diferentes distancias y zonas dentro del área.
- Tiros a puerta

Posteriormente se confeccionaron los ejercicios técnico-tácticos y luego se aplicó una Encuesta a los entrenadores y atletas con el objetivo de validar la propuesta.

DESARROLLO

CAPÍTULO I. Fundamentos teóricos metodológicos que sustentan la

efectividad del tiro de revés a puerta en los jugadores de Hockey sobre césped.

En este capítulo se abordan los fundamentos teóricos metodológicos que sustentan la efectividad en los tiros de revés a puerta en los jugadores de Hockey sobre césped.

1.1 Consideraciones que sustentan en la actualidad las acciones ofensivas del Hockey sobre césped.

Las acciones a la ofensiva en equipo requieren de la intervención de al menos dos jugadores, que interactúan con las siguientes habilidades: el que saca o pone la bocha en juego y el que se desmarca para recibir el pase, recepciona, la conduce y tira. Elementos técnicos que por separado cada uno de ellos; requiere de un gran dominio y perfección y en los cuales se conjugan en las tareas de la preparación del deportista, evidenciando proporción, redondez y acuerdo para que los movimientos parciales formen un movimiento total y unitario.

Para que estos movimientos se puedan caracterizar como “dominados” o “magistrales” tienen que haber alcanzado un alto grado de precisión y seguridad. Meinel Kurt (1977) se pronuncia diáfano en este sentido al plantear que: “Los movimientos precisos no son solamente movimientos que alcanzan su fin con seguridad y precisión, sino también con precisión de desarrollo, cuyo objetivo para llegar al fin se mantiene en modelos determinados de procedencia y economía. Por su naturaleza podemos calificar también los movimientos precisos de

destrezas, que constituyen al mismo tiempo la coronación de la formación motriz.”, (10, 59).

Las acciones técnico - tácticas exigen un alto grado de precisión y desarrollo de los movimientos. El análisis de algunos rasgos esenciales de los movimientos deportivos que individualmente integran las acciones tácticas, conducen a una valoración más compleja ya que este, o su manifestación en el juego, constituye una interacción fluida entre varios jugadores con tareas diferentes cada uno de ellos.

Obviamente, los 11 jugadores de campo, deben estar preparados (funcionalmente) para cumplir cualquiera acción; sin embargo, la alta especialización que se ha alcanzado en el deporte moderno, impone la necesidad de lograr una alta perfección de algunos jugadores (fundamentalmente medios y delanteros) para que encausen efectivamente la acciones técnico-tácticas a la ofensiva. La selección de estos jugadores debe basarse en el desarrollo de algunas características físicas y psíquicas alcanzadas por encima de los demás.

El jugador que se desmarca para recibir el pase y conduce para realizar el tiro o para realizar el pase a un jugador en mejor posición que él, necesita rapidez de reacción para lograr detener o frenar la bocha anticipadamente, fuerza de amortiguación para lograr una recepción precisa, concentración de la atención para coordinar sus movimientos y volumen de la atención de manera que pueda representarse con exactitud por donde es más fácil penetrar o ver cuál de sus compañeros está en mejor posición para realizar el tiro, además debe ser un

jugador con una alta capacidad de reacción que le permita ubicarse correctamente y anticipadamente a los movimientos de los contrarios, fuerza impulsiva para realizar los movimientos con potencia, volumen y concentración de la atención aceptable para controlar las posiciones que ocupan los jugadores contrarios en el área y la ubicación del portero en el momento de realizar el tiro.

La diversidad de autores que se dedica al estudio y trabajo con los deportes colectivos proponen clasificar los contenidos de entrenamiento en los componentes físicos, técnicos, tácticos y psicológicos. Dicha clasificación se realiza teniendo en cuenta la estructura del deporte y en mucho de los casos no se tiene presente las capacidades del jugador o de los jugadores, así como su edad y sexo.

La formación de los futuros jugadores debe exigir un estudio de los objetivos sobre los cuales se debe trabajar, posibilitando aplicar un máximo de contenido en un mínimo de tiempo. Este proceso de aprendizaje debería, además, garantizar una asimilación estable de los contenidos de entrenamiento en el rendimiento de los jugadores. Se debía definir estos contenidos de aprendizajes, su orden de aparición y una metodología apropiada de enseñanza y entrenamiento, para procurar una asimilación rápida y profunda por parte de los jugadores.

Una de las dificultades más comunes en el proceso de entrenamiento es cómo transmitirles a los niños que se inician en el deporte los conocimientos teóricos que se poseen y que vayan adquiriendo de forma que garanticen su aprendizaje y

que este se produzca de una forma relativamente rápida e influya de forma positiva en los componentes técnicos-tácticos.

Durante el proceso de aprendizaje, el entrenamiento de elementos técnicos-tácticos aislados no parece garantizar una unidad en la preparación de los jugadores para la competición a razón de los espacios existentes entre los elementos técnicos aislados y los sistemas de juego más utilizados en el Hockey s/c moderno por el equipo o por los adversarios, es decir, entrenar recepciones, conducciones, tiro a puertas, sistema de desmarcajes, golpes y empujes de la bocha, y poner a los jugadores en un sistema de juego determinado no garantiza que las acciones colectivas siempre resulten efectivas.

Otra de las orientaciones pedagógicas que debe resolver el entrenador es: ¿cómo presentar los contenidos a los niños que se inician en el deporte de manera que asimilen los planteamientos tácticos y lo puedan utilizar durante las competiciones?. Lo esencial que se persigue es encontrar una metodología adecuada para impartir el contenido que los jugadores puedan utilizar y a la vez sirvan como herramienta para enfrentar situaciones similares en los momentos de las competencias, para que su actuación sea siempre eficaz y estable, es decir, todo el contenido de entrenamiento que presentamos a los jugadores debe de ser de forma significativa, de manera que pueda guiarle a lo largo de su vida deportiva y de sus competiciones.

Es obvio, que el Hockey existen acciones marcadas por la incertidumbre, que por ello convierten al Hockey en un deporte en el que la percepción y la toma de

decisiones son como mínimo igual de importantes que la ejecución. El Hockey es por tanto, una actividad donde no podemos encuadrarlo e intentar que una habilidad abierta se parezca a una cerrada, se sacaría de contexto ha partir de que no se juega en el mismo momento o en el mismo lugar, es decir, la situación es cambiante.

Haciendo un análisis de las condicionantes citadas por J. Weineck (1988), donde las acciones generales tácticas que tienen que ser utilizadas por los jugadores de forma individual y colectiva tal como se indica en la definición de táctica, una de las condicionantes es la capacidad de rendimiento del adversario y la actuación de los jugadores, por lo tanto, deberán tener presente que en función de lo que haga su contrario, él elegirá los gestos técnicos o las acciones tácticas más adecuadas. Sin embargo si se analizan estas, tendremos jugadores seguramente de valiosa calidad pero no sabrán llevar la iniciativa, solo actuarán en función de la situación frente a la que se encuentran, pero no sabrán provocar situaciones favorables a sus intereses

Este nivel superior es resuelto por la segunda condicionante y que se refiere a la propia capacidad de rendimiento del deportista, aquel jugador, conocedor de sus puntos fuertes (aquello que es mejor), debe intentar dirigir el juego hacia donde le convenga. Este segundo nivel no sólo se refiere a la forma de llevar la iniciativa por parte del jugador, sino también a cómo los diversos jugadores del equipo alternan la toma de iniciativa en función de las capacidades y beneficio colectivo. Nos estamos refiriendo a los sistemas de juegos que en el Hockey son variados

dependiendo de las estrategias trazadas para cada partido durante la competencia.

1.2 Valoraciones dadas por algunos autores sobre la preparación de los jóvenes deportistas.

En la sistematización realizada por el autor se consultó la literatura que abarca lo referente a cómo preparar jóvenes jugadores en los deportes colectivos tanto en el ámbito de la educación física como en el entrenamiento deportivo. La consulta a numerosos autores permitió arribar a conclusiones eficientes para el proceso investigativo.

Velocidad de reacción, velocidad de desplazamiento, potencia y habilidad, son junto a un buen juego de posición y a la capacidad de prever por donde puede venir la bocha, las cualidades más importantes del hockeista.

Las cualidades indispensables para poder hacer frente a un papel tan difícil como el del hockeista son múltiples y de orden, psíquico, técnico y físico.

Horst Wein. (1995), nos hablan de:

- Velocidad de desplazamiento en distancias cortas.
- Velocidad de reacción o rapidez de reflejos.
- Potencia generalizadora en todo el cuerpo.
- Flexibilidad y movilidad articular.
- Equilibrio.
- Agilidad y dotes acrobáticas.

➤ Coordinación motora.

Arpad Csanád en su texto, El Fútbol, hace referencia al entrenamiento como proceso pedagógico que hace posible el logro de las actuaciones de alto nivel, sin que se produzca ningún daño físico o mental, mediante el desarrollo sistemático y planificado de ciertos conocimientos prácticos especiales, condiciones físicas, cualidades morales y adaptación del organismo.

Como constatamos en el soporte teórico del trabajo el criterio respecto a las capacidades físicas y habilidades del hockeista varían ya que existen puntos de contacto entre los criterios y los cuales nos sumamos para con la experiencia en la práctica del deporte poder desarrollar los ejercicios.

José Pino Ortega y Jesús Cimarro Urbano, en su artículo, nueva perspectiva del entrenamiento del Fútbol, expresan que la capacidad de los deportistas para obtener el rendimiento óptimo, no sólo depende del nivel de desarrollo de los factores físicos o los factores hereditarios, sino que se relacionan y se amplían con otros ámbitos como la capacidad táctica, técnica, psicológica y social. Para el trabajo él artículo ha permitido profundizar en aspectos de la técnica y la táctica para mejorar las situaciones reales de juego sobre la base de un entrenamiento integrado que permita resolver y mejorar la capacidad de juego (Ortega, Pino José y Cimarro Urbano Jesús (1991). Nuevas perspectivas en el entrenamiento en Fútbol. Educación Física Chile. 225: 3-13.).

Armando Forteza de la Rosa en su artículo, métodos del entrenamiento deportivo, considera que cualquiera que sea la magnitud de los ejercicios de entrenamiento

que se vaya a aplicar al deportista, tendremos que utilizar una u otra forma de ejercitación, aquí es donde encontramos una de las categorías pedagógicas fundamentales dirigida al proceso de planificación y control como vía metodológica y pedagógica que permita que los mismos se alcancen a corto plazo, pero con una incidencia óptima. El trabajo investigativo retoma la relación que debe existir entre la estructura de los ejercicios que se proponen con el deporte para que puedan incidir positivamente en los resultados deportivos a la vez que puedan ser asimilados en contexto real de juego.

1.3 Antecedentes históricos sobre el perfeccionamiento de las acciones técnico - tácticas a la ofensiva en el Hockey sobre césped.

El alto desarrollo alcanzado por la ciencia y la tecnología a escala universal, los avances experimentados por la ciencia social y en particular por la psicología y la pedagogía, y el gran impacto de los juegos olímpicos de la era moderna y del deporte rentado como fenómeno social cultural contemporáneo, la necesidad de lograr un mejor uso del tiempo libre y de luchar contra el ocio y el sedentarismo entre otros, han incidido en los cambios operados en la esfera del deporte.

Precisamente la actividad física centrada, no es una tendencia específica no en el movimiento, sino en la persona que necesita el país en los momentos actuales, en el sujeto que a partir de su acción motriz, actúa y se compromete a la actividad física o deportiva, cada vez que se recrea y desarrolla relaciones de convivencia.

En los últimos tiempos se ha hecho cada vez más evidente la necesidad de un enfoque integral sobre la actividad educativa que supere la anterior etapa. Vemos lo que aprecia un importante grupo de autores.

La actividad física sobre el ser humano no ha de estar sentado en el movimiento sino en el ser que se mueve. Por tanto su efecto nunca es parcial, cualquier intervención sobre el aspecto a todo el sistema. De ahí su proyección integradora. Cargadera, J. 1988, Citado por Costañor – Camerino 1993.

La esencia en el desarrollo del entrenamiento deportivo, es la interrelación que se establece entre los componentes personales (profesor y alumno). La cognoscitiva se relaciona con el aprendizaje, conceptos y principios lo procedimental, con el desarrollo de habilidades y capacidades asociadas entre si al accionar motriz y lo actitudinal, con la formación de aptitudes, normas y valores.

Guillermina Lavarret y Gladis Valdivia se pronuncian en este sentido al plantear: Si partimos del análisis del proceso de enseñanza... siempre encontraremos la presencia de los elementos sin los cuales no es posible hablar de procesos de enseñanza, la actividad de dirección del profesor y la del aprendizaje de los alumnos.

Ellos entienden que este proceso tiene un carácter bilateral en el que la presencia de uno de estos elementos supone la precedencia del otro, manteniendo una unidad dialéctica.

De lo anterior se puede decir que es necesario alcanzar resultados de cada vez más elevados siendo aun suficientemente jóvenes para continuar mejorando su propio resultado.

De manera profusa abundante y sistemática. Zimmernann plantea que el momento de mayor entre habilidad es a partir de los 12 años según su libro del Entrenamiento.

1.4 Basamentos teóricos de las acciones ofensivas en la zona de definición.

Las acciones a la ofensiva en la zona de definición requieren de la intervención de al menos 6 jugadores, que interactúan con las siguientes habilidades deportiva: el que saca o pone la bocha en juego, el que recepciona (o para la bocha puesta en juego por el sacador), el que conduce, el que se desmarca para recibir el pase y que tira, elementos en posesión de la bocha, y los 3 elementos restantes son los jugadores que realizan el desmarque y la cobertura, elementos técnicos que por separado cada uno de ellos, requiere de un gran dominio y perfección y en los cuales se conjugan en las tareas de la preparación del deportista, evidenciando proporción, redondez y acuerdo para que los movimientos parciales formen una acción técnico - táctica.

Para que estos movimientos se puedan caracterizar como “dominados” o “magistrales” tienen que haber alcanzado un alto grado de precisión y seguridad.

Meinel Kurt (1977) se pronuncia en este sentido al plantear: “Los movimientos precisos no son solamente movimientos que alcanzan su fin con seguridad y precisión, sino también con exactitud de desarrollo, cuyo objetivo para llegar al fin se mantiene en modelos determinados de procedencia y economía. Por su naturaleza podemos calificar también los movimientos precisos de destrezas, que constituyen al mismo tiempo la coronación de la formación motriz.”, (9, 59).

Las acciones técnico - tácticas exigen un alto grado de precisión y desarrollo de los movimientos. Su atracción principal es invalidar el dispositivo defensivo del contrario logrando llevar el balón hasta la zona de tiro, provocando un serio peligro para el contrario, todo esto por supuesto, puede ser realidad cuando en un equipo existe estrecha relación entre todos los jugadores que participan en la definición de las últimas acciones a la ofensiva.

El equipo de nuestra provincia cuenta con excelentes resultados en su historial, sin dejar de señalar que en los últimos campeonatos nacionales la pobre efectividad en el ataque, producto a las deficiencias técnico-tácticas de los jugadores delanteros en su accionar en la zona ofensiva que le permita marcar goles, le ha imposibilitado ubicarse en un mejor lugar en la tabla competitiva, en sentido general han ido cediendo espacio a nivel nacional.

Las situaciones que enfrenta dicho equipo en el presente, es la poca producción de goles por torneos que en gran medida se deben a una mala selección de los esquemas técnico-tácticos a lo largo de todo el proceso de entrenamiento, teniendo en cuenta el nivel de cada equipo. El análisis de algunos rasgos

esenciales de los movimientos deportivos que individualmente integran las acciones técnico - tácticas, conducen a una valoración más compleja ya que esto o su manifestación en el juego, constituye una interacción fluida entre varios jugadores con tareas diferentes en cada uno de ellos.

Obviamente, los 11 jugadores deben estar preparados (funcionalmente) para cumplir cualquiera acción, sin embargo, la alta especialización que se ha alcanzado en el deporte moderno impone la necesidad de lograr una alta perfección de algunos jugadores (fundamentalmente medios y delanteros) para que encausen efectivamente la acciones técnico-tácticas a la ofensiva.

La elección de estos jugadores debe basarse en el desarrollo de algunas características físicas y psíquicas alcanzadas por encima de los demás: el sacador o pasador requiere fuerza para el golpeo, buena concentración de la atención para coordinar sus movimientos, y un buen volumen de la atención para tener una visión panorámica de la posición de los jugadores. El jugador que recepciona necesita rapidez de reacción para lograr controlar el balón anticipadamente, la amortiguación para lograr una recepción precisa, concentración de la atención para coordinar sus movimientos y volumen de la atención de manera que pueda representarse con exactitud por donde es más fácil penetrar o ver cuál de sus compañeros está en mejor posición de recibir el pase.

El jugador que se desmarca a recibir el pase o arrastrar una marca debe ser un jugador con una alta capacidad de reacción que le permita ubicarse correctamente y anticipadamente a los movimientos de los contrarios, fuerza explosiva para

realizar un tiro con potencia, volumen y concentración de la atención aceptables para controlar al portero y adecuar el ángulo de tiro, y así dominar la posición que ocupan los jugadores en el área.

El autor se acoge a los basamentos teóricos consultados y tratados por diferentes autores porque le permitieron adentrarse en la problemática tratada, así como poder dar solución a las insuficiencias mostrada por los jugadores.

CAPÍTULO II. Análisis de los resultados

En este capítulo se hace un análisis de todos los datos obtenidos y su procesamiento a través de los métodos empleados a lo largo de la investigación. Los resultados en el orden lógico, las soluciones puntuales y precisas, para darle cumplimiento a las tareas propuestas y al objetivo planteado a fin de resolver el problema.

La diversidad de autores que se dedica al estudio y trabajo con los deportes colectivos proponen clasificar los contenidos de entrenamiento en los componentes físicos, técnicos, tácticos y psicológicos. Dicha clasificación se realiza teniendo en cuenta la estructura del deporte y en mucho de los casos no se tiene presente las capacidades del jugador o de los jugadores.

La formación de los futuros jugadores debe exigir un estudio de los objetivos sobre los cuales se debe trabajar, posibilitando aplicar un máximo de contenido en un mínimo de tiempo. Este proceso de aprendizaje debería, además, garantizar una asimilación estable de los contenidos de entrenamiento en el rendimiento de los jugadores. Debíamos definir estos contenidos de aprendizajes, su orden de aparición y una metodología apropiada de enseñanza y entrenamiento, para procurar una asimilación rápida y profunda por parte de los jugadores.

Una de las dificultades más comunes en el proceso de entrenamiento es cómo transmitirles a los jóvenes deportistas los conocimientos teóricos que se poseen y que vayan adquiriendo de forma que garanticen su aprendizaje y que este se

produzca de una forma relativamente rápida e influya de forma positiva en los componentes técnicos-tácticos.

Durante el proceso de aprendizaje, el entrenamiento de elementos técnicos-tácticos aislados no parece garantizar una unidad en la preparación de los jugadores para la competición a razón de los espacios existentes entre los elementos técnicos aislados y los sistemas de juego más utilizados en el Hockey moderno por el equipo o por los adversarios, es decir, no solo entrenar pases, recepciones, conducciones, tiros a puerta, giros, desplazamientos, y poner a los jugadores en un sistema de juego determinado no garantiza que las acciones colectivas siempre resulten efectiva.

Otra de las orientaciones pedagógicas que debe resolver el entrenador es como presentar los contenidos a los jugadores para asegurar que asimilen los planteamientos tácticos y lo puedan utilizar durante las competiciones. Lo esencial que se persigue es de encontrar una metodología adecuada para impartir el contenido que los jugadores puedan utilizar y a la vez sirvan como herramienta para enfrentar situaciones similares en los momentos de las competencias, para que su actuación sea siempre eficaz y estable, es decir, todo el contenido de entrenamiento que presentamos a los jugadores debe de ser de forma significativa, de manera que pueda guiarle a lo largo de sus competiciones.

Es obvio, que el Hockey posee una **estructura y funcionalidad** muy compleja y absolutamente distinta de la de los deportes en los que predomina el factor ejecución. Además de que, en el análisis estructural de los deportes

pertenecientes al grupo de cooperación oposición, la técnica sólo es uno de los seis parámetros configuradores de la lógica interna (Reglas, técnica, espacio, tiempo, comunicación y estrategia), sobre todo ocurre que la ejecución técnica del poseedor de la bocha va a estar directamente influenciada por otros aspectos relativos a la situación en ese espacio y en ese momento, del balón, los compañeros, los adversarios, en definitiva, acciones marcadas por la incertidumbre, que por ello convierten al Hockey en un deporte en el que la percepción y la toma de decisiones son como mínimo igual de importantes que la ejecución.

El Hockey es por tanto, una **actividad abierta**, no podemos encuadrarlo e intentar que una habilidad abierta se parezca a una cerrada, se sacaría de contexto. A partir de que no se juega en el mismo momento o en el mismo lugar, es decir, la situación es cambiante.

Haciendo un análisis de las condicionantes citadas por J. Weineck (1988), donde las acciones generales tácticas que tienen que ser utilizadas por los jugadores de forma individual y colectiva tal como se indica en la definición de táctica, una de las condicionantes es la capacidad de rendimiento del adversario y la actuación de los jugadores, por lo tanto, deberán tener presente que en función de lo que haga su contrario, él elegirá los gestos técnicos o las acciones tácticas más adecuadas. Sin embargo si sólo analizamos estas, tendremos jugadores seguramente de valiosa calidad pero no sabrán llevar la iniciativa, solo actuarán en función de la situación frente a la que se encuentran, pero no sabrán provocar situaciones favorables a sus intereses.

Este nivel superior es resuelto por la segunda condicionante y que se refiere a la propia capacidad de rendimiento del deportista, aquel jugador, conocedor de sus puntos fuertes (aquello que es mejor), debe intentar dirigir el juego hacia donde le convenga. Este segundo nivel no sólo se refiere a la forma de llevar la iniciativa por parte del jugador, sino también a cómo los diversos jugadores del equipo alternan la toma de iniciativa en función de las capacidades y beneficio colectivo. Nos estamos refiriendo a los sistemas de juegos que en el Hockey son variados dependiendo de las estrategias trazadas para cada partido durante la competencia.

La tercera condicionante de vital importancia para la formación de jóvenes hockistas está relacionada con las diferentes superficies en las que se puede desarrollar un partido, desde las superficies de hierba (la menos usadas y no permitida para desarrollar campeonatos nacionales), la arcilla la usada para los eventos nacionales en esta categoría y la de superficie sintética que es la avalada por la Federación Internacional de Hockey para desarrollar sus partidos.

Tabla Nro 1.

RESULTADOS DE LOS ULTIMOS CAMPEONATOS NACIONALES ESCOLARES.							
Año	JJ	JG	JE	JP	GF	GC	LG
2011	5	0	2	3	2	8	3ro
2012	5	0	2	3	2	7	4to
2013	4	0	1	3	1	9	9no
TOTAL	14	0	5	9	5	24	

En un nivel competitivo como el que impone el Hockey de alto rendimiento son patentes las exigencias técnicas y tácticas que se demandan a los jugadores. Por ello, parece obvio, que el colectivo técnico deba esforzarse en estudiar y aplicar sistemas de entrenamiento que mejoren dichas cualidades en sus equipos. Los entrenadores se rodean de segundos entrenadores, preparadores físicos, fisioterapeutas y médicos del deporte para trabajar en equipo, y no dejar al azar ninguno de estos aspectos.

Analizando la tabla Nro 1, donde aparecen los resultados de los diferentes campeonatos se observa que los indicadores de goles en contra 24 y juegos perdidos 9 tienen valores por encima de los demás lo que indica que las acciones ofensivas en la zona de 22.90 yardas donde se elaboran las posibilidades de gol han sido insuficientes lo que no permitió a los equipos participantes ganar un partido. Debido a todo esto los lugares alcanzados han pasado de un tercero en el 2011 al noveno lugar en el 2013 corroborando que con cinco goles es imposible ubicarse entre los tres lugares a nivel nacional.

Tabla Nro 2.

PRIMER TOPE DE PREPARACION HOLGUIN-TUNAS						
JJ	TP(+)	TP(-)	% Ef.	P(+)	P(-)	% Ef.
1	3	6	33.33	5	11	31.25
2	2	5	28.57	7	15	31.81
3	3	7	30	6	13	33.33
TOTAL	8	18	30.76	18	39	31.57

Las tablas de la dos a la cuatros muestran los resultados alcanzados en cada uno de los partidos efectuados con el equipo Las Tunas en los indicadores evaluados comportándose de acuerdo a las exigencias en el orden técnico táctico para la etapa, teniendo en cuenta que el equipo al cual se enfrentaron es medallista en el campeonato nacional. Dentro de los objetivos del equipo estaba acentuado en la etapa de preparación lograr la mayor cantidad de acciones ofensivas dentro de la zona de 22.90 yardas para lograr más proximidad al área de tiro y por supuesto conseguir marcar gol.

Analizando los tiros a puerta en la tabla dos observamos que se comportaron bastantes cercanos en los tres juegos y con resultados muy por debajo para la categoría, que en los equipo ganadores es de aproximadamente de 34 acciones de tiro como promedio. La tendencia mayor es hacia los tiros negativos acumulándose un total de 18 para un bajo promedio de efectividad de 30.76 % con relación al total de partidos, aunque individualmente por partidos estuvieron alrededor de este resultado. Por supuesto que los tiros a puerta vienen precedidos para su eficacia por un pase bien comunicativo y donde se pudo constatar de que se comportaron de la misma manera que los tiros a puerta y son tendiente en su mayoría hacia los negativos con un total de 39 y una efectividad de 31.57 % para los tres partidos. Los pases por partido de se comportaron alrededor del 30 %.

Tabla Nro 3.

PRIMER TOPE DE PREPARACION HOLGUIN-TUNAS						
JJ	R(+)	R(-)	% Ef.	PC(+)	PC(-)	% Ef.
1	7	10	41.17	3	5	37.5
2	9	14	39.13	1	4	20.0
3	5	11	31.25	2	4	33.33
TOTAL	21	35	37.5	6	13	31.57

La tabla tres muestra los resultados alcanzados en las recepciones durante los tres partidos observándose que fue disminuyendo la efectividad de hacia lo negativo del primero al ultimo localizándose entre el 31.25 % y el 47.17 %, resultado mas alto durante el partido inicial. De forma general la efectividad se localizo en el 37,50 % en los tres partidos, de hecho se puede considerar que las incidencias mayores estuvieron centradas fundamentalmente por la mala colocación de los jugadores al no ponerse de frente por la dirección en que viene la bocha.

Los penaltis corner estuvieron muy por debajo de las posibilidades reales, si se tiene en cuenta que los delanteros deben atacar cinco veces por cada tiempo y provocar seis penalti por juego. La tendencia de los penaltis fue hacia lo negativo con un total de 13 en los tres partidos para una efectividad del 31.57 de forma general. En los partidos de manera individual fue alrededor del 30 % con excepción del partido dos donde estuvo en el 20 % debido en lo fundamental a la falta de acciones ofensivas dentro del área de tiro, por supuesto precedida por una escasa elaboración de las acciones en el área de 22.90 yardas.

Tabla Nro 4.

PRIMER TOPE DE PREPARACION HOLGUIN-TUNAS						
JJ	Ps(+)	Ps(-)	% Ef.	A(+)	A(-)	% Ef.
1	0	0	0	11	15	42.30
2	0	0	0	9	13	40.90
3	0	0	0	11	11	50.0
TOTAL	0	0	0	31	39	44.28

Considerando que el penalti strock es una falta muy grave dentro del área de 14,63 yardas que implica a la ofensiva el cobro de un tiro a bocha parada a una distancia de 6,45 yardas lo que posibilita mas oportunidad para el gol. En la tabla cuatro se puede apreciar que durante los tres juegos efectuados no se cobro ninguna falta de este tipo. Las dificultades al analizar los partidos estaban centradas en el poco desarrollo de las acciones técnico tácticas a la ofensiva dentro del área de 14.63 yardas. Además existió poca comunicación y lectura del juego a la ofensiva así como pocas jugadas de acciones individuales y de grupo dentro de la misma, y si los jugadores no penetran en este espacio, el equipo contrario no se ve obligado a cometer este tipo de falta. La efectividad en los penaltis es 0.

Las acciones en el área de 22.90 yardas permiten la llegada al área de 14.63 yardas que es donde se realizan los tiros a puerta, estas acciones deben rápidas, de mucha toma de decisiones y por supuesto que se sucedan a ambos laterales del terreno. Es importante señalar que una de las dificultades encontradas durante la confrontación con Las Tunas, y es también dificultad de la mayoría d los

equipos el juego o traslado de este por el lateral izquierdo debido a la estructura del bastón.

Las acciones negativas se comportaron alrededor de las 13 como promedio en los tres partidos, y de forma general un total de 39 para un 44.28 % de efectividad, representando una gran pérdida de la posesión de la bocha y de anotar gol. Las dificultades centradas en los tiros a puertas fuera del marco. Las acciones positivas se comportaron de forma general con 31 en los tres partidos con promedio de 10 acciones por juego lo que representa valores bajos con relación a equipos de este nivel.

Detectando todas las dificultades mencionadas con anterioridad sobre el accionar individual y de grupo en la zona de 22,90 yardas, elaboramos un conjunto de ejercicios para el Hockey haciendo variantes de las ya tradicionales que conforman la preparación del hockeista. Los ejercicios propuestos van dirigidos fundamentalmente a los seis jugadores que intervienen en la culminación de las acciones de equipo que se originan en cualquier parte del terreno.

Los ejercicios comenzaron aplicarse por espacio de 4 meses coincidiendo en lo fundamental con el periodo de preparación especial y se incluían todos los días de entrenamiento en sus diferentes variantes, siempre comenzando por los más fáciles. Es necesario puntualizar que se hicieron hacia ambos laterales dependiendo del lugar por donde se movía la bocha.

Tabla Nro 5.

SEGUNDO TOPE DE PREPARACION HOLGUIN-TUNAS						
JJ	TP(+)	TP(-)	% Ef.	P(+)	P(-)	% Ef.
1	4	8	33.33	10	14	41.66
2	8	12	40.0	15	10	60.0
3	6	10	37.5	12	12	50.0
TOTAL	18	30	37.5	37	36	50.68

La tabla cinco muestra los resultados de la segunda medición en dos de los parámetros evaluados. Se observa que los indicadores en los tiros a puerta aumentaron sus valores. Los tiros positivos se incrementaron en cada uno de los partidos y de forma general se elevaron hasta 18 lo que representa un 37.50 % de efectividad. Se hicieron mayor cantidad de tiros producto de la elaboración de mayor cantidad de acciones ofensivas lo que incremento los disparos a puerta debido en lo fundamental a la realización de algunos de los ejercicios propuestos que están orientados hacia esta dirección. No obstante al incremento de los indicadores evaluados todavía existen dificultades con los disparos a puerta, lo que afecta la anotación de goles para el equipo. El equipo continua su preparación con miras al Campeonato Nacional a través de los mismos ejercicios.

Los pases se comportaron tanto en los indicadores negativos como positivos bien agrupados por partido y de forma general la efectividad incremento por partido y de manera general llega hasta un total de 37 pases positivos para un 50.68 % de

efectividad lo que ha corroborado la incidencia de los ejercicios propuestos hacia esta dirección.

Tabla Nro 6.

PARAMETROS	PRUEBAS DE LA PRIMERA Y SEGUNDA MEDICION							
	TP1	TP2	TN1	TN2	PP1	PP2	PN1	PN2
MEDIA	2.66	6	6	10	6	12	12	13
D.S	0.57	2	1	2	1	2.51	2	2
MINIMO	2	4	5	8	5	10	11	10
MAXIMO	3	8	7	12	7	15	15	14
T	- 2.29		- 2.61		- 7.18		0.43	

Analizando la tabla 6 observamos que los valores de los tiros a puerta muestran resultados dispersos con relación a la media y este incremento de una medición a otra, señalando que en la medición inicial los resultados aunque en menor cuantía fueron menos dispersos. El valor de $t = -2.29$ en tiros positivos y de $t = -2.61$ en tiros negativos muestra que existen diferencias significativas entre las dos mediciones, por lo que los ejercicios aplicados en esta dirección influyeron de manera positiva.

Relacionado con los pases se observó que constituyó elemento esencial en el proceso de comunicación entre los jugadores llevando un mensaje intrínseco entre el pasador y el receptor. Todo permitió inculcarles a los jugadores el sentido de cooperación colectiva, la comunicación motriz y el apoyo estratégico, aspectos de valor para poder armar acciones de cooperación. Es necesario destacar que los tiros negativos en la segunda medición fueron superiores a los positivos, debido

en gran medida al aumento de la cantidad de acciones relacionadas con este elemento técnico. Los restantes resultados alrededor de la media están dispersos localizándose el valor más elevado en los pases positivos en la primera medición. Los valores de $t = -7.18$ y $t = 0.43$ muestran diferencias significativas entre las mediciones.

Tabla Nro 7.

SEGUNDO TOPE DE PREPARACION HOLGUIN-TUNAS						
JJ	R(+)	R(-)	% Ef.	PC(+)	PC(-)	% Ef.
1	9	12	42.85	4	5	44.44
2	18	9	66.66	9	4	69.23
3	15	10	60	7	5	58.33
TOTAL	42	31	35.71	20	14	58.82

Los resultados de las recepciones y el penalti córner lo muestra la tabla siete, donde se puede observar que existió un incremento en número de recepciones positivas por partido y de forma general llegaron hasta 73 predominando las positivas para alcanzar un 35.71 % de efectividad, que aunque es un indicador bajo se constató que se mejoraron algunas deficiencias de la primera medición, pero todavía se debe seguir trabajando en la colocación de frente a la bocha.

El penalti corner se comportó con más eficiencia si se tiene presente que se incrementaron 14 más que en la primera medición. Los positivos llegaron hasta 20 de manera general para un 58.82 % de efectividad muy superior a la primera

medición. Las dificultades que persisten y que debe trabajarse están relacionadas con la recepción del penalti y el tiro.

Tabla Nro 8.

PARAMETROS	PRUEBAS DE LA PRIMERA Y SEGUNDA MEDICION							
	RP1	RP2	RN1	RN2	CP1	CP2	CN1	CN2
MEDIA	7	14	10	14	2	6	4.33	4.66
D.S	2	4.58	1.52	4.58	1	2.51	0.57	0.57
MINIMO	5	9	9	9	1	4	4	4
MAXIMO	9	18	12	18	3	9	5	5
T	- 2.78		- 1.03		- 2.30		- 1.00	

Valorando la tabla 8 podemos constatar que en las recepciones y el penalti corner existió un incremento en todos los indicadores de una prueba a la otra. Se observa una mayor cantidad de recepciones negativas coincidiendo con las positivas debido al aumento de los pases, que por supuesto obliga a los jugadores a enfrentar en el partido con más frecuencia este elemento técnico ya que los jugadores aplican más las coberturas para buscar el espacio libre. Los valores se encuentran dispersos en ambas mediciones alrededor de la media pero se muestran valores de $t = -2.78$ y -1.03 por lo que existen diferencias significativas.

En el caso de los penaltis corner se pudo inferir que existió un incremento en cada uno de los valores de una medición a otra. La acción considerada de alta posibilidades de goles por jugarse a balón parado en la segunda medición mostró buenos resultados con una media de seis lanzamientos positivos y las acciones

negativas aunque tuvieron un ligero incremento en la segunda medición no es significativo con relación a la primera. La comparación de la dócima de muestras relacionadas aportan valores de $t = -2.30$ y $t = -1.00$ por lo que existen diferencias significativas entre las mediciones.

Tabla Nro 9.

SEGUNDO TOPE DE PREPARACION HOLGUIN-TUNAS						
JJ	PS(+)	PS(-)	% Ef.	A 22.90 (+)	A 22.90 (-)	% Ef.
1	0	1	0	13	11	54.16
2	1	0	0	15	10	60.0
3	1	0	0	14	8	63.63
TOTAL	2	1	66.66	42	29	59.91

La tabla nueve muestra los resultados de la segunda medición en los parámetros de penalti strock y acciones en los 22.90 yardas, donde se puede apreciar que en los penaltis que en la primera medición no se logro ninguno, en esta por lo menos se hicieron tres intentos de ejecución de lo cuales dos fueron positivos para un 66.66 % de efectividad. Los elementos fundamentales que incidieron en la mayor cantidad de penalti fueron las acciones que se sucedieron dentro de 14.63 yardas. Corroborando lo planteado en el párrafo anterior es el incremento de las acciones ofensivas en la zona de 22.90 yardas, que aunque no llegan a ser favorables si en esta medición se incremento tendiente a lo positivo con 42 acciones positivas para un 59.91 % de efectividad y algo muy positivo fue la disminución de las negativas.

Tabla Nro 10.

PARAMETROS	PRUEBAS DE LA PRIMERA Y SEGUNDA MEDICION							
	PSP1	PSP2	PSN1	PSN2	A22P1	A22P2	A22N1	A22N2
MEDIA	0	0.66	0	1.33	11.33	21.16	18	21
D.S	0	0.57	0	0.57	2.51	2.51	3.60	4.35
MINIMO	0	0	0	0	9	18	14	16
MAXIMO	0	1	0	1	14	25	21	24
T	- 2.00		- 1.00		- 2.96		- 3.00	

La tabla diez muestra los valores de los penaltis strock y se puede inferir que de una medición a otra aunque el aumento fue de uno, se considera eficiente si se tiene en cuenta que es una situación que no se da en los partidos por ser de difícil logro, sin embargo con los ejercicios direccionados hacia este objetivo se logro por lo menos marcar uno lo que pone al equipo en la situación de juego más adelante que el contrario. Los penaltis negativos se comportaron como los positivos. En ambas mediciones de observa que en la dócima de muestras relacionadas existen diferencias significativas entre las mediciones.

En el caso de las acciones en la zona de 22.90 yardas tanto en las positivas como en las negativas existe un incremento de los valores de una medición a otra. Las negativas incrementan por aumentar en la zona las acciones en la segunda medición, pero muy cercanas a los valores positivos. De las acciones en el área de 22.90 yardas es meritorio señalar que los ejercicios propuestos siempre estuvieron relacionados hacia esta dirección de ahí los resultados obtenidos. Los

valores de $t = -2.96$ y $t = -3.00$ muestran diferencias significativas entre las dos mediciones al aplicar la d6cima de muestras relacionadas.

En esta parte del trabajo se presenta el conjunto de ejercicios seleccionados para mejorar el accionar t6cnico-t6ctico ofensivo de los jugadores en la zona de 22.90 yardas a partir de su aplicaci6n. Al considerar que la pr6ctica de ejercicios f6sicos y t6cnicos es la forma fundamental del entrenamiento en el desarrollo de la capacidad de rendimiento, las diferentes modalidades de ejercicios constituyen, por tanto, la base de la estructuraci6n del entrenamiento deportivo.

Seg6n Grosser y Neumai6n (1994), *"la t6cnica se considera como la realizaci6n del movimiento ideal al que se aspira, es decir, el m6todo para realizar la acci6n motriz 6ptima por parte del deportista"*, (14, 5).

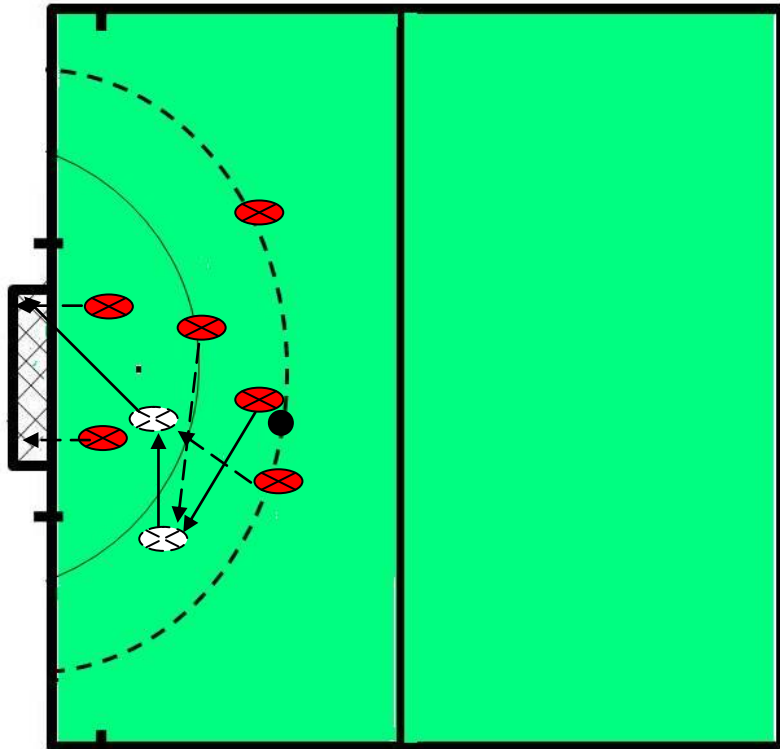
En el trabajo se hizo una cuidadosa elecci6n de los ejercicios propuestos para mejorar el rendimiento deportivo, as6 como en que medida y con que rapidez se alcanza el desarrollo. La selecci6n de los ejercicios se realiz6 seg6n principios de finalidad, de econom6a y de eficacia. Los ejercicios pedag6gicamente van realiz6ndose de lo m6s simple a lo complejo en estructura del mismo. Durante la ense6anza de los ejercicios propuestos se utiliz6 en ocasiones una metodolog6a anal6tica, es decir, se realizaron los ejercicios por parte explic6ndole a cada jugador cual era su funci6n, hacia donde ten6a que desplazarse y que acci6n deb6a realizar. Los ejercicios se realizaron en primera instancia sin contrario, luego con defensas pasivas, activas y en situaciones de juego real.

Durante el proceso de ense6anza de los ejercicios propuestos nos sustentamos en la teor6a de la transferencia asociacionista y es desarrollada b6sicamente en

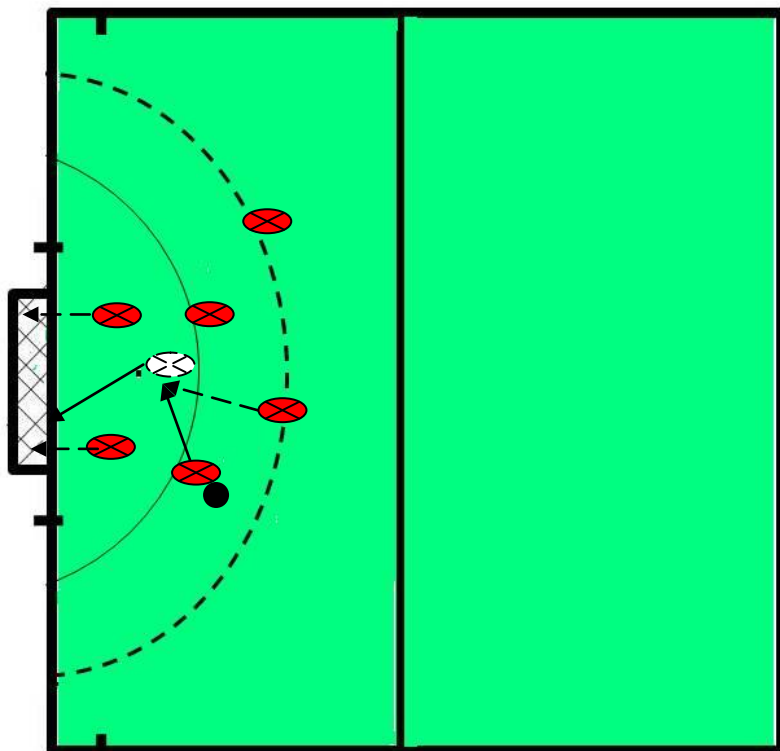
los deportes colectivos. Esta pedagogía plantea el análisis de los elementos de un conjunto por separado, con el fin de asimilarlos mejor, para posteriormente encadenarlos al final. Siguiendo la teoría los ejercicios propuestos se descompusieron en diferentes acciones motrices por separado con un orden de jerarquización con el fin de facilitar su asimilación técnica y táctica para posteriormente establecer un encadenamiento en una progresión metodológica lineal, para lograr al final del proceso de enseñanza aprendizaje, que el jugador conozca, por análisis o secuenciación, la totalidad de los elementos que estructuran la acción ofensiva técnico-táctica y al final pueda realizarla de forma integral.

Conjunto de ejercicios propuesto

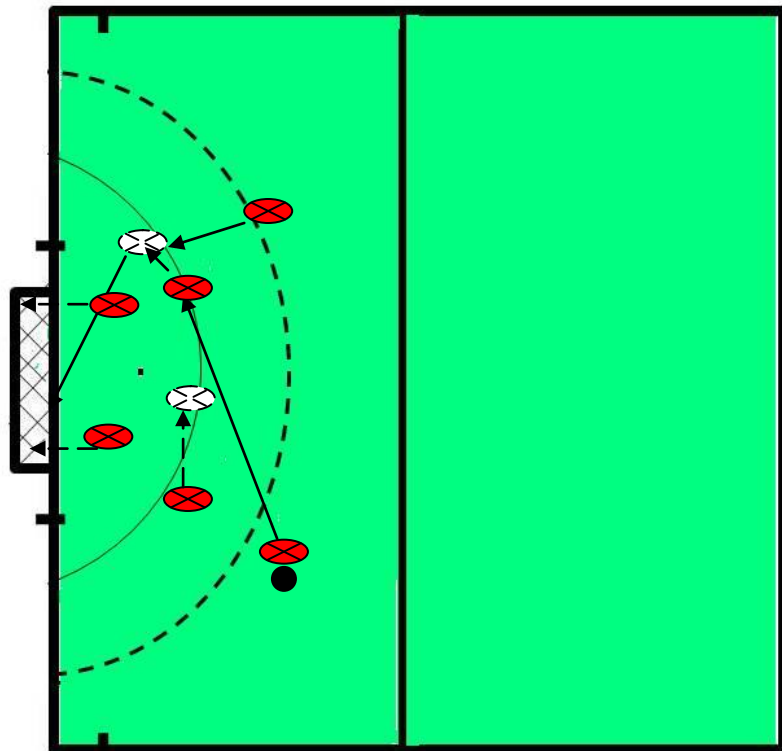
1. Jugador 1 se desmarca hacia el borde izquierdo superior del semicírculo o área de tiro para recibir un pase, este lo devuelve hacia a un jugador 3 que viene en movimiento el cual recibe el pase y tira a puerta, el jugador 2, 4, 5 y 6 entran a la cobertura. El ejercicio tiene como objetivo mejorar la efectividad en el desmarcaje, pase y tiro a puerta en movimiento después de una recepción y la cobertura para lograr desestabilizar al contrario, sacarlo de posición y hacer más efectiva la acción aprovechando los espacios libres dejados por el contrario.



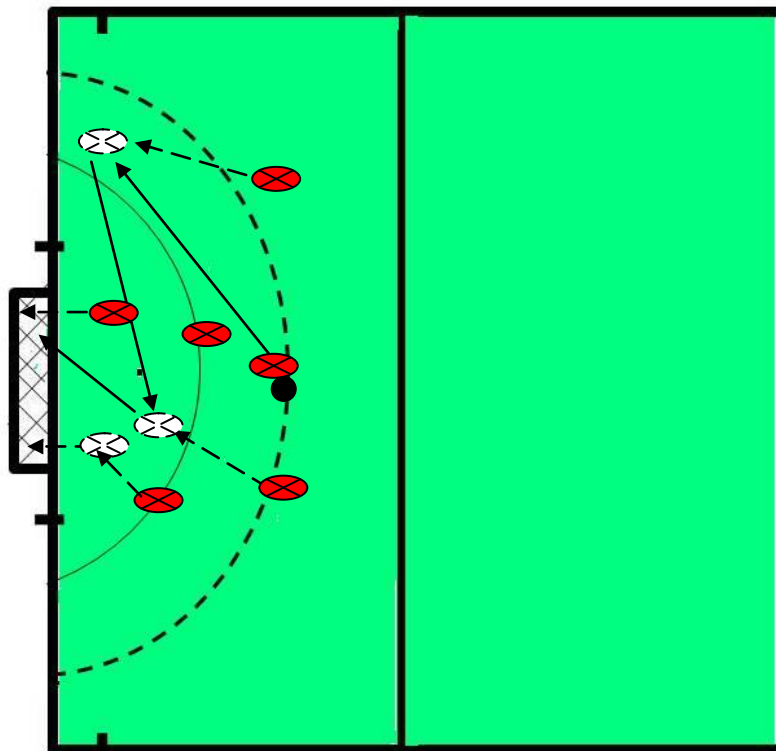
2. El jugador 1 viene penetrando sin bocha y recibe un pase del jugador 2 desde el borde del área y tira a puerta. El jugador 3 se queda en el borde del área, los jugadores 4 y 5 entran a la cobertura y el 6 se posiciona entre la línea del borde del área y 22.90 yardas. El ejercicio tiene como objetivo mejorar la efectividad del tiro a puerta en movimiento por el centro después de recibir un pase para lograr efectividad en los tiros a gol, realizar la cobertura para rematar los posibles rebotes de los defensas, portero y tubos de las puertas



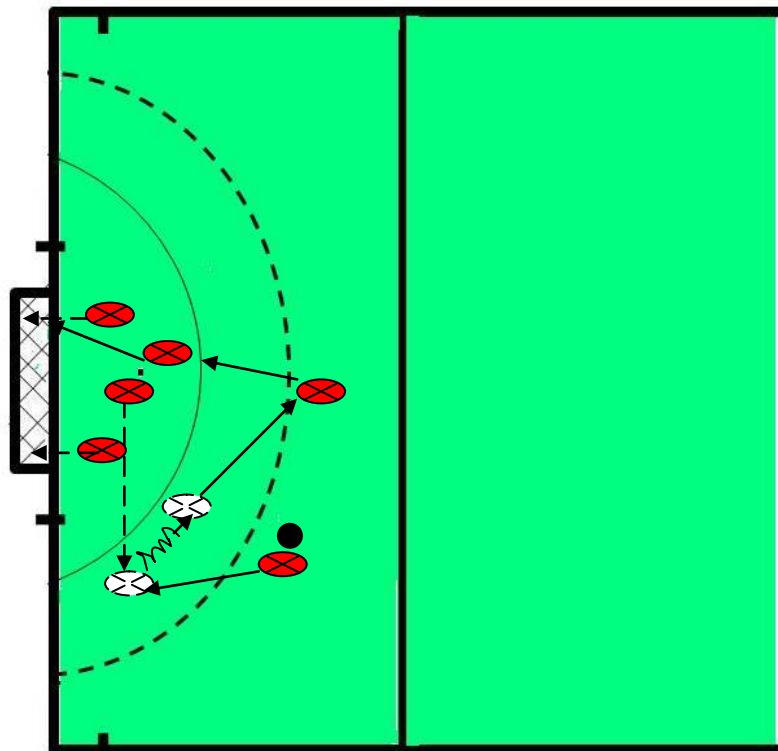
3. El jugador 1 pasa la bocha desde el extremo izquierdo al jugador 2. El jugador 3 se queda en el borde del área, jugadores 4 y 5 entran a la cobertura y jugador 6 se queda entre el borde del área y los 22.90 yardas. El ejercicio tiene como objetivo mejorar la efectividad en el desmarcaje, pase, tiro a puerta en movimiento y cobertura, así como llevar el ataque de un lugar a otro del área para lograr desestabilizar al contrario sacarlo de posición y hacer más efectiva la acción aprovechando los espacios libres dejados por el contrario.



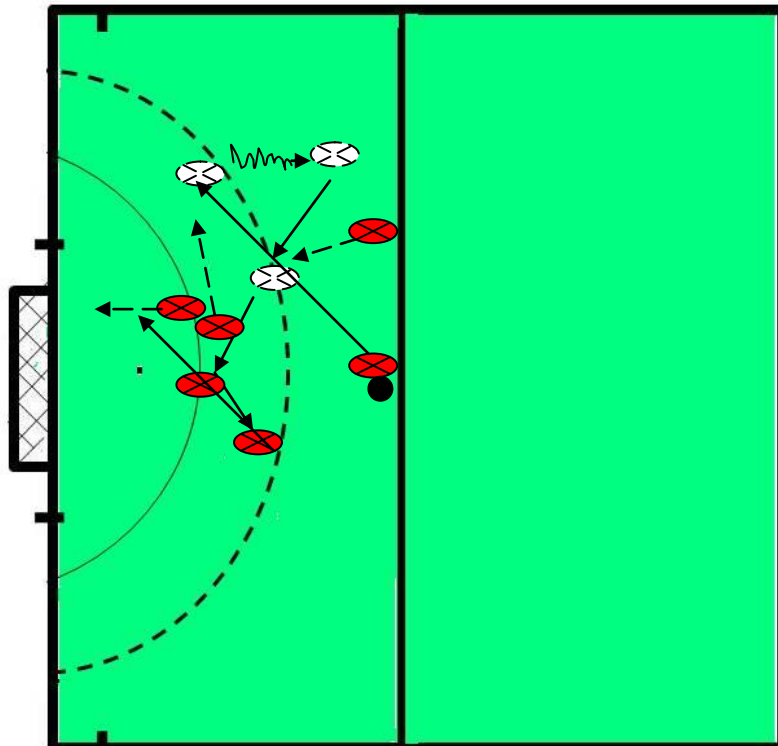
4 El jugador 1 pasa la bocha hacia el borde derecho del área que es recibida por un jugador 2 que viene penetrando por el mismo lateral centrando la bocha a un jugador 3 que viene en penetración por el lateral izquierdo y tira a puerta. Al tirar el jugador 3 el 5 entra al remate o cobertura, el jugador 4 está en la cobertura y el 6 se queda en el borde del área de 14.63 yardas. El ejercicio tiene como objetivo mejorar la efectividad en el desmarcaje, pase, tiro a puerta en movimiento, cobertura y llevar el ataque de un lugar a otro del área así como la penetración para lograr desestabilizar al contrario sacarlo de posición y hacer más efectiva la acción aprovechando los espacios dejados por el contrario.



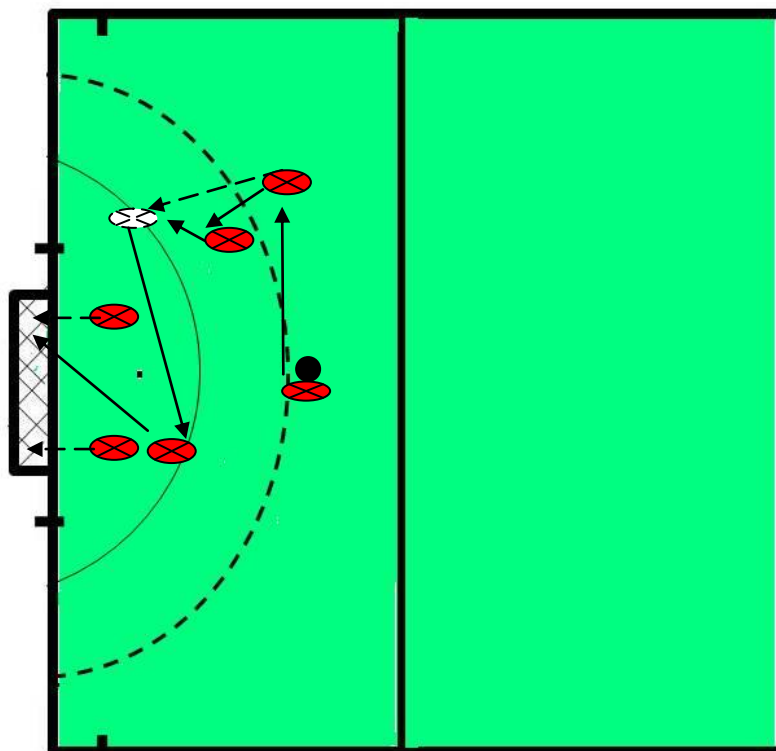
5 El jugador 1 se encuentra situado en el centro del área de 14.63 yardas, se desmarca para recibir un pase del jugador 2 desde la zona de 22.90 yardas hacia el lateral izquierdo próximo a la línea del semicírculo, recibe el pase y conduce 3 ó 4 m bordeando el área, realiza un pase a un jugador 3 que esta situado en la línea de 22.90 yardas el cual recibe y pasa hacia el punto de penal donde se encuentra un jugador 4 que recibe y tira. Los jugadores 5 y 6 entran a la cobertura. El ejercicio tiene como objetivo mejorar la efectividad en el desmarcaje, pase, tiro a puerta en movimiento, cobertura, llevar el ataque de un lugar a otro del área aprovechando los espacios libres dejados por el contrario así como los cruces y desvíos para lograr desestabilizar al contrario y sacarlo de posición y hacer mas efectiva la acción.



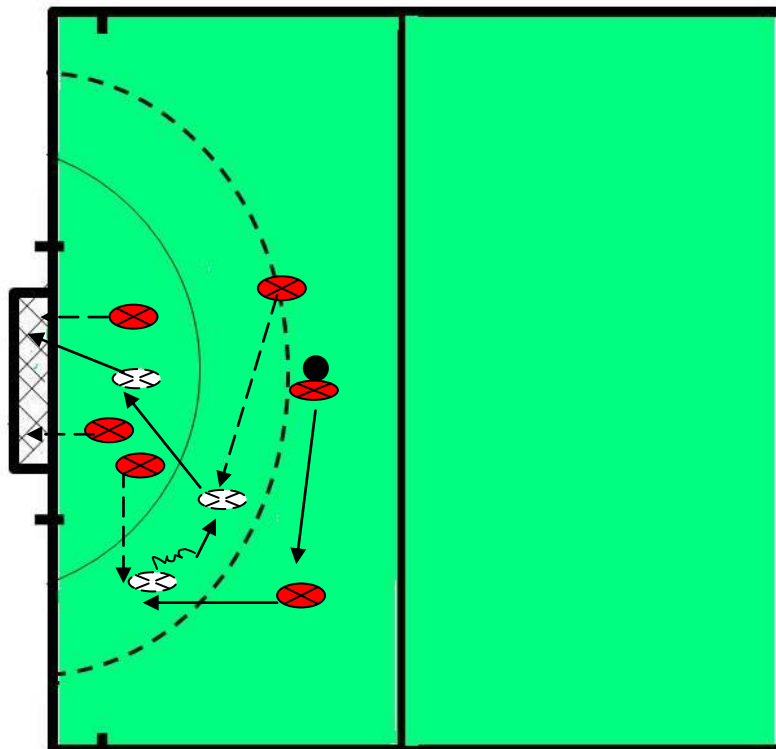
6 El jugador 1 situado en la línea de 22.90 yardas pasa la bocha hacia extremo derecho del terreno para ser recibida por el jugador 5 que se desmarca desde el centro del área, este conduce hacia la línea de 22.90 yardas y pasa la bocha a un jugador 2 que se desmarca, recibe y conduce hasta penetrar al área y pasa la bocha a un jugador 6 que se encuentra en el punto de penal, el jugador 6 pasa al jugador 3 que se encuentra en el borde izquierdo del área y este tira. El ejercicio tiene como objetivo mejorar la efectividad en el desmarcaje, pase, tiro a puerta en movimiento, cobertura, llevar el ataque de un lugar a otro del área aprovechando los espacios libres dejados por el contrario así como los cruces ,desvíos y pases en profundidad para lograr desestabilizar al contrario sacarlo de posición y hacer mas efectiva la acción.



7. El jugador 1 pasa la bocha desde el punto medio del 22.90 yardas hacia el extremo derecho a el jugador 2 que pasa al borde derecho del área a un jugador 3, el jugador 2 se desmarca por detrás del jugador 3 y recibe el pase del 3 el cual al recepcionar le pasa al jugador 4 situado en el borde izquierdo del área de 14.63 yardas, este recibe y tira. Los jugadores 5 y 6 realizan la cobertura. El ejercicio tiene como objetivo mejorar la efectividad en el desmarcaje, pase, tiro a puerta en movimiento, cobertura, llevar el ataque de un lugar a otro del área aprovechando los espacios libres dejados por el contrario así como los cruces, desvíos, pases en profundidad y pase muerto o bocha hacia atrás para lograr desestabilizar al contrario sacarlo de posición y hacer mas efectiva la acción.



8. El jugador 1 situado en la mitad del área de 22.90 yardas pasa la bocha al extremo izquierdo que es recibida por el jugador 2 el cual pasa hacia la línea de córner para ser recibida por un jugador 3 que viene demarcándose desde el centro del área, el mismo al recibir, conduce y pasa al jugador 4 que se había desmarcado y pasa al jugador 1 que se había desmarcado hasta el punto de penal para realizar el tiro. Los jugadores 5 y 6 entran a la cobertura. El ejercicio tiene como objetivo mejorar la efectividad en el desmarcaje, pase, tiro a puerta en movimiento, cobertura, llevar el ataque de un lugar a otro del área aprovechando los espacios libres dejados por el contrario, cruces, desvíos , pases en profundidad así como pase muerto o bocha hacia atrás.



Conclusiones

1. Los elementos teóricos expuestos sobre la efectividad del tiro de revés a puerta en los jugadores de Hockey sobre césped constituyen aspectos esenciales para poder diseñar y llevar a vías de hecho los ejercicios para la preparación técnico-táctica de los atletas, acorde a las nuevas exigencias del deporte de alto rendimiento, en todas sus direcciones.
2. Durante la observación de los partidos de preparación contra el equipo de Las Tunas, se pudo comprobar que los jugadores no dominaban los planteamientos tácticos a utilizar, además de tener insuficiencias en el dominio de los elementos técnicos que componen la acción. Los indicadores con más incidencia en los resultados fueron los pases, recepciones, tiros a puerta y las acciones ofensivas en la zona de ataque.
3. La efectividad de una medición a otra se pudo mejorar aplicando los ejercicios propuestos a lo largo de cuatro meses, siendo el período especial donde se intensifiquen la utilización y con ello el dominio de estos ejercicios así como sus variantes en correspondencia con los objetivos de la unidad de entrenamiento y el planteamiento táctico del equipo atendiendo a las características individuales de las atletas.

Recomendaciones.

1. Que una copia de este material se sitúe en la biblioteca de la Facultad y el Centro de Informática del INDER, de tal forma que los investigadores, atletas, entrenadores y pueblo en general tengan amplio acceso al mismo.

BIBLIOGRAFÍA

1. Aguirre, J. (1999) Reflexiones sobre el aprendizaje motor. Apunts: Educación Física y Deporte (Barcelona) 58: 41-47.
2. Dzhamgarov, ATS y Z. Puni (1990). Psicología de la educación física y el deporte. Ciudad de La Habana. Editorial Científico Técnica.
3. Forteza de la Rosa, Armando (1988). Bases metodológicas del entrenamiento deportivo. Ciudad de La Habana. Editorial Científico Técnica.
4. Gorbunov, G. D (1988). Psicología del deporte. URSS.
5. Harre, Dietricli (1973). Teoría del entrenamiento deportivo. Ciudad de La Habana, Editorial Científico-Técnica.
6. Hernández, M. (1990) La actividad física y el deporte en el ámbito de la ciencia. Apunts: Educación Física y Deporte (Barcelona) 22: 5-10.
7. Horst, Wein (1995). La clave del éxito en el hockey. Editorial Juan Manuel Orgueira. Buenos Aires.
8. John, Freud (1977). Estadística elemental moderna. Ciudad de La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
9. Júrgen, Weineck (1994). Entrenamiento óptimo. Editorial Hispano Europea, SA. Barcelona España.
10. Kurt, Meinel (1977). Didáctica del movimiento. La Habana: Editorial Orbe.
11. Martínez Hugo Jara (1991). La motricidad en el Voleibol escolar. Educación Física de Chile 225: 8-11.

12. Matveev, L (1993). Fundamentos del entrenamiento deportivo. Moscú. Editorial Ráduga.
13. Ortega, Pino y Cimarro Jesús (1997). La conducción en el Fútbol. aplicación táctica. Educación Física Chile. 244: (12-16).
14. Ortega, Pino José y Cimarro Urbano Jesús (1991). Nuevas perspectivas en el entrenamiento en Fútbol. Educación Física Chile. 225: 3-13.
15. Ozolin, N.G (1983). Sistema contemporáneo de entrenamiento deportivo. Ciudad de La Habana. Editorial Científico Técnica, p 364
16. Raya Antonio Pugnaire (1991). Aspectos relevantes en el aprendizaje de habilidades básicas en Fútbol. Educación Física de Chile 225: 3-7.
17. Rodionov, A.V (1986). Psicología del entrenamiento deportivo. Ciudad de La Habana. Editorial Científico Técnica.
18. Spiegel, Sidney (1970). Diseño experimental no paramétrico. Ediciones Revolucionarias. La Habana.
19. Tálaga, Jersy (1987). La táctica del fútbol / Jersy Tálaga. – Ciudad de la Habana: Editorial Pueblo y Educación. —144 p.
20. Viciano, J y Delgado, M (1999). La programación e intervención didáctica en el deporte escolar (II). Aportaciones de los diferentes estilos de enseñanza. Apunts: Educación Física y Deporte (Barcelona) 56: 17-24.
21. Viciano, J (1999). La programación e intervención didáctica en el deporte escolar (I). La técnica de enseñanza. Apunts: Educación Física y Deporte (Barcelona) 56: 10-16.

22. Zatsiorski, V.M (1989). Metrología deportiva. Ciudad de la Habana. /
V.M. Zatsiorski. – Ciudad de la Habana: Ed. Pueblo y Educación.
23. Zeeb Gehard (1997). Planificación y realización de 144 Programas de
entrenamiento. / Gehard Zeeb. – Barcelona: Ed. Paidotribo.
26. 1250 ejercicios y juegos en Baloncesto. Javier Olivera Betran (1994).
Colección deportes. Edit. Paidotribo. 2da edición. Volumen I.
27. Martínez, H. (1993) Algunas consideraciones metodológicas acerca de la
enseñanza de los deportes. Educación Física de Chile (Chile) 232: 9-12.
28. Fradua, L y Figueroa, A. (1996) Construcción de situaciones de enseñanza
para la mejora de los fundamentos técnicos-tácticos individuales en
fútbol. Apunts: Educación Física y Deporte (Barcelona) 40: 27-33.