



**Universidad  
de Holguín**

FACULTAD  
CULTURA FÍSICA  
Y DEPORTES  
DPTO. CULTURA FÍSICA

# **La anticipación de los jugadores de Voleibol en las acciones de la defensa del campo**

Tesis para optar por el Título de Licenciado en Cultura Física

AUTOR(A): Lietel Lianet Cañete Diéguez

TUTOR(ES): MSc. Idalkis Segura Rodríguez, Prof. Auxiliar  
DrC. Yaser Rusell Suarez, Prof. Titular

HOLGUÍN 2018



**Universidad  
de Holguín**

FACULTAD  
CULTURA FÍSICA  
Y DEPORTES  
**DPTO. CULTURA FÍSICA**

## **Agradecimiento**

A la Revolución cubana y a nuestro invencible Comandante en Jefe, que siempre confió en la Juventud. A mis padres que será siempre faro y guía de mi formación y saben cuánto los quiero y los necesito. Mis tutores, MSc. Idalkis Segura Rodríguez y DrC. Yasser Rusel Suarez. Los amigos y profesores de la Facultad de Cultura Física y Deportes, por su apoyo incondicional y su influencia positiva en mi formación, durante toda la carrera.



## Resumen

El estudio se realizó con un grupo de atletas que pertenecen a la categoría 13-15 escolar perteneciente al sexo femenino, la cual tuvo como objetivo, elaborar un sistema de acciones psicopedagógicas para potenciar la anticipación en la defensa del campo en voleibolistas escolares de la Eide Pedro Díaz Coello de Holguín; la autora utilizó métodos de nivel teórico, empíricos y matemático – estadístico permitiendo diagnosticar antecedentes y situación actual de la temática investigada, así como la triangulación, con los resultados obtenidos, el estudio cumplió y dio solución a una de las problemáticas más actuales en el deporte Voleibol, brindándole a los entrenadores un sistema de acciones desde la perspectiva psicopedagógica, que le permitan enfrentar y dar solución, a las limitantes que existen en los equipos escolares con respecto a la anticipación en la enseñanza del elemento técnico defensa del campo en voleibolistas escolares de la Eide Pedro Díaz Coello de la provincia de Holguín.

**Palabras claves.** Voleibol, defensa del campo, anticipación y sistema de acciones psicopedagógicas

## Summary

The study one carries out with a group of athletes that you/they belong to the category 13-15 scholar belonging to the feminine sex, which had as objective, to elaborate a system of actions psicopedagógicas for potencies the anticipation in the defense of the field in school voleibolistas of the Eide Pedro Diaz Cello of Holguín; the author uses theoretical, empiric level methods and the mathematician - statistical allowing to diagnose antecedents and investigated current situation of the thematic one, as well as the triangulation, with the



**Universidad  
de Holguín**

FACULTAD  
CULTURA FÍSICA  
Y DEPORTES  
**DPTO. CULTURA FÍSICA**

obtained results, the study completed and he/she gave solution to one of the most current problems in the sport Volleyball, offering the trainers a system of actions from the perspective psicopedagógica that you/they allow him to face and to give solution, to the restrictive ones that exist in the school teams with regard to the development of the anticipation in the teaching of the element technical defense of the field in school voleibolistas of the Eide Pedro Diaz Cello of the county of Holguín.

**Key words.** Volleyball, defense of the field, anticipation and system of actions psicopedagógicas



## Índice

	Pág.
Introducción.....	1
<b>CAPITULO I. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA METODOLÓGICA ACERCA DE LA ANTICIPACIÓN EN LA DEFENSA DE CAMPO EN EL VOLEIBOL ESCOLAR, CATEGORÍA 13-15 FEMENINA. ....</b>	<b>8</b>
Epígrafe 1.1 Exigencias que les plantea el Voleibol escolar a los jugadores para la defensa del campo.....	8
Epígrafe 1.2 La anticipación en los jugadores de Voleibol de la categoría escolar para el desempeño de las acciones de defensa de campo.....	17
Epígrafe 1.3 Principales estudios acerca de la anticipación en los jugadores de voleibol escolar para el desarrollo de la defensa de campo.....	26
Epígrafe 1.4 Caracterización de la categoría 13-15 femenina.....	31
<b>CAPITULO II ESTRUCTURACIÓN METODOLÓGICA PARA LA ELABORACIÓN DEL SISTEMA DE ACCIONES PSICOPEDAGÓGICAS PARA POTENCIAR LA ANTICIPACIÓN EN LA DEFENSA DEL CAMPO EN LA CATEGORIA 13-15 FEMENINA.....</b>	<b>35</b>
Epígrafe 2.1 Análisis de la etapa factoperceptual. Resultados del diagnóstico aplicado.....	36
Epígrafe 2.2 Aspectos esenciales sobre el sistema de acciones psicopedagógicas para potenciar la reacción en la defensa del campo en el Voleibol escolar, categoría 13-15 femenina .....	49



**Universidad  
de Holguín**

FACULTAD  
CULTURA FÍSICA  
Y DEPORTES  
**DPTO. CULTURA FÍSICA**

Epígrafe 2.3 Valoración del nivel de pertinencia del sistema de acciones  
psicopedagógicas para potenciar la anticipación en la defensa del campo en el  
voleibol escolar.....54

Conclusiones..... 58

**Bibliografía**

**Anexos**



## Introducción

El Voleibol es un deporte de acciones cíclicas que se desarrollan a gran velocidad y donde existe una gran incertidumbre dada la variedad de respuestas posibles ante las diferentes situaciones del juego. Esta característica va a condicionar que la capacidad de reacción y la anticipación del deportista jueguen un papel fundamental en el rendimiento.

El jugador debe tomar decisiones en espacios de tiempo muy breves, percibiendo y analizando la información de manera muy rápida, para posteriormente ejecutar la acción adecuada. La presión temporal que se asocia a un deporte como este va a suponer un conflicto para los deportistas (Carrasco, 2012), que deberán interpretar cada situación y ejecutar la respuesta correcta en un periodo de tiempo muy limitado

Desde el período de su nacimiento el Voleibol como deporte hasta nuestros días, el elemento espectáculo ha sido determinante y está hoy más que nunca presente produciendo cambios sustanciales en más corto tiempo que ningún otro deporte, por lo antes planteado podemos decir que el Voleibol ha evolucionado grandemente en reglamentación general como en el accionar de los diferentes elementos técnicos defensivos (defensa del saque y de campo) siendo este último uno de los fundamentos técnico - tácticos que ha ido en evolución en el Voleibol desde sus inicios hasta hoy día con la incorporación del líbero.

Hoy estas diferencias son cada vez menores, el juego rápido y combinado ha ocupado un importante espacio y caracteriza a los mejores equipos del mundo, debido entre otros factores a la influencia del fenómeno de la globalización en



el campo de la preparación de los jugadores y como un proceso objetivo resultante del extraordinario desarrollo de la ciencia, la técnica, las comunicaciones y las fuerzas productivas en general.

En las fases de iniciación será más fácil inculcar a nuestros deportistas una técnica correcta que se podrá aplicar de manera exitosa en el futuro. La corrección de errores en jugadores de más edad y con más experiencia implica una mayor complejidad y requiere un mayor tiempo de dedicación que en jugadores en etapas de desarrollo motriz.

Por otra parte, a medida que el nivel de los deportistas aumenta, también lo hace la velocidad del móvil, lo que supone una reducción del tiempo para percibir e interpretar la información. En etapas más avanzadas se comienza a defender ataques potentes por lo que la anticipación será fundamental para realizar una defensa positiva (Fotia, 2003).

Si trabajamos desde la base de manera correcta para inculcar estos movimientos y posiciones, el jugador podrá automatizarlos de forma que, cuando la velocidad de juego aumente, el tiempo requerido para reclamar estos conocimientos automatizados será menor. El dominio de la técnica sumado a la experiencia tendrá como resultado la anticipación a las acciones rivales.

La defensa en voleibol presenta una gran complejidad perceptiva. Según Fotia (1995) “solamente estableciendo una progresión didáctica para las primeras etapas se podrá lograr un jugador talentoso para las acciones definitivas futuras”. La selección de la posición adecuada dentro del campo, así como la correcta orientación y posición del cuerpo ante el ataque del equipo rival, van a tener una gran incidencia en las posibilidades de éxito de nuestras acciones y



serán un aspecto fundamental que deberemos desarrollar en las primeras etapas.

Con el actual accionar de este deporte internacionalmente una de las mayores preocupaciones de los especialistas en los últimos años se dirige a fomentar la práctica del Voleibol en los jóvenes, en función del desarrollo de habilidades correctas, la intención de la investigadora no está aislado de este planteamiento, partiendo del estudio de los resultados estadísticos obtenidos en los últimos 3 años, la ubicación en los juegos escolares nacionales que no ha sido la esperada, limitantes en cuanto a la realización de las técnicas del deporte, en específico la defensa del campo de la categoría 13-15 femenina de la Eide Pedro Díaz Coello de Holguín, a partir de la aplicación de un diagnóstico fáctico que mostró las siguientes insuficiencias:

- \_\_\_ Limitado proceder psicopedagógico de los entrenadores, al trabajo de la anticipación para potenciar el elemento técnico defensa del campo
- \_\_\_ Los atletas poseen desconocimiento de la importancia y necesidad de la anticipación ante las acciones del contrario
- \_\_\_ Insuficiente colocación debajo del balón para la realización del gesto técnico
- \_\_\_ Limitada anticipación de los atletas, ante las acciones que realiza el contrario

Por lo que la autora considera resolver la siguiente interrogante: ¿Cómo potenciar la anticipación para el desarrollo de las acciones de defensa de campo en voleibolistas de la categoría 13-15 femenina de la Eide Pedro Díaz Coello de Holguín?



Trazándose el siguiente objetivo: Elaborar un sistema de acciones psicopedagógicas para potenciar la anticipación para el desarrollo de las acciones de defensa de campo en voleibolistas de la categoría 13-15 femenina de la Eide Pedro Díaz Coello de Holguín.

Para guiar la investigación se orientan las siguientes preguntas científicas

- 1.- ¿Qué fundamentos teóricos – metodológicos justifican la anticipación en los elementos defensivos en Voleibol?
- 2.- ¿Cuál es el estado actual que presenta la anticipación para el desarrollo de las acciones de defensa de campo en voleibolistas de la categoría 13-15 femenina de la Eide Pedro Díaz Coello de Holguín?
- 3.- ¿Cómo concebir un sistema de acciones psicopedagógicas para potenciar la anticipación en el desarrollo de las acciones de defensa de campo de las voleibolistas categoría 13-15 femenina en la Eide Pedro Díaz Coello de Holguín?
- 4.- ¿Cuál es el nivel de pertinencia de un sistema de acciones psicopedagógicas para potenciar la anticipación en el desarrollo de las acciones de defensa de campo en voleibolistas categoría 13-15 femenina de la Eide Pedro Díaz Coello de Holguín?

Para dar respuestas a cada una de las interrogantes se proponen las siguientes tareas científicas:

- Determinar los criterios teóricos – metodológicos que justifican la anticipación en los elementos defensivos en Voleibol, a partir de la sistematización de las teorías y modelos existentes.



- Valorar el estado actual que presenta la anticipación para el desarrollo de las acciones de defensa de campo en voleibolistas de la categoría 13-15 femenina de la Eide Pedro Díaz Coello de Holguín.
- Elaborar un sistema de acciones psicopedagógicas para potenciar la anticipación en el desarrollo de las acciones de defensa de campo de las voleibolistas categoría 13-15 femenina en la Eide Pedro Díaz Coello de Holguín.
- Valorar el nivel de pertinencia de un sistema de acciones psicopedagógicas para potenciar la anticipación en el desarrollo de las acciones de defensa de campo en voleibolistas categoría 13-15 femenina de la Eide Pedro Díaz Coello de Holguín.

#### Metodología y Muestra

Dentro de los métodos aplicados en la investigación se encuentran:

#### **Del nivel teórico:**

- Histórico – Lógico: permitió conocer la evolución histórica de las formaciones defensivas, teniendo en cuenta los antecedentes y concepciones teórico-metodológicas que existen sobre la anticipación en el desarrollo de las acciones de la defensa del campo en el Voleibol escolar.
- Analítico – Sintético: posibilitó la búsqueda en las bibliografías consultadas de los elementos que son de mayor significación sobre la anticipación en la defensa del campo y así construir el texto científico.
- Inductivo-deductivo: se utilizó para esclarecer los elementos teóricos que refieren a la anticipación en la defensa del campo en el Voleibol escolar, establecer inferencias sobre el tema y arribar a conclusiones



- Sistémico-estructural-funcional: hizo posible ejercer un sistema de relaciones en el logro gradual de la investigación y de su manera estructurarla, a partir de la elaboración del sistema de acciones psicopedagógicas propuestas.

#### **Del nivel empírico:**

- Análisis de documentos: Se realizó la revisión del Programa de Preparación del Deportista en su evolución histórica
- Observación. Se utilizó una Guía de observación participante y estructurada desde el proceso de entrenamiento de los jugadores de Voleibol en la categoría escolar, en específico la categoría 13- 15 femenina ,para conocer los ejercicios y acciones psicopedagógicas realizadas por el entrenador para ofrecer tratamiento a la anticipación en las acciones de la defensa del campo.
- Entrevista a los entrenadores. Se utilizó una guía de entrevista para valorar el nivel de conocimiento y las acciones desarrolladas en función de potenciar la anticipación de la defensa de campo en las jugadoras de la categoría escolar 13-15 femenina.
- Pruebas técnicas.
  - 1ra prueba. Permitió la evaluación de la reacción (simple y compleja) en las acciones de la defensa del campo en categoría escolar 13-15 femenina de la Eide Pedro Díaz Coello de Holguín.
  - 2da prueba. Se utilizó para medir o valorar el desempeño de los atletas de la categoría 13-15 femenina en la anticipación de las acciones en la defensa del campo.



- El Test de Toulouse. Posibilitó la medición de la concentración de los atletas de la categoría escolar 13-15 femenina de la Eide Pedro Díaz Coello de Holguín.

**Matemáticos – estadísticos.** Se utiliza la estadística descriptiva a través del cálculo porcentual, y así realizar las valoraciones de cada uno de los instrumentos aplicados en el diagnóstico realizado.

Y la Triangulación metodológica: su uso permitió, una vez realizados los análisis de los métodos y/o técnicas de manera independiente, interpretar y contrastar si las informaciones aportadas por una fuente son confirmadas por otras.

### **Muestra**

Una población y muestra, constituida por 11 atletas que constituye el equipo regular de la categoría 13 - 15 años femeninos, lo que representa el 100% de la matrícula, particularizando más el análisis por municipio, edad y procedencia social pudiéramos plantear que:

- 3 representan a Holguín, 4 a Frank País, 2 pertenecen a Sagua e igual cifra perteneciente al municipio Mayarí, respectivamente.
- 5 atletas de 13, 2 de 12 años, nuevo ingreso, sin ninguna formación atlética que los anteceda y 4 de 14 años con experiencia de dos(2) años en el deporte.
- Hijas de padres divorciados en más del 80% y perteneciente a la clase obrera trabajadora y cuenta propias.

El estudio se realizó desde el mes de mayo del 2017 en el centro provincial Eide Pedro Díaz Coello del municipio Holguín, observándose 10 unidades de



entrenamiento, se aplicaron entrevistas a los entrenadores y los instrumentos científicos y los test a los atletas, así como la elaboración de la propuesta de acciones psicopedagógicas y la valoración por criterio de especialistas de dicha propuesta.

### **Resultados esperados.**

Con la elaboración del sistema de acciones psicopedagógicas por la investigadora, se consideran los siguientes logros:

- Mejorar el aprendizaje de la técnica de defensa del campo.
- Lograr la ejecución de la técnica que se investiga, a partir de las mejoras en la anticipación de los atletas ante las acciones del contrario.
- Mejorar los resultados competitivos de la categoría estudiada.

## **CAPITULO I. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA METODOLÓGICA ACERCA DE LA ANTICIPACIÓN EN LA DEFENSA DE CAMPO EN EL VOLEIBOL ESCOLAR, CATEGORÍA 13-15 FEMENINA.**

En el capítulo se realiza un acercamiento a la anticipación de los defensores del campo en el Voleibol escolar ante las acciones del contrario y la necesidad de su desarrollo para contribuir a un mejor dominio del elemento técnico defensa del campo.

### **Epígrafe 1.1 Exigencias que les plantea el Voleibol escolar a los jugadores para la defensa del campo.**

La autora del estudio para iniciar el análisis del elemento técnico defensa del campo, parte desde una síntesis e importancia del entrenamiento en el deporte y su caracterización.



### **Características del Voleibol como deporte colectivo.**

El Voleibol es un deporte de equipo que se clasifica en un deporte con pelotas donde dos equipos integrados por seis jugadores cada uno, se enfrentan sobre un área de juego separada por una red central. El objetivo del juego es pasar el balón por encima de la red, logrando que llegue al suelo del campo contrario e impedir que al equipo adversario le resulte conseguir lo mismo, a la vez de forzarlo a errar en el intento.

El balón debe ser tocado o impulsado con golpes limpios, pero no puede ser parado, sujetado, retenido o acompañado. Cada equipo dispone de un máximo de tres toques para devolver el balón al campo contrario (además del contacto del bloqueo). El balón se golpea normalmente con manos y brazos. Desde hace algunos años está permitido el contacto del balón con cualquier parte del cuerpo o los pies. Una de las características más peculiares del voleibol es que los jugadores tienen que ir rotando sus posiciones a medida que van consiguiendo puntos.

El campo donde se juega al Voleibol es un rectángulo de 18 m de largo por 9 m de ancho, dividido en su línea central por una red que separa a los dos equipos. En realidad el juego se desarrolla también en el exterior, en la zona libre, a condición de que el balón no toque suelo ni ningún otro elemento. La zona libre debe tener a lo menos 3 metros, medida que en competencias de índole internacional se aumenta a 5 m sobre las líneas laterales y a 6,5 m para las líneas de fondo. El espacio libre sobre la pista debe tener una altura mínima de 8 m que en competiciones internacionales sube a 12,5 m.



El contacto de los jugadores con el suelo es continuo, utilizando habitualmente protecciones en las articulaciones. La superficie no puede ser rugosa ni deslizante.

Cada equipo juega con seis jugadores que pueden ser sustituidos con condiciones. Tres de los jugadores forman la línea delantera, en tareas de ataque y los otros tres se colocan detrás y actúan de defensores o zagueros.

El equipo completo lo pueden formar un máximo de 14 jugadores (12 más 2 líberos), un entrenador, un entrenador asistente, un masajista y un médico. Cada jugador se identifica por un número distinto, del 1 al 20, número que aparece tanto en la parte delantera como en la trasera de la camiseta. Uno de los jugadores será el capitán del equipo y se identifica por una banda visible debajo de su número. Los líberos no pueden ser capitán y son los únicos que pueden y tienen que vestir una indumentaria distinta, generalmente de distintos colores al resto del equipo.

El juego está constituido por seis elementos técnicos: saque, recibo, pase, remate, bloqueo y defensa de campo, para permitir el desempeño táctico a partir de la integración en el juego de Voleibol.

### **Exigencias del Voleibol en el orden táctico**

La táctica de la defensa del campo al igual que en la defensa del saque (recibo) está muy supeditada a la táctica colectiva del equipo. Independientemente de ello las acciones individuales del jugador de la defensa serán decisivas para la victoria del equipo.

EL objetivo táctico será defender el balón posibilitando un contraataque y el jugador debe desarrollar el desplazamiento y coordinación de sus movimientos



con el objetivo de colocarse en la posición más ventajosa con relación a: estar en la zona lo más temprano posible hacia la cual el rematador contrario supuestamente dirigirá el balón (anticipación).

Tener la suficiente memoria táctico-técnica para resolver lo antes posible situaciones en las cuales debe hacerse contactos con balones que rebotan el bloqueo (reacción).

Según la zona en la que se encuentra, ser capaz de decidir rápidamente si permanece en su zona de origen o se desplaza a defender un engaño (toque).

Por lo tanto considerará:

- Su propio nivel técnico y repertorio técnico-táctico
- Evaluar desde el recibo las posibilidades de ataque del contrario
- Cubrir lo más temprano posible su área para defender
- Detectar las intenciones del rematador contrario (anticipación) y sobre esa base seleccionar el lugar propicio para defender.

### **Exigencias físicas del Voleibol**

A priori, para los poco entendidos, el voleibol puede parecer un deporte no demasiado exigente, o por lo menos no tanto como otras prácticas deportivas de equipo, pues el campo de juego es más pequeño, no se corren largas distancias a lo largo del partido y las jugadas no tienen tanta duración.

Pero nada más lejos de la realidad, ya que, a pesar de esas características que pueden hacer creer eso de este deporte, la práctica del balonvolea (término castellano para el voleibol) es muy completa, pues se combinan saltos, jugadas que exigen movimientos muy rápidos y el uso de todo el cuerpo. De esta



manera, el voleibol se enmarca dentro de los deportes que más ayudan a tonificar el cuerpo.

De hecho, el voleibol está catalogado como un deporte aeróbico-anaeróbico-alactácido, es decir, es una combinación de ejercicios musculares que exigen un alto consumo de oxígeno por parte del organismo (parte aeróbica), de ejercicios más explosivos y menos de fondo, que precisan un menor consumo de oxígeno (parte anaeróbica), y de ejercicios que no producen ácido láctico (parte alactácida).

### **Exigencias psicológicas en los deportes con pelotas.**

En los deportes con pelotas el atleta debe de ser capaz de valorar como transcurren cada uno de los elementos y acciones que se dan en la ejecución de la actividad, por tanto, analizar el tiempo y el espacio en que se manifiestan de manera precisa.

Por el grado de dificultad con que se realizan las acciones en los deportes con pelotas, es necesario entonces que el deportista alcance un alto perfeccionamiento en el sistema de acciones complejas que tipifican su actuación, a saber: reacciones que están asociadas al objeto en movimiento; reacciones anticipatorias, las reacciones inhibitorias; y la necesidad de una alta coordinación de los movimientos que se debe desarrollar durante el juego y otras.

Dado que en estos deportes, aparecen contrarios que siempre están elaborando nuevas respuestas a las situaciones cambiantes del juego, se hace imprescindible que el deportista desarrolle una gran imaginación creadora sobre las situaciones que presenta el contrario; es por eso que el pensamiento



táctico juega un destacado rol en la situación de los problemas que se presentan de manera inmediata ante el deportista.

Es necesario que se alcance entre los miembros del equipo un alto grado de compatibilidad psicológica, asociado a un nivel elevado de cohesión grupal, que puede lograrse sobre la base de una armonía en la dinámica relacional, que involucra tanto el trabajo que debe desarrollar el entrenador de forma integral como también las funciones que ejercerá el líder general del equipo, o los diferentes líderes que puedan existir y actuar en cada uno de los eslabones del juego, en las acciones ofensivas y defensivas del equipo.

**Las condiciones de la actividad en que se desarrolla el juego de voleibol determinan las demandas o exigencias psicológicas, que a continuación relacionamos:**

1. Desarrollo y estabilidad de diversos parámetros psicofisiológicos y perceptuales; buena velocidad de reacción y de movimientos, calidad de los cálculos perceptuales de espacio y tiempo, amplio volumen de la visión periférica, desarrollo de la coordinación óculo manual y el aparato vestibular. Desarrollo de percepciones especializadas; sentido del balón, sentido de la red, y sentido del terreno.
2. Desarrollo de las cualidades de la atención: concentración, volumen, intensidad estabilidad, distribución y conmutación.
3. Buena capacidad intelectual, matizada de un alto nivel de razonamiento abstracto y pensamiento operativo.
4. Perfeccionamiento del pensamiento táctico sobre la base de un amplio volumen de conocimientos.

5. Aprendizaje de mecanismos de autorregulación efectivos que garanticen el control y la estabilidad emocional.
6. Elevado nivel de motivación por el entrenamiento y la competencia.
7. Desarrollo del sentido colectivo, donde los intereses individuales no se antepongan a los objetivos del equipo.

El carácter súbito e instantáneo y el nivel de precisión de las acciones motrices en el voleibol provocan la necesidad de desarrollar en los jugadores la rapidez de la reacción, así como también la rapidez de los movimientos relacionados con la alta velocidad del vuelo del balón.

Pero en el Voleibol no se puede confiar solamente en la rapidez de la reacción. La perfeccionarse esta, es necesario crear la habilidad de prever y anticiparse a los posibles momentos del juego.

Casi todas las acciones de los voleibolistas transcurren sobre la base de las percepciones visuales. La habilidad para ver la posición y el desplazamiento de los jugadores en el terreno, el movimiento ininterrumpido de la pelota, así como también la habilidad para orientarse rápidamente en las nuevas situaciones constituyen importantes cualidades de los voleibolistas. Esto plantea exigencias muy amplias ante el volumen y el campo de acción de los jugadores y el nivel de precisión de su medición a simple vista.

El rápido tiempo del juego, su duración, la tensión de la lucha competitiva, la constante preparación para ejecutar acciones de respuesta y la gran responsabilidad por cada acción, particularmente en presencia de una gran cantidad de espectadores que reaccionan impetuosamente, determinan el



grado de saturación del juego con varias emociones, algunas de las cuales ejercen una influencia positiva y, otras, negativas.

El Voleibol moderno se caracteriza por la alta velocidad del vuelo del balón. Por el rápido desplazamiento de los jugadores y por el rápido e inesperado cambio de las situaciones de juego: todo esto plantea altas exigencias, no sólo con relación al volumen, la intensidad y la estabilidad de la atención, sino que también, exige al deportista la conmutación instantánea y la amplia distribución de la atención. La cantidad de estos procesos que transcurren simultánea o consecutivamente puede ser diferente, al igual que el grado de claridad de los mismos. Todo esto caracteriza la distribución de la atención; además de eso, durante el juego el voleibolista tiene que estar cambiando constantemente los objetos sobre los que está dirigida su atención. Así después de hacer el pase para el remate, el voleibolista concreta sus acciones la atención para el apoyo. Por ejemplo, tan sólo en un segundo su atención cambia alternadamente de tres a seis objetos.

En la psicología del deporte las percepciones tanto generales como especializadas del voleibol no han sido estudiadas lo suficientemente. Pero se puede decir audazmente que el sentido de la net, el sentido del balón, entre otras, constituyen para los voleibolistas un indicador convincente de su maestría técnica y del estado de la forma deportiva. Los mismos se forman, por tanto, como resultado de un entrenamiento prolongado y sistemático.

### **Aspectos esenciales del elemento técnico defensa del campo.**

El objetivo de la defensa es neutralizar los balones atacados por el contrario, que hayan traspasado la primera línea, ya sea en forma de remate, de rebote



en el bloqueo o de finta; así como permitir las máximas garantías posibles para la construcción del contraataque. La defensa es una acción que requiere ajustarse a la velocidad con la que viaja el balón, lo que supone grandes requerimientos de rapidez. Sin embargo la capacidad de interpretar la trayectoria con inmediatez y precisión, acaba por ser más determinante que la propia velocidad gestual.

Al defender, es cierto que, en ocasiones, se deben neutralizar balones que viajan al rededor de los 100 Km/h.; sin embargo, se deben interceptar con cambios de peso inmediatos, con movimientos fluidos y ralentizados en su fase próxima al contacto, para absorber la fuerza del impacto con un ajuste final muy controlado. Por eso en defensa hay situaciones que interesa más golpear en desequilibrio, mediante un movimiento ralentizado, que golpear en apoyo mediante un desplazamiento brusco al balón o una orientación corporal inadecuada.

Se debe inculcar en los jugadores, antes que nada, una actitud defensiva, que se basa en:

- a) impedir que ningún balón toque el suelo en ningún momento.
- b) ningún ataque es irrecuperable.
- c) todas las jugadas requieren el máximo desempeño, concentración y esfuerzo.

Existe una premisa esencial en la formación de defensores: en orden de importancia lo primero que se debe desarrollar es el deseo de defender (actitud), luego cómo defender (técnica) y por último dónde defender (táctica).



## **Epígrafe 1.2 La anticipación en los jugadores de Voleibol de la categoría escolar para el desempeño de las acciones de defensa de campo.**

Para iniciar el análisis del epígrafe la autora considera, partir desde los problemas psicológicos de la asimilación de las acciones tácticas en los deportes.

En la teoría del deporte actual se entiende por táctica deportiva la conducción útil de la lucha competitiva por el deportista o por el equipo, supeditada a determinada idea y plan para lograr el objetivo competitivo. La esencia de la táctica consiste en la utilización durante la lucha competitiva de conocimientos esenciales, habilidad y hábitos, que permitan realizar con gran efecto, por los deportistas sus posibilidades física psíquica y técnica, y vencer la resistencia de los adversarios que se esfuerzan por el mismo objetivo.

De todos los tipos de preparación de los deportistas y de los equipos deportivos es en la preparación táctica donde se manifiestan con mayor nitidez, los aspectos psicológicos. Esto se acentúa también en la teoría del entrenamiento deportivo que examina el pensamiento táctico como uno de los componentes fundamentales de la maestría táctica de los deportistas.

Sin embargo los aspectos psicológicos de la maestría deportiva no se limitan al pensamiento.

La asimilación de la maestría táctica presupone un alto nivel de desarrollo en los deportistas, del intelecto, de los procesos sensitivos-perceptivos, de una fina capacidad de observación, de la rapidez en el reconocimiento de las intenciones del adversario, de la capacidad para planificar sus propias acciones y realizar individualmente el plan propuesto teniendo siempre en consideración



las condiciones cambiantes de la lucha competitiva. Por esto la enseñanza de las acciones tácticas y la de la técnica de los ejercicios se estructura sobre fundamentos psicológicos.

### **El papel de la anticipación de la planificación y realización de las acciones tácticas.**

La planificación de las acciones tácticas el deportista para la competencia próxima está fundamentada en los procesos de anticipación, o sea, de previsión. En general anticipación es la capacidad del hombre de actuar con determinado adelanto espacio-temporal.

Precisamente, bajo este punto de vista, se describen las reacciones de anticipación en las investigaciones realizadas sobre los boxeadores y los baloncestistas, por A.V. Rodionov; los esgrimistas, por V.S. Keller y otros. Sin embargo, las formas de manifestaciones de la anticipación como reflejo adelantado de la realidad son muy diversas.

Estas se determinan por la capacidad del cerebro de correr hacia adelante, hacia el futuro, en respuesta al estímulo que actúa solo en el presente; pero cualquier efecto anticipado es posible solo sobre la base de todo un conjunto de procesos psíquicos. En unos casos se basa en las percepciones actuales de los objetos en movimiento, por ejemplo, de un balón en vuelo, los jugadores en movimiento en los juegos deportivos; en otros, solo en las imágenes de la memoria, de la imaginación creadora y del pensamiento.

El proceso de reconocimiento de las acciones próximas del adversario es necesario analizarlo con pronóstico de aviso, esto significa que el encontrar la respuesta mental a la pregunta ¿Cómo alcanzar un mejor resultado?, siempre



se basa en la elaboración de los planes de anticipación de sus acciones tácticas y en las previsiones de las posibles acciones del adversario.

Este es un proceso creador, la creación anticipada de las imágenes de las situaciones competitivas, de las acciones del adversario, de las acciones propias y contracciones con relación a las acciones del adversario, se forman las representaciones de la imaginación y es producto del pensamiento. Sobre esta base se presentan y parcialmente se verifican las hipótesis acerca de los acontecimientos esperados, a los cuales sirven de cuadro anticipado el modelo mental de aquello que se esfuerza por alcanzar el deportista en la competencia.

La planificación anticipada de las acciones tácticas en la competencia próxima es un proceso volitivo-emocional. Si el deportista dispone de una información más o menos completa acerca de sus adversarios, entonces este proceso se realiza con efectividad y provoca un estado de satisfacción y seguridad.

En las investigaciones de V. P. Umanski se demostró que la insuficiente información del deportista acerca del adversario y la esperada de la competencia puede provocar un efecto de anticipación negativo, relacionado con la renuncia psicológica como consecuencia del temor de no poder controlar las excitaciones emocionales, de los celos, del surgimiento de los errores en las acciones por insuficiente dominio de una buena técnica, con miedo de sufrir trauma relacionados con un estado de preparación física insuficiente.

La desaparición del efecto de anticipación negativo se logra, tanto con la regulación externa del estado del deportista (entrenador, compañero) como con la autorregulación del pensamiento y las emociones.



La anticipación es característica no solo para las acciones tácticas individuales. Según datos de R. L. Krichevski .La sincronización de las acciones de los jugadores con la de sus compañeros es posible porque tiene lugar la constante anticipación de la marcha del juego, de las situaciones planificadas en tiempo y espacio, y cuyo conjunto da el carácter de combinaciones terminadas a sus acciones.

Sobre la base de la anticipación espacio-temporal surge así la denominada idea colectiva. Esta tiene un carácter anticipado y refleja la aspiración de los compañeros de equipo de adelantarse en espacio y tiempo a las acciones del adversario. El portador material de esta anticipación indudablemente intelectual, de grupo; es la forma lacónica de señalización verbal: las acciones, los gestos y las poses de los jugadores.

### **Particularidades psicológicas del pensamiento táctico en el deporte.**

La planificación preliminar de las acciones tácticas tiene siempre un carácter probable, porque ni el deportista ni el entrenador disponen nunca de una información absolutamente completa acerca de las condiciones de la competencia, acerca de los adversarios y sus ideas.

Además, las situaciones de combate competitivo se suceden y varían con rapidez. Es por ello que la realización del plan táctico previo y probable, durante la competencia, está relacionada con la solución ininterrumpida de múltiples tareas tácticas, diferentes por su carácter.

Cada carácter exige al deportista respuesta a las preguntas: ¿En qué momento, para que y como es necesario actuar?

Las condiciones de las tareas son:



-La situación variable e las competencias, la cual es difícil prever.

-Las acciones y conducta de los adversarios.

Extremadamente, los deportistas que compiten actúan y al parecer se superan unos a los otros teniendo en cuenta la rapidez de las acciones. En realidad las acciones constituyen solamente el eslabón ejecutivo de un acto complejo que es el pensamiento táctico.

El pensamiento táctico del deportista, sobre la base del cual se resuelve la tarea táctica concreta, a diferencia del pensamiento discursivo, detallado, por ejemplo, el científico- teórico, se somete a la experiencia incesante de la práctica.

### **Los elementos de las acciones tácticas de la dirección reflexiva y el lenguaje interno en el dominio de las acciones tácticas.**

Durante las acciones tácticas, como se demostró en las investigaciones de R. S. Abelskaya, G. M. Gagaeva y otros, el deportista observa sin interrupción las acciones de los adversarios y de los compañeros. Sobre la base de la percepción y del reconocimiento de estas acciones se forma su interpretación lacónica, en la cual en forma concisa se valora cada episodio relacionado con la ganancia o la pérdida de puntos o tantos, con el éxito o el fracaso de los procedimientos utilizados, etcétera.

De esta forma se perfecciona la comprensión de las acciones y de las situaciones del juego. Sin embargo, el pensamiento del deportista resulta no solo de valoración y siempre subsiguiente con relación a la acción ejecutada.

Frecuentemente, este está encaminado a la adivinación de las ideas tácticas del adversario y constituye un pronóstico. Esto tiene una gran significación (se



gana sustancialmente en tiempo) parar el reflejo oportuno en tenis, por ejemplo, para la adivinación de las acciones verdaderas y falsas del adversario en el boxeo, para las acciones exitosas del portero de fútbol y de hockey.

Con frecuencia, los deportistas con experiencia aspiran no solo a la adivinación del adversario, sino también a la dirección activa de sus acciones; además, aspiran a pronosticar el resultado deseado con cierta antelación. Esto se logra sobre la base de la anticipación en su forma denominada dirección reflexiva, que consiste en la transmisión consiente de determinada información al adversario con el fin de recibir el resultado necesario y planificado con antelación.

A veces el deportista ejecuta algunas acciones tan rápido y al mismo tiempo tan correctamente, que no toma conciencia de las mismas de forma inmediata. En estos casos se dice que estas acciones se realizan de manera intuitiva, o sea, sin darse cuenta, inconscientemente. Pero como bien señaló B. M. Teplov, la intuición es la agudización límite de la conciencia durante la cual, la preparación de la solución de la acción de respuesta ocurren instantáneamente y el proceso de la acción motriz resulta inesperada para el deportista.

Estas soluciones intuitivas se realizan sobre la base de deducciones reducidas y abreviadas, preparadas por la rica y variada experiencia del deportista que percibe decenas y centenas de veces situaciones análogas, es por eso que el proceso que el proceso mismo de la percepción de la situación se realiza ya a nivel de conocimiento.



En la mayoría de los casos, las soluciones tomadas sobre la base del pensamiento se forman en el lenguaje interno con carácter mudo, o sea, que las articulaciones de las palabras el deportista las realiza para sí.

El pensamiento del deportista que se forma en el lenguaje interno se expresa en una a dos palabras, en unos casos, se relacionan con la aclaración de determinados momentos de la situación de competencia percibida inmediatamente, en otros se relacionan con la valoración del estado y del carácter de las acciones del adversario, con la previsión de sus acciones y, en tercer lugar, con la preparación oportuna de sus propias acciones.

Todo lo antes planteado testimonia que la enseñanza y la educación de los deportistas en el proceso de la preparación táctica y la elaboración de su maestría táctica, se deben formar sobre una amplia base psicológica.

En el rendimiento de los deportes colectivos, debido a su alta complejidad perceptiva, resulta esencial la capacidad de los deportistas para captar la información del entorno y responder ante ésta de forma adecuada.

Un hecho que se da con frecuencia en la práctica es la necesidad de actuar o predisponerse a hacerlo antes de que aparezca el estímulo Moreno, Oña y Martínez, (1998). A la capacidad de hacerlo con eficacia podemos denominarla anticipación deportiva y podemos considerarla como una variable clave del rendimiento deportivo, puesto que si las conductas anticipadas van en la dirección correcta el deportista logrará una mayor eficacia en sus acciones alcanzando un adecuado ajuste temporo-espacial al movimiento del adversario o del balón.



En la actualidad existe un importante debate acerca de la conveniencia o no de incluir parámetros relacionados con la anticipación defensiva en la formación de los jugadores, siendo defendida por autores como García (1999, 2003) y Román (1997). A la hora de entrenar esta capacidad, y debido a su complejidad, resulta necesaria la identificación de las variables de las que depende con el objetivo de dirigir el entrenamiento a la mejora de ellas.

### **La anticipación en los jugadores de Voleibol.**

El Voleibol por las características específicas del contacto con el balón y la velocidad a la que pasa este de un campo a otro, es un deporte particularmente veloz, por tanto, el papel de la anticipación es primordial para poder defender, recibir o bloquear.

Recordemos que cuando hablamos de la capacidad de reacción dijimos que en un remate en Voleibol, la *velocidad del balón* es de 90.37 a 100.91 Km/h (Cloes et al, 2004) y el *tiempo de reacción* de un jugador que se encuentra en defensa es de 300 a 500 milisegundos y la distancia entre el atacante y el adversario nunca es superior a 9 o 12 metros (Fontani, 1994).

Por esta razón, un defensor tiene que anticiparse a la acción del atacante, eligiendo la zona previsible donde puede caer el balón. Para poder realizar esta acción táctica con eficacia deberá analizar los movimientos del atacante, la trayectoria del balón y los movimientos de sus compañeros en el bloqueo.

Si analizamos la acción anterior, podemos comprobar que la anticipación no es sólo una capacidad que se puede mejorar mediante la repetición sucesiva de acciones, sino que tan sólo con la experiencia en competición, debería mejorar.



El jugador experto es capaz de discriminar los estímulos que se suceden en una acción de juego en Voleibol, y reconocer algún gesto o movimiento que le permita anticiparse al adversario, consiguiendo una situación de ventaja ejecutando una acción técnica con eficacia. En otras palabras, lo que los entrenadores llamamos “*saber leer el partido*”.

Esto es así debido a que debemos entender como *anticipación* al proceso que regula un comportamiento, partiendo de un *análisis de la situación* que conlleva la *interpretación* y la *realización* de un movimiento que tiene significación dentro de una acción de juego.

Al ser el Voleibol un deporte donde la velocidad del balón es muy elevada y se producen una gran cantidad de movimientos en cada acción de juego, requiere del jugador una capacidad de atención capaz de variar la selección del estímulo contantemente. Por tanto, el jugador debe pasar rápidamente de una *atención amplia*, también llamada *difusa* (Fontani, 1994) o *cambiante* (Ruiz et al., 1997) a una *atención selectiva* (Fontani, 1994; Ruiz et al., 1997):

- *Atención amplia, difusa o cambiante*: Visión del campo de juego (jugador al saque), movimientos de los compañeros y de los adversarios.
- *Atención selectiva*: Visión del balón (trayectoria del balón), del jugador que lo posee o del jugador (colocador) que va interceptarlo (rematador)

La realización de este proceso, el paso de una atención de amplio espectro a una atención más focalizada, permite al jugador elegir el estímulo necesario para elaborar su respuesta lo más rápidamente posible, teniendo la posibilidad de anticiparnos a la acción del adversario.



Luego de realizar un análisis desde la psicología de las acciones tácticas, así como la anticipación en el Voleibol, se realizan las valoraciones con respecto a las investigaciones más prominentes referentes al tema.

### **Epígrafe 1.3 Principales estudios acerca de la anticipación en los jugadores de Voleibol escolar para el desarrollo de la defensa de campo.**

Para iniciar el análisis de este epígrafe la autora considera necesario realizar un análisis desde la perspectiva de:

#### **Tipos de anticipación**

Como podemos observar el interés por el estudio de la anticipación, como cualidad que tiene cierta influencia en el aprendizaje de habilidades abiertas, no es reciente. Algunos autores como Magill (1993) y Castillo (2000), tomando como referencia la clasificación hecha por Ponlton (1957), diferencian tres tipos de anticipación: efectora, receptora y perceptiva.

La anticipación efectora consiste en la predicción por parte del ejecutante del tiempo que va a llevar su propia acción al tiempo que esta acción le va a costar. Así deberá comenzar su acción considerando cuánto tiempo va a tardar en realizarla.

La anticipación receptora se basa en la predicción de la duración de la acción del oponente o de la alteración del medio desde su comienzo hasta el punto en el que el propio sujeto debe actuar. Por ejemplo, en la interceptación de un lanzamiento el deportista debe predecir la duración del vuelo del móvil para ajustar su movimiento.

Fleury & Bard (1985) y Williams, L.R.T. (2000) hacen referencia de dos tipos de anticipación. Una primera, anticipación externa, como la predicción de eventos



ambientales y una segunda o anticipación interna, como la anticipación de nuestros propios movimientos durante la ejecución. Estos términos parecen ser análogos a los conceptos de anticipación receptora y efectora propuestos por Poulton (1957) y anteriormente descritos. Estos autores sugieren que la anticipación externa contribuye más al rendimiento en tareas de anticipación de lanzamientos.

De la unión de dos de las modalidades de anticipación: efectora y receptora, surge la que se denomina como anticipación coincidente, interceptación dado por (Moreno, 1998; Castillo, 2000). La interceptación y agarre de un móvil que sigue con una trayectoria determinada, caso de deportes como el tenis, bádminton, tenis de mesa, béisbol, serían ejemplos de este tipo de anticipación.

Por último, la anticipación perceptiva se refiere a la identificación por parte del ejecutante de cierta regularidad en la presencia de estímulos, que permiten predecir la aparición de la acción final siguiente. En Voleibol, por ejemplo, el jugador bloqueador debería observar las acciones que realiza el colocador antes de que la trayectoria del balón esté determinada.

Otra clasificación sobre anticipación descrita por otros autores (Castillo, 2000; Moreno, 1998; Oña et al., 1999; Schnidt, 1999) diferencia la anticipación temporal de la anticipación espacial.

Una gran parte de los experimentos realizados sobre anticipación se han desarrollado mediante técnicas de oclusión o también denominada de eventos Castillo, (2000), existiendo dos variantes: temporal y espacial. En la primera de ellas, una vez filmado un gesto deportivo determinado en una situación de



competición habitual, se manipula la duración del movimiento que es presentada al deportista, teniendo que intentar predecir la trayectoria o movimiento del objeto ocluido.

Dichas técnica se han empleado en deportes como tenis (Farow et al., 1998), fútbol (Williams, Davids, Burwitz & Williams, 1992), críquet (Houlston y Howels, 1993), Badminton (Abemethy, 1991). Unas de las limitaciones que según Williams et al. (1999) Presenta este tipo de técnicas es que sólo proporciona información sobre el tiempo que tarda el deportista en extraer la información visual importante, no diciendo nada acerca de la naturaleza o los elementos que ha utilizado el deportista durante el proceso de anticipación.

Para estos autores esta carencia se puede suplir combinando esta técnica con la segunda variante anteriormente mencionada como oclusión espacial.

La autora presenta las consideraciones más importantes desde la revisión bibliográfica, planteando elementos que muestran la necesidad e importancia de la anticipación en el deporte y en específico en el Voleibol.

La anticipación, como "capacidad de predecir comportamientos futuros relativos a la percepción de trayectorias, así como la sincronización con el movimiento de uno o varios miembros corporales para considerarlos en un momento temporal Oñaet (1999)", es considerada por algunos autores como "asociaciones bidireccionales entre patrones motores y representaciones de eventos en movimiento Hommel, (2001)", que el sujeto en un primer momento de forma casual y que luego aplica intencionadamente para controlar la acción final.



Autores como Ripoll y Latiri (1997) la definen como "la habilidad de crear una respuesta motora que coincide con la llegada de un objeto en un punto determinado en el tiempo y el espacio", y otros como Houlston & Lowes (1993) como "el proceso por el que los deportistas utilizan avances informativos para coordinar el siguiente comportamiento".

Así también, Ruíz y Sánchez, (1997), plantean que se puede decir entonces que la anticipación es un proceso con múltiples facetas que puede facilitar el rendimiento deportivo de muchas maneras, ya que permite la integración de la respuesta técnica y reduce de forma clara el número de elecciones y decisiones que deben ser realizadas.

Estos mismos autores nos señalan cómo la anticipación que es una característica que se manifiesta en los deportistas de alto nivel siguiendo una doble vertiente:

1ero- Por ser una capacidad de predecir, a partir de informaciones externas, los acontecimientos posteriores.

Y por ser una capacidad para la anticipación de señales internas que contribuyen a la organización y ejecución de la respuesta motriz requerida.

La capacidad de anticipar eventos con exactitud es un importante índice del nivel que se tiene en una habilidad (Tenenbaum et al., 2000).

Es por ello que la autora apoyada en lo planteado por Fotía, J (2003) en su artículo titulado. La capacidad de anticipación en el Voleibol, refiriéndose al desarrollo de la atención selectiva, muestra las diferencias entre un jugador experto y un principiante no se basan sólo en diferencias técnicas, sino sobre todo en la capacidad de elaboración.

El entrenamiento, la experiencia y además las dotes individuales han llevado al experto a elaborar la propia estrategia y la propia táctica, partiendo de la capacidad de individualizar los factores significativos de los movimientos del adversario y de la situación, es decir a desarrollar un elevado nivel en la atención selectiva de las informaciones.

Podemos afirmar entonces que una acción de la complejidad perceptiva de la defensa en el Voleibol, requiere que el jugador sea capaz de reconocer las señales relacionadas en forma directa con la tarea en cuestión.

El entrenador debe ayudar al jugador a encontrar similitudes y diferencias contextuales, a interpretar todos los indicios que proporcionen los movimientos del adversario y a predecir así con rapidez la trayectoria del balón.

Es por ello que este autor al describir la anticipación en el deporte y en específico en la defensa en edades tempranas o principiantes, refiere que el entrenador debe tener en cuenta los elementos que a continuación se relacionan:

- 1-Es de suma importancia la información verbal y el feedback extrínseco.
- 2- La atención está centrada al control del gesto completo.
- 3- La atención está dirigida totalmente a la ejecución de la tarea motriz.
- 4- La atención del alumno está empeñada en decidir cuál gesto compete.
- 5- La exploración visual es serial, los indicios son explorados uno detrás del otro e independientes del contexto.
- 6- La capacidad de previsión de las características del evento es escasa.
- 7- La lectura de los eventos sigue a su aparición.



8- Se analizan un número elevado de indicios y el tiempo dedicado para ello es elevado.

9- El retardo entre la fase de toma de información y la respuesta es marcado.

10- La información es tratada principalmente en visión central.

#### **Epígrafe 1.4 Caracterización de la categoría 13-15 femenina.**

La adolescencia, desde el punto de vista psicológico, es un período de experimentación de tanteos y errores. El comportamiento está caracterizado por la inestabilidad en los objetivos, conceptos e ideales derivados de la búsqueda de una entidad propia. Es una época en la que los estados afectivos se suceden con rapidez y pueden encontrarse disociados de cualquier causa aparente, aspecto que desorienta enormemente a los adultos.

Existe también una fuerte tendencia a la melancolía. Suelen ser proclives a extender las consecuencias de un fracaso a todos los planos de la actividad, tendiendo al fatalismo y la obsesiva preocupación por pequeños problemas físicos pasajeros como el acné, la obesidad, anomalías en el crecimiento, entre otras.

En muchos casos llevan un "Diario íntimo" que no es más que una conversación consigo mismo al no poder dialogar con alguien. El movimiento hacia los demás y la creación de pandillas es una expresión del deseo de darse a conocer o hacerse reconocer, del deseo de aprobación y de comprensión que son esenciales en este período.

El hecho capital de la adolescencia es la diferenciación sexual completa.

En las hembras se señala como fenómeno culminante la menstruación concomitante de la ovulación. El desarrollo del esqueleto en ambos sexos depende del funcionalismo de las glándulas endocrinas. La mayor actividad de



las glándulas suprarrenales, típica de zonas cálidas y de ambientes urbanos, es la causa de muchos casos de precocidad, aunque también influyen otros factores como la educación y la clase social de los progenitores.

Representa biológicamente una fase intermedia que completa la de crecimiento, precediendo a la de pleno desarrollo. Los fenómenos más acusados son la evolución ósea y la evolución muscular. Se suelda las epífisis a las diáfisis y adquiere mayor volumen el aparato locomotor en sus partes blandas (ligamentos, tendones y músculos). Este crecimiento afecta en primer lugar a los miembros inferiores y luego al tronco. En las muchachas, las caderas se ensanchan, tomando el aspecto geoide (hombros más estrechos y pelvis más ancha). En las muchachas, el espesor de grasa se acentúa a nivel de la región glútea, de la cara interna de la rodilla y de la región peri mamaria.

### **Características Motrices**

En esta etapa se definen grandes cambios en el rendimiento motor y en el desarrollo de las cualidades físicas.

Se acentúa el crecimiento físico (edad del estirón). Todo ello determina que los “movimientos-ejercicios contruidos” adquieran relevancia en las clases para asegurar un desarrollo de la alineación postural y un armónico y equilibrado desarrollo muscular-articular. Adquiere importancia el desarrollo de las cualidades físicas musculares, articulares y funcionales, tales como fuerza, potencia, elongación, movilidad articular, flexibilidad corporal, resistencia, organizadas alrededor de los núcleos de movimientos corporales:

- Cintura escapular, hombro y articulaciones del brazo.
- Curvaturas de la columna vertebral y la pelvis.



- Pelvis, coxofemoral y articulaciones de la pierna.
- El cuerpo en su totalidad que funciona como unidad de movimiento.

Complementando el enfoque de las cualidades físicas se debe asegurar el desarrollo de las “técnicas de los movimientos corporales” para la ejecución de un ejercicio analítico localizado, la ejercitación de un núcleo de movimientos y/o la ejercitación de los movimientos totalizadores de la unidad corporal, la que debe conducir a la “percepción del cuerpo” como una unidad equilibrada defunciones, posiciones y movimientos. Con respecto al juego-deporte se debe enfocar al aprendizaje sistematizado de las técnicas específicas de los deportes (según posibilidades de facilidades), partiendo de las metodologías de las técnicas básicas de cada deporte para alcanzar la idea del juego específico en conjunto. La escuela secundaria es responsable del desarrollo de estos planteos programáticos, tratando de no parcializar los enfoques y conformándose con el desarrollo, como generalmente ocurre, de un solo deporte (fútbol), pretendiendo justificar así la educación física como parte del programa escolar.

### **Características fisiológicas del Voleibol.**

El deporte Voleibol desde el punto de vista fisiológico se clasifica como un deporte acíclico ya que no posee una reiterada unidad de ciclos, se caracteriza por la fuerza y rapidez variable ya que se hace difícil anticiparse con antelación a las acciones del contrario, es un juego dinámico y según el volumen de masa muscular global participan en las acciones de juego más de la  $\frac{1}{2}$  de la masa muscular.



El Voleibol tiene una duración prolongada y no determinada, ya que se juega por tantos y set y no por tiempo, puede durar de 45 minutos a 2 horas por lo que se puede decir que se encuentra en una zona de potencia moderada, en constantes cambios de movimientos, en la transición de la defensiva a la ofensiva, con diversas variaciones de las situaciones del juego así como de las posiciones en el espacio.

Existe una gran necesidad de las respuestas rápidas frente a las acciones del compañero y contrarios así como los movimientos veloces del balón. La vía que predomina es la aerobia, prevaeciente fundamentalmente en deportes o ejercicios de moderada potencia, intensidad y larga duración, donde se produce energía ilimitada, con abundante suministro de oxígeno, utilizando como sustrato energético principal los lípidos y en menos medida la glucosa en sangre, la deuda de oxígeno puede llegar hasta los 4 o 5 litros o sea es pequeña, existe presencia de ácido láctico en sangre que se elimina por el sudor y la orina, la sudoración es intensa y la pérdida de peso puede llegar a ser de 1kg a 3kg, un gasto general de 10000 KCAL, la frecuencia cardiaca se encuentra alrededor de las 170 pulsaciones por minutos ya que el trabajo del corazón aumenta pero no al máximo, la recuperación se produce a más de doce horas en algunos casos.

Como es lógico desde el punto de vista fisiológico el voleibol no solo se juega en condiciones completamente aerobia sino que en determinadas acciones de juego aumenta la intensidad del mismo y al aumentar la intensidad del ejercicio cambia la vía de síntesis de ATP, por lo que el sistema de suministro de oxígeno deja de aportar la cantidad de energía que demanda el musculo, para



la síntesis del ATP en condiciones aerobias, esto exige que el sistema de suministro de energía para cumplimentar las demandas energéticas de paso a condiciones anaerobias, donde se produce energía limitada, con déficit de oxígeno, que permite la realización de ejercicios predominantemente de potencia máxima y submáxima, con elevada intensidad y corta duración . Esto es lo que se conoce como umbral del metabolismo.

Esta combinación permite que las pulsaciones se encuentren en un rango entre los 165 a 170 pulsaciones por minutos dando respuesta a las demandas energéticas en un régimen de trabajo mixto aerobia anaerobio

### **Conclusiones parciales del Capítulo I**

El Capítulo I. Refiere a un acercamiento a las exigencias que plantea el Voleibol escolar, la anticipación en los jugadores y sus principales estudios acerca de la categoría escolar para el desempeño de las acciones de defensa de campo, así como la caracterización de la categoría 13-15 femenina.

## **CAPITULO II ESTRUCTURACIÓN METODOLÓGICA PARA LA ELABORACIÓN DEL SISTEMA DE ACCIONES PSICOPEDAGÓGICAS PARA POTENCIAR LA ANTICIPACIÓN EN LA DEFENSA DEL CAMPO EN LA CATEGORIA 13-15 FEMENINA**

El capítulo aborda el resultado de cada uno de los instrumentos aplicados en el diagnóstico, los aspectos esenciales sobre el sistema de acciones psicopedagógicas para potenciar la anticipación en la defensa del campo en la categoría 13-15 femenina, así como la valoración de la propuesta mediante el criterio de especialistas,

## **Epígrafe 2.1 Análisis de la etapa facta perceptual. Resultados del diagnóstico aplicado**

### **Análisis del diagnóstico**

### **Análisis de los resultados a partir de la aplicación de la guía de observación (Anexo 1)**

A partir de la aplicación de la guía de observación en las 10 unidades de entrenamiento y teniendo como objetivo la valoración del nivel de dominio de la defensa de campo en los jugadores de Voleibol de categoría 13-15 femenina de la Eide Pedro Díaz Coello, la autora evalúa los 20 indicadores observados en la tabla N° 1

<b>Indicadores</b>	<b>U/E observadas</b>	<b>Índice de evaluación y % obtenidos</b>					
		<b>MA</b>	<b>%</b>	<b>A</b>	<b>%</b>	<b>PA</b>	<b>%</b>
1.Cjac	10			3	30	7	70
2.Frja	10			2	20	8	80
3.Maea	10	2	20	2	20	6	60
4. Se	10	3	30	2	20	5	50
5. Msle	10	1	10	3	30	6	60
6.1DayveAf	10			2	20	8	80
6.2DayveAp	10			2	20	8	80
6.3DayveAi	10	1	10	3	30	7	70
7.1MdaD	10	2	20	4	40	4	40
7.2MdaAti	10	2	20	2	20	6	60



7.3Mdal	10	3	30	3	30	4	40
7.4MdaCi	10	1	10	2	20	7	70
8.Emj	10	2	20	2	20	6	60
9. Cr	10			2	20	8	80
10. Cre	10	2	20	3	30	5	50
11. Ces	10			5	50	5	50
12. RivcCbyp	10			3	30	7	70
12.2 RivcFma	10			4	40	6	60
12.3 RivcRda	10	1	10	2	20	7	70
12.4 RivcCb	10	3	30	2	20	5	50
Total.20	10	25		53		125	

## LEYENDA

1. Colocación de los jugadores en el terreno ante las acciones del contrario. (Cjac) 2. Forma con que reaccionan los jugadores antes las acciones. (Frja) 3. Manifestación de la atención hacia los elementos esenciales de la acción. (Maea) 4. Seguridad en las ejecuciones. (Se) 5. Manifestación de una secuencia lógica en las ejecuciones. (Msle) 6.1 Desarrollo de aceleración y velocidad en las ejecuciones. (DayveAf)-Acciones fragmentadas 6.2 Desarrollo de aceleración y velocidad en las ejecuciones. (DayveAp) -Acciones con pasividad 6.3 Desarrollo de aceleración y velocidad en las ejecuciones. (DayveAi) -Acciones con intermitencias 7.1 Manifestaciones de la dirección de las acciones. (MdaD) -Hacia la derecha 7.2 Manifestaciones de la dirección de



las acciones. (MdaAti) -Antes acciones tácticas con incertidumbre7.3Manifestaciones de la dirección de las acciones. (Mdal) -Hacia la izquierda

7.4 Manifestaciones de la dirección de las acciones. (MdaCi) -Hacia acciones

que implican comunicación intragrupal8. Elección de los medios físico, técnico-táctico que posee el jugador. (Emj) 9. Capacidad de repuestas ante las

situaciones planteadas. (Cr) 10.Capacidad resolutive ante las exigencias y

acciones del contrario. (Cre) 11. Capacidad de esfuerzos del atleta para

superar los obstáculos de las acciones del contrario. (Ces)

12.1Reconocimientos de los indicios visuales del contrario. (RivcCby) -

Colocación de brazos y piernas de los contrarios antes las

acciones12.2Reconocimientos de los indicios visuales del contrario. (RivcFma)

-Forma de las manos con los ataques12.3Reconocimientos de los indicios

visuales del contrario. (RivcRda) -Reconocer la posible dirección de

ataque12.4Reconocimientos de los indicios visuales del contrario. (RivcCb) -

Colocación de los bloqueadores

La tabla N° 1, referida a la aplicación de la guía de observación, relaciona los

puntos obtenidos en cada uno de los índices de evaluación por cada uno de los

aspectos o indicadores a valorar para el análisis del comportamiento de la

anticipación en las acciones de la defensa del campo en la categoría 13-15

femenina de la Eide Pedro Díaz Coello de Holguín, luego de tabularlos datos

en la observación realizada en10 unidades de entrenamiento, se obtiene que

25puntoscorresponden al índice de muy aceptada, 53 aceptadas y 125 poco

aceptadas, mostrándose, la necesidad de buscar nuevas vías y formas en la



realización de los entrenamientos y que se logre mayor intención a mejorar la anticipación en el desarrollo de las acciones de la defensa del campo elemento primordial para la conformación del contra ataque

## **Análisis de la entrevista realizada a los entrenadores de Voleibol (Anexo 2)**

La autora considera comenzar el análisis de la técnica de entrevista realizada a los entrenadores de Voleibol de la categoría 31-15 femenina, a partir del objetivo marcado para su análisis, que refirió a valorar el nivel de conocimiento de los entrenadores acerca de la capacidad de anticipación y las acciones psicopedagógicas para el tratamiento del fundamento técnico de la defensa de campo, para los dos entrenadores existen puntos de coincidencia en cuanto a los criterios que emiten sobre la anticipación como a continuación se relacionan:

Los dos entrenadores de la categoría que representa el 100%, consideran de mucha importancia el desarrollo la capacidad de anticipación para la defensa del campo en el Voleibol, porque es la que le permite a los atletas según plantean un conocimiento que antecede a la acción del contrario

En la pregunta N° 2, que refiere al conocimiento sobre la anticipación, ambos entrenadores coinciden en la importancia y necesidad que tiene en la enseñanza de los elementos técnicos y en específico en la defensa del campo

Los entrenadores plantean en un 100% tener conocimiento sobre los contenidos y criterios psicológicos que influyen en el desarrollo de la capacidad anticipación, (visión del balón en movimiento, determinación y dirección de la velocidad del mismo y la determinación de la respuesta la ejecución del



movimiento), pero plantean que no trabajan con direccionalidad a uno u otro elemento

En la pregunta No 4 que refiere a los ejercicios o acciones psicopedagógicas que se desarrollan en los entrenamientos para potenciar la anticipación en función de la defensa de campo, el 100% de los entrenadores plantea que se realizan ejercicios de imitación en filas e hileras u otras, así como defensa ante balones lanzados o rematados desde diferentes zonas del terreno

Plantean en un 100% que sí se aborda en el Programa de Preparación del Deportista ejercicios o acciones referidas al desarrollo de la anticipación, lo que desde lo más general del deporte, no especificando en ningún elemento técnico

Los entrenadores plantean en la pregunta N° 6, que sí pueden aportar desde su experiencia práctica vías y acciones para el desarrollo de la anticipación en función de la enseñanza de la defensa de campo; porque siempre realizan ejercicios con o sin balón y muy parecidos a los posibles del juego

### **Análisis de la prueba N°1 para evaluar la reacción compleja en el terreno de Voleibol (Anexo 3)**

La autora considera iniciar el análisis de los resultados obtenidos a partir del objetivo del test que fue dirigido a evaluar la reacción (simple y compleja) del equipo 13-15 femenina en el terreno de Voleibol, a partir de posibles situaciones cercanas al juego, tomando el tiempo de reacción cuando los atletas se coloquen desde la posición de sentado de espalda en el centro del terreno al sonido del silbato el jugador se pone de frente y deberá realizar la acción que indique el entrenador ante un balón lanzado (a la voz de volea, defiende).

-Defensa hacia el frente.

- Defensa hacia el lado derecho.
- Defensa hacia el lado izquierdo.
- Defensa hacia atrás, en zonas zagueras.
- Defensa de ataques variados (k2).
- Realizando carreras tocando obstáculos y reaccionando antes balones lanzados por los entrenadores para defender.
- Realizar juegos competitivos utilizándolo de diferentes tipos de reacciones simples (desde la arrancada baja, desde la posición de sentado de espalda).
- Reacciones de espalda con toques de objetos no conocidos por el jugador a los lados atrás (tomar tiempo).

Ya teniendo descritos cada uno de los ejercicios que se realizaran y sustentado el análisis de los resultados obtenido en los datos que aporta Matveev (2001) apoyándose en los estudios de Cometti (1999) respecto a los tiempos de reacción en el alto nivel:

“...en cuanto la reacción sonora de 0,05 0,10 milésimas y la reacción visual de 0,10 0,20 milésimas”, se plantea a partir de la tabla N°2 los siguientes valores:

Tabla N° 2 Tabulación de la Prueba de reacción

Acciones	Df	Dd	Di	Da	DAv	Cyrbl	JccRs	Re
1	0.15	0.13	0.17	0.17	0.22	0.17	0.17	0.17
2	0.32	0.30	0.34	0.34	0.30	0.35	0.34	0.35
3	0.35	0.33	0.37	0.37	0.33	0.39	0.38	0.37
4	0.37	0.36	0.38	0.35	0.34	0.38	0.35	0.37



5	0.15	0.24	0.17	0.20	0.16	0.18	0.17	0.20
6	0.20	0.22	0.25	0.22	0.17	0.15	0.20	0.15
7	0.34	0.35	0.34	0.34	0.35	0.34	0.35	0.34
8	0.32	0.31	0.34	0.32	0.33	0.35	0.32	0.35
9	0.31	0.32	0.31	0.31	0.32	0.31	0.33	0.31
10	0.30	0.31	0.30	0.30	0.30	0.32	0.32	0.30
11	0.15	0.17	0.20	0.22	0.17	0.20	0.22	0.21

#### LEYENDA.

Defensa hacia el frente. (Df) Defensa hacia el lado derecho. (Dd) Defensa hacia el lado izquierdo. (Di) Defensa hacia atrás, en zonas zagueras. (Da. Zz) Defensa de ataques variados (k2).(DAv) Carreras tocando obstáculos y reaccionando a balones lanzados. (Cyrbl) Juegos competitivos utilizándolo diferentes tipos de reacciones simples. (JccRs) Reacciones de espalda. (Re)

A partir de la aplicación del test de reacción, el análisis realizado de los valores obtenidos según nos muestra la Tabla 2, podemos plantear que:

- De las 11 atletas seleccionadas para el estudio, ninguna alcanza valores aceptables o cercanos a los parámetros establecidos, según las comparaciones realizadas.
- La atleta No 4, alcanzó los valores más altos (-) en los tiempos de reacción, mostrando insuficiencias en los desplazamientos ante las acciones del contrario y por ende en la colocación debajo del balón.

- Las atletas 1, 5, 6 y 11, son las alcanzan los valores más aceptables (0.13 a 0.25), con respecto a los otros atletas; estas son las que repiten 2 años en la categoría y mayor experiencia atlética en topes y competencias, incluyen la capitana del equipo y líder positivo que cumplimenta labor muy aceptada en el equipo.

#### **Análisis del test de atención de Toulouse (Anexo 4).**

El análisis del test la autora lo realiza a partir de la aplicación del procedimiento que se establece para evaluarlo, que consiste en tachar el patrón seleccionado por cada uno de las atletas en 1 min, calcular el coeficiente de trabajo correcto, así como el índice de trabajo productivo y si realizar las valoraciones pertinentes con respecto a la calidad de la atención que presentan las investigadas.

La Tabla N°3 muestra la tabulación de los valores que se obtienen con la aplicación del test de atención Toluisse Pieron.

<b>Atletas</b>	<b>% de figuras correctamente marcadas</b>	<b>Evaluación de la calidad de la atención</b>
<b>1</b>	85	Buena Calidad de la Atención
<b>2</b>	60	Déficit de atención
<b>3</b>	65	Déficit de atención
<b>4</b>	68	Déficit de atención
<b>5</b>	78	Atención Disminuida



6	73	Atención Disminuida
7	44	Déficit de atención
8	50	Déficit de atención
9	49	Déficit de atención
10	41	Déficit de atención
11	82	Buena Calidad de la Atención

A partir de la prueba aplicada, los resultados detectaron que:

- 7 atletas presentan déficit de atención, manifestado en la falta de madures y responsabilidad frente a la tarea a desarrollar en la defensa del campo.
- 2 atletas con atención disminuida.
- 2 atletas con buena calidad de la atención.

Siendo estas 4 últimas las que repiten en la categoría y tienen antecedentes atléticos desde la formación de pioneros.

Es una prueba que marco:

- Discriminación, semejanzas y diferencias en la que juega un papel importante la atención selectiva.
- La aptitud de las atletas seleccionadas para el estudio con respecto a la calidad de la concentración perceptiva visual, la rapidez y precisión en identificar rápida y exactamente una figura en función de determinados detalles visuales.

**Análisis de la prueba No 2 para valorarla** anticipación en las acciones de la defensa del campo **(Anexo 5)**

La prueba se aplica para medir o valorar la anticipación en las acciones de la defensa del campo en la categoría 13-15 años femenina, se analizan los resultados obtenidos a partir de la valoración de las tablas 4, 5 y 6 que se recopilan los datos o resultados

Tabla Nº 4. Relaciona la tabulación de resultados para elemento técnico recibo

Sujetos	Qata		EA		CAt		Med		TD		Cr		Dr		Tot-S/t	
	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2
1	7	9	9	12	4	4	3	4	6	8	6	8	5	5	40	50
2	4	6	6	5	3	2	3	3	4	7	5	5	5	2	30	30
3	6	5	5	6	4	3	2	2	5	4	4	7	4	3	30	30
4	2	3	4	4	2	2	3	2	3	3	2	4	2	2	20	20
5	6	9	8	12	5	4	3	4	6	8	7	9	5	4	40	50
6	9	7	9	13	5	4	4	5	9	8	9	8	5	5	50	50
7	4	3	6	4	3	2	3	2	4	3	5	4	5	2	30	20
8	4	2	7	4	4	3	3	2	3	2	5	4	4	3	30	20
9	2	7	3	4	2	4	3	3	4	4	2	3	2	4	20	30
10	3	8	3	5	2	4	3	3	2	2	4	4	3	4	20	30
11	9	7	9	13	5	4	4	5	9	8	9	8	5	5	50	50

**Leyenda**

1. Quien ataca - (Qata) 2. Estructura de la acción (Ea) - Posición baja- Colocación de los pies y brazos- Focalización de la visión- Brazos Extendidos- Contacto con el balón y culminación de la acción al pasador 3. Como ataca (Cat) 4. Medios físicos tácticos, técnicos y psicológicos. (Med) 5. toma de decisiones para la ejecución (Td) 6. Capacidad de reacción para la acción (Cr) 7. Dirección de recibo a la zona correcta (Dr)

Tabla N° 5. Relaciona la tabulación de resultados para el elemento técnico pase

Suj	Qr		Cej		Hz		Hdr		Cb		Sdc		Ep		Da		Ap		Ca		M		T s/t	
	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2
1	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	4	4	3	3	30	30
2	2	1	2	2	2	2	3	1	3	2	2	3	2	2	1	1	1	3	2	2	2	1	20	20
3	1	2	2	1	1	2	1	1	0	3	1	2	1	2	0	1	0	2	1	1	1	2	10	20
4	1	2	2	1	1	2	1	1	0	3	1	2	1	2	0	1	0	2	1	1	1	2	10	20
5	1	2	2	1	1	2	1	1	0	3	1	2	1	2	0	1	0	2	1	1	1	2	10	20
6	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	4	4	3	3	30	30
7	1	1	2	1	0	0	1	2	0	1	1	0	1	1	1	1	1	2	2	0	0	1	10	10
8	1	0	0	2	2	1	1	1	1	1	0	1	1	0	2	1	0	0	1	2	1	1	10	10
9	1	1	2	1	0	0	1	2	0	1	1	0	1	1	1	1	1	2	2	0	0	1	10	10
10	2	1	2	2	2	2	3	1	3	2	2	3	2	2	1	1	1	3	2	2	2	1	20	20
11	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	4	4	3	3	30	30

## LEYENDA

1. Quien recibe -(Qr) 2. Hacia qué zona lo hace -(Hz) 3. Colocación de los bloqueadores y sus características físicas y técnicas -(CB) 4 .Sistema defensivo del contrario -(Sdc) 5. Dirección de la acción (pase de frente o de espalda) -(Da) 6. Altura del pase -(Ap) 7. Ejecución del pase hacia la zona -(Ep) 8. Características de los atacadores (físicos, técnicos, tácticos y psicológicos) - (Ca) 9. Medios físico, técnicos tácticos y psicológicos que aseguran la acción - (M).

Tabla Nº 6.Relaciona la tabulación de resultados para el remate

Suj	Cp		Qp		Ap		Cblq		Cdc		Etsd		Med		Mej		Fb		Et		Tot-S/t	
	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	10
2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	8	10
3	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	8
4	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	7	7
5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	10
6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	10
7	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	8	8
8	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	9	9
9	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	7	9
10	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	7	9
11	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	7	10

### LEYENDA

1. Quien pasó-(Qp) 2. Altura que realizo el pase -(Ap) 3. Características físicas, técnicas, tácticas de los bloqueadores contrarios -(Cblq) 4. Formación de los bloqueadores y colocación de las manos -(Fblq) 5. Características físicas, técnicas, tácticas delos defensores contrarios -(Cdc) 6. Espacio táctico valorables atendiendo al sistema defensivo-(Et)7. Medios Fiscos, técnicos tácticos, psicológicos para la ejecución del ataque -(Med).

Las tablas 4, 5 y 6 relacionan la tabulación de resultados para el recibo, pase y remate en los 11 atletas investigados, mostrando el total de puntos obtenidos por cada uno de los participantes, según los indicadores analizados en cada uno de los elementos técnicos evaluados.

Tabla N° 7. Relaciona la tabulación de resultados generales de la prueba técnica N° 2

Ind	Acción táctica N°1											Acción táctica N°2										
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	1	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	1
Atlet										0	1										0	1
Rec	4	3	3	2	4	5	3	3	2	2	5	5	3	3	2	5	5	2	2	3	3	5
	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pase	3	2	1	1	3	3	1	1	1	2	3	3	2	2	2	3	3	1	1	1	2	3
	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Rem	1	8	9	7	1	1	8	9	7	7	1	1	8	8	7	1	1	8	9	9	9	1
	0				0	0					0	0				0	0					0



Total	8	5	4	3	8	9	4	4	3	4	9	9	5	5	4	9	9	3	3	3	3	9
ptos	0	8	9	7	0	0	8	9	7	7	0	0	8	8	7	0	0	8	9	9	9	0

Resultados a partir de la aplicación del test, a través de 2 acciones tácticas permitió detectar:

-9 atletas que representa el 81% de la muestra; presenta dificultades en la posición y colocación debajo del balón y por ende en los desplazamientos, así como limitantes en la reacción para responder ante las acciones que realiza el contrario.

-5 atletas que representa el 45% de las investigadas en la acción táctica N° 1, que refiere a la realización de un posible remate por la diagonal y el 27% en la acción táctica N° 2, que va a representar un posible remate hacia las zonas zagueras; no detectan la posible ubicación del pase del equipo contrario.

-7 atletas muestran desconfianza en la su primera línea de defensa, ubicándose dentro de la sombra del bloqueo.

- Las atletas que oscilan por debajo de los 60 puntos, en los 3 elementos que componen el K-II, son los No 2, 3, 4, 7, 8, 9 y 10, mostrando la necesidad de buscar nuevas vías y formas para mejorar la anticipación en edades escolares.

**Epígrafe 2.2 Aspectos esenciales sobre el sistema de acciones psicopedagógicas para potenciar la reacción en la defensa del campo en el Voleibol escolar, categoría 13-15 femenina.**



La propuesta del sistema de acciones psicopedagógicas para potenciar la reacción en la defensa del campo que plantea la autora de la investigación, tiene en cuenta elementos de valía para su elaboración, enmarcándose en:

- Siempre que haya un inicio y un fin al realizar cada una de las actividades propuestas.
- Realizar trabajo de equipo y cada uno de las atletas este consiente de su responsabilidad en el resultado grupal.
- Distribución de las tareas y funciones, considerando las características del equipo.
- Cuidado y atención a la etapa en la que se encuentran las atletas.

**Sistema de acciones psicopedagógicas para potenciar la anticipación en la defensa del campo en el Voleibol escolar, categoría 13-15 años femenino.**

Acción psicopedagógica I. Potenciar trabajo en parejas y en tríos en cada una de las sesiones de entrenamiento con indicaciones dadas por el entrenador. (Para lo comunicativo en el terreno de juego, en función de las acciones de la defensa de campo)

**Objetivo.** Lograr el cumplimiento de las indicaciones dadas por el entrenador, a partir de las formas organizativas

**Batería de ejercicios de anticipación para potenciar la defensa del campo.**

1. Anticiparse, colocarse y defender dos balones rematados por el entrenador desde zona 2 del mismo campo. El primer balón se defiende en zona 6 y el segundo con desplazamientos lateral en zona 5. Los dos balones deben defenderse y dirigirlos hacia la zona 3.



2. Anticiparse, colocarse y defender dos balones rematados por el entrenador desde zona 4 del mismo campo. El primer balón se defiende en zona 6 y el segundo con desplazamientos lateral en zona 1. Los dos balones deben defenderse y dirigirlos hacia la zona 3.

**Frecuencias.** Siempre que este planificado el elemento técnico en la unidad o sesión de entrenamiento

- **Acción psicopedagógica II.** Trabajo de la formación KII en espacios reducidos (para la dinámica relaciona de acuerdo a las funciones de cada jugador y su ulterior integración en esta formación o en el propio juego)

**Objetivo.** Lograr trabajo de grupo para dar cumplimiento a la orientación planteada

**Batería de ejercicios de anticipación para potenciar la defensa del campo.**

1. Defender y anticiparse a un balón atacado por el entrenador desde zona 4 del mismo campo. El defensor debe enviar el balón con precisión hacia el entrenador y dirigirse con rapidez hacia él para defender, un ataque débil (finta).
2. Defender y anticiparse a un balón atacado por el entrenador desde zona 2 del mismo campo. El defensor debe enviar el balón con precisión hacia el entrenador y dirigirse con rapidez hacia él para defender, un ataque débil (finta).

**Frecuencias.** Siempre que este planificado el elemento técnico en la unidad o sesión de entrenamiento.

**Acción psicopedagógica III.** Juegos con equipos combinando jugadores titulares con suplentes (corrección de errores en el propio juego)



**Objetivo.** Lograr un acercamiento al pensamiento competitivo, puntualizando en los posibles errores a cometer en el juego y como dar un respuesta efectiva

**Batería de ejercicios de anticipación para potenciar la defensa del campo.**

1. Al detenerse el juego, lograr anticiparse, colocarse y defender en zona 6, un balón golpeado por el entrenador encima de un cajón o soporte desde zona 3 del terreno contrario, el segundo, en zona 5(diagonal larga) y el último en zona 4 (diagonal corta)

**Frecuencias.**2 veces por semana.

**Acción psicopedagógica IV.**Juegos con otros equipos de similar categoría o nivel y valorar las insuficiencias en el funcionamiento del equipo deportivo. (Para lograr de forma gradual la unidad, implicando cada uno de los atletas por las funciones en su desempeño en el juego de Voleibol).

**Objetivo.** Valorar las insuficiencias de la anticipación en la defensa del campo, a partir de juegos con contrarios similares a las competencias.

**Batería de ejercicios de anticipación para potenciar la defensa del campo.**

1. Realizar juegos en condiciones normales al picar el balón, anticiparse ante dos balones rematados por dos jugadores, desde la zona 2 y 4 del campo contrario. El primer balón, rematado o tirado por el jugador situado en zona 2, se defiende en zona 6 (adelantado) y el segundo por zona 4, se defiende después de un desplazamiento lateral en zona 5, los dos balones defendidos deben dirigirse hacia zona 2 - 3.

**Frecuencias.** Juego al finalizar cada unidad o sesión de entrenamiento que este planificado el elemento técnico.



**Acción psicopedagógica V.** Juegos con equipos de mayor categoría o nivel y valorar las insuficiencias en el funcionamiento del equipo deportivo. (Responsabilizando a los defensores del campo en su papel en la conformación del contraataque).

**Objetivo.** Valorar las insuficiencias en la anticipación de los defensores del campo en su papel en la conformación del contraataquen el juego con equipos de mayor categoría o nivel.

**Ejercicio de anticipación para potenciar la defensa del campo.**

1. Al detenerse las acciones del juego, anticiparse y defender ante un remate dirigido a la diagonal corta y larga, después de saltar al bloqueo en zona 4, el jugador de la zona 6 se adelanta a coger bola tirada (finta), el atleta de la zona 1, enfatiza en la colocación de la diagonal larga. Los balones son rematados por el entrenador de pie (encima de un soporte), desde zona 4 del campo contrario.

**Frecuencias.** Jugar al finalizar cada unidad o sesión de entrenamiento que este planificado el elemento técnico.

**Acción psicopedagógica VI.** Controlar y evaluar el cumplimiento de las metas establecidas para el equipo, las funciones y desempeño en el juego de forma individual y colectiva de cada uno de los defensores del terreno (Lograr una representación cercana a la realidad del desempeño de los defensores en el juego)

**Objetivo.** Valorar las insuficiencias en la anticipación en los defensores del campo y su desempeño en el juego.

**Batería de ejercicios de anticipación para potenciar la defensa del campo.**



1. Al detenerse las acciones del juego, anticiparse y defender en zona 4 (diagonal corta), después de saltar al bloqueo, un balón rematado por el entrenador, desde zona 4 del campo contrario.

2. Al detenerse las acciones del juego Defender en zona 2 (diagonal corta), después de saltar al bloqueo, un balón rematado por el entrenador, desde zona 2 del campo contrario.

**Frecuencias.** Jugar al finalizar cada unidad o sesión de entrenamiento que este planificado el elemento técnico.

**Epígrafe 2.3 Valoración del nivel de pertinencia del sistema de acciones psicopedagógicas para potenciar la anticipación en la defensa del campo en el voleibol escolar categoría 13-15 femenino.**

**Resultados del criterio de especialistas para valorar la pertinencia del sistema de acciones psicopedagógicas.**

Se consultaron un total de 10 especialistas, con un promedio de experiencia en la actividad deportiva de más de 15 años, de los cuales 4 son Máster en Ciencias, todos vinculados con el deporte Voleibol, 3 laboran en la Facultad de Cultura Física y Deportes, vinculados a la comisión provincial del deporte Voleibol, todos licenciados y entrenadores.

Para la selección de los especialistas se tuvieron en cuenta los siguientes indicadores: experiencia, conocimiento del tema de investigación, actualidad laboral relacionada con el deporte y el nivel científico y práctico en el Voleibol. Mediante la aplicación de este método se obtuvo información de los especialistas sobre el nivel científico, la pertinencia del **sistema de acciones psicopedagógicas**, su importancia, nivel de implicación en el área social y

educativa y para su aplicación, criterios plasmados en la tabla N° 8.

**Tabla# 8 Resultados de la consulta a especialistas.**

Resultados de la consulta a especialistas							
		Evaluación de los especialistas. Total: 10					
Nr o	INDICADORES	MP		P		NP	
		Total	%	Total	%	Total	%
1	Nivel científico	9	90.0	1	10.0		
2	Enfoque metodológico didáctico-	8	80.0	2	20.0		
3	Aplicación en el contexto deportivo	10	100	0	0	0	0
4	Importancia	10	100	0	0	0	0
5	Posibilidades de aplicación en la categoría diagnosticada	10	100	0	0	0	0

Los especialistas proyectan sus consideraciones a partir de los indicadores planteados, conciben en el indicador que refiere al nivel científico del sistema de las acciones psicopedagógicas de muy pertinente 9 especialistas, para un 90,0 %, plantearon de pertinente 1 especialista, lo que representa el 10,0 %, aspecto que muestra la aceptación para potenciar la anticipación en el desarrollo de las acciones para la defensa del campo en los jugadores de Voleibol en esta categoría seleccionada para el estudio.



El sistema de las acciones psicopedagógicas y los ejercicios que se conciben muestran el grado de científicidad, permitiendo potenciar la anticipación ante las acciones del contrario en el elemento técnico de defensa del campo.

El indicador que refiere al enfoque didáctico- metodológico, fue valorado por 8 especialistas de muy pertinente, para un 80,0 %; a su vez, 2 la evaluaron de pertinente, que representa el 20,0%. Confirman como el sistema de las acciones psicopedagógicas incide en la posibilidad de contar con una herramienta didáctica y psicopedagógica, capaz de modificar aptitudes en los atletas y preparar a los entrenadores para potenciar la anticipación en el desarrollo de las acciones de la defensa del campo en voleibolistas escolares de la categoría 13-15 femenina.

El indicador que refiere al nivel de aplicación del sistema de acciones psicopedagógicas, podemos plantear con satisfacción que los 10 especialistas, que representa el 100 % de los encuestados, lo consideraron de muy pertinente, planteando que es una necesidad desarrollar y potenciar la anticipación en la enseñanza de las acciones de defensa del campo en voleibolistas de categoría escolar 13- 15 femenina, planteada de novedoso al ir a la búsqueda interdisciplinaria de los psicopedagógicos con el deporte Voleibol, abordando de ser posible utilizar el sistema de acciones en categorías de temprana edad.

Los 10 especialistas afirman que esta resulta de mucha importancia el sistema de acciones psicopedagógicas que presenta la autora, valorándolas de muy pertinente, al destacar que recoge elementos metodológicos que pueden ser tratados desde la perspectiva de trabajo en diferentes formas y procedimientos



organizativos, el capitán y los líderes del equipo, así como pone en manos de los entrenadores desde las potencialidades educativas de los contenidos del Voleibol, vías y formas asequibles para potenciar la anticipación ante las acciones del contrario en el desarrollo de las acciones de defensa del campo.

Los 10 especialistas, para el 100 % de los encuestados, valoraron de muy pertinente, el indicador que refiere a las posibilidades de aplicación en la categoría diagnosticada, planteando que permite por el grado de asequibilidad que los entrenadores de apropien con facilidad del sistema de acciones y lo puedan poner en práctica

El criterio de los especialistas mostro a partir de los porcentos obtenidos encada uno de los indicadores que el sistema de acciones psicopedagógicas, propuesto por la autora tiene un grado de significación aceptable, dado su enfoque científico-didáctico, para desde el marco del entrenamiento del deporte, potenciar la anticipación en la defensa del campo en voleibolistas de la categoría 13-15 años femenino en la Eide Pedro Díaz Coello de Holguín.

### **Conclusiones parciales del Capítulo II.**

Se presenta los resultados obtenidos en el diagnóstico, el sistema de acciones psicopedagógicas, así como el análisis de la pertinencia de la propuesta, a partir de la aplicación de la encuesta a los especialistas.



## **Conclusiones**

1. La revisión de los criterios teóricos – metodológicos que justifican la anticipación en los elementos defensivos en Voleibol, permitió determinar la nueva propuesta
2. El diagnóstico realizado mostro el estado actual que presenta la anticipación para el desarrollo de las acciones de defensa de campo en voleibolistas de la categoría 13-15 femenina de la Eide Pedro Díaz Coello de Holguín.
3. El sistema de acciones psicopedagógicas para potenciar la anticipación para el desarrollo de las acciones de defensa de campo en voleibolistas de la categoría 13-15 femenina de la Eide Pedro Díaz Coello de Holguín, cumple con el objetivo por el cual se elaboró.
4. Se valoró el nivel de pertinencia de un sistema de acciones psicopedagógicas para potenciar la anticipación para el desarrollo de las acciones de defensa de campo en voleibolistas de la categoría 13-15 femenina de la Eide Pedro Díaz Coello de Holguín, a través del criterio de especialistas.



## Bibliografía

1. Riera J. Estrategia, táctica y técnica deportivas. Apuntes: Educación Física y Deportes, 1995; 39: 45-56.
2. Moreno MP, Moreno A, Ureña A, García L, Del Villar F. Representación de problemas tácticos en colocadoras de voleibol de las selecciones nacionales españolas: efecto de la pericia. Revista de Iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte, 2008; 3(2): 229-40.
3. Damas Arroyo JS, Julián Clemente JA. La enseñanza del voleibol en las escuelas deportivas de iniciación, propuesta práctica para el desarrollo del deporte escolar. Editorial Gymnos. España (Madrid), 2002. ISBN: 84-8013-337-6.
4. Marsenach J, Druenne F. Manuales para la enseñanza, iniciación al voleibol. Editorial Gymnos. Francia (París), 1991. ISBN: 84-85945-00-X.
5. Cañizares M. (2009). La Psicología en la actividad física. La Habana: INDER. La Habana.
6. \_\_\_\_\_. (2010) El deporte escolar. Una mirada desde la psicología aplicada. Revista Digital La Bitácora del Dr. Ucha:
7. <http://ucha.blogia.com/2010/061401-el-deporte-escolar.-una-mirada-desde-la-psicologia.-aplicada..php>. La Habana.
8. \_\_\_\_\_. (1994). Algunas consideraciones sobre el equip Navelo Cabello, Rafael. (2004) .El joven voleibolista. Editorial ARGRAF “José Miró Argender”. Holguín.



9. Rusell, L. (2001) Modelo de planificación psicológica. Tesis de Maestría.  
Ciudad Habana
10. Sandín, Bonifacio y Paloma Chorot. (2003). Cuestionario de afrontamiento del estrés (CAE): desarrollo y validación preliminar. Revista Psicopatología y psicología clínica, vol 8 No 1 p 39-54.
11. Sierra Salcedo, R. (1991) Estrategia y alternativa pedagógica: dos exigencias en la dirección del proceso pedagógico. Ciudad de la Habana, ISPEJV
12. Rodríguez Segura, G. (2016) Tesis de maestría en opción al grado académico de Máster en pedagogía de la Cultura Física y el Deporte. Alternativa educativa para la prevención del Burnout en aspirantes al grado de doctor en ciencias de la Cultura Física
13. Russell Suárez, Y.(2012).El desarrollo del clima socio psicológico en los equipos de fútbol de la categoría 13 – 15 años Universidad de Ciencias de la Cultura Física “Manuel Fajardo Rivero” Facultad de Holguín Tesis en opción al grado científico de Doctor en Ciencias de la Cultura Física
14. Hernández, C., Ureña, A., Molina, J.J., & Sánchez, J. (2013). Análisis de la recepción en voleibol y su relación con el rendimiento de ataque en función del nivel de los equipos. Kronos 12(2), 18-29.
15. Castro, J., Souza, A., & Mesquita, I. (2011). Attack efficacy in Volleyball: elite male team. Perceptual and Motor Skill, 113(2), 395-408.



16. Carrasco, F. (2012). *Análisis de los procesos cognitivos de los jugadores de voleibol en la acción de defensa*. (Tesis doctoral). Universidad de Extremadura.
17. Fotia, J., (1995). El desarrollo de la capacidad de anticipación en el voleibol. *Educación física y ciencia*.1, pp.: 21-31.
18. Fotia, J.A. (2003). Camino al alto rendimiento: Conceptos iniciales en la enseñanza y el aprendizaje de la defensa de campo. *Congreso Internacional sobre Entrenamiento Deportivo. Promoción y Tecnificación. Instrumentos para el desarrollo del voleibol*. 25 de Noviembre, Universidad de Vigo.
19. Gutierrez, A. & Franco, J.F. (2001). Una propuesta de aprendizaje del juego acrobático en voleibol., *Importancia de la preparación táctica en la mejora del rendimiento en voleibol: VIII Congreso Internacional sobre entrenamiento deportivo*, pp. 25-29. León: Junta de Castilla y León y Real Federación Española de Voleibol.
20. Moreno, A., Moreno, M.P., Julián, J.A., Del Villar, F. (2005). Estudio de la relación entre la eficacia de las acciones de primer contacto y la eficacia del ataque en voleibol masculino de alto nivel. *Kronos*. 4. pp.: 57-61.
21. Muchaga, I. (2006), El minivoleibol como agente de desarrollo de la motricidad del niño. *Artículos de minivoley*. Real Federación Española de Voleibol.

[http://www.pequevoley.com/pdf/minivoleibol\\_agente\\_motricidad.pdf](http://www.pequevoley.com/pdf/minivoleibol_agente_motricidad.pdf)



22. Nuñez, M. (2011). El carácter complejo del entrenamiento de voleibol y sus premisas en la iniciación deportiva. *Lecturas: educación física y deportes, revista digital. Buenos aires* (160).  
<http://www.efdeportes.com/efd160/el-caracter-complejo-del-voleibol.htm>
23. Salfran, C.M., Herrera, G., Rodríguez, S.R., Nápoles, T. & Figueredo, Y. (2013). Ejercicios para el desarrollo de las capacidades coordinativas en voleibol, *Lecturas: educación física y deportes, revista digital. Buenos aires* (176). <http://www.efdeportes.com/efd176/las-capacidades-coordinativas-en-el-voleibol.htm>
24. Ureña, A. (2006). La técnica. Segunda parte. Descripción de los elementos de juego. Técnicas para la defensa. *Artículos técnicos de voleibol*. Real Federación Española de Voleibol.  
[http://www.pequevoley.com/pdf/2\\_6\\_defensa.pdf](http://www.pequevoley.com/pdf/2_6_defensa.pdf)
25. Ruiz, L.M. y Sánchez, F. (1997). Rendimiento deportivo. Madrid. Gymnos.
26. Tenenbaum, G.; Sar-E1, T. & Bar-Eli, M. (2000). Anticipation of ball location in low and high-skill performers: a developmental perspective. *Psychology of Sport and Exercise*, 1, 117-128.
27. Castillo, J.M. (2000). Efecto de un entrenamiento visual mediante un sistema automatizado de emisión de estímulos sobre la eficacia del lanzador de penalti en fútbol. Tesis Doctoral. Universidad de Granada.
28. Magill, R.A. (1993). *Motor Learning. Concepts & Applications* (Third edition). Iowa. Brown Publisher.



29. Moreno, F. J. (1998). Desarrollo de un Sistema Automatizado para el Entrenamiento de Habilidades Motoras Abiertas. Aplicación al Entrenamiento del Resto en Tenis. Tesis Doctoral del Departamento de Educación Física y Deportiva. Universidad de Granada.
30. Moreno, F. & Oña, A. (1998). Analysis of professional tennis player to determine anticipatory pre-cues in the service. *Journal of Human Movement Studies*, 35, 219-231.
31. Fleury, M. & Bard, C. (1985). Age, stimulus, velocity, and task complexity as determiners of coincident timing behavior. *Journal of Human Movement Studies*, 11, 305-317.
32. Williams, L.R.T. (2000). Coincidence timing of a soccer pass: effects of stimulus









Universidad  
de Holguín

FACULTAD  
CULTURA FÍSICA  
Y DEPORTES  
DPTO. CULTURA FÍSICA

## LEYENDA

1. Colocación de los jugadores en el terreno ante las acciones del contrario. (Cjac) 2. Forma con que reaccionan los jugadores antes las acciones. (Frja) 3. Manifestación de la atención hacia los elementos esenciales de la acción. (Maea) 4. Seguridad en las ejecuciones. (Se) 5. Manifestación de una secuencia lógica en las ejecuciones. (Msle) 6.1 Desarrollo de aceleración y velocidad en las ejecuciones. (DayveAf) -Acciones fragmentadas 6.2 Desarrollo de aceleración y velocidad en las ejecuciones. (DayveAp) - Acciones con pasividad 6.3 Desarrollo de aceleración y velocidad en las ejecuciones. (DayveAi) -Acciones con intermitencias 7.1 Manifestaciones de la dirección de las acciones. (MdaD) -Hacia la derecha 7.2 Manifestaciones de la dirección de las acciones. (MdaAti) -Antes acciones tácticas con incertidumbre 7.3 Manifestaciones de la dirección de las acciones. (Mdal) -Hacia la izquierda 7.4 Manifestaciones de la dirección de las acciones. (MdaCi) -Hacia acciones que implican comunicación intragrupal 8. Elección de los medios físico, técnico-táctico que posee el jugador. (Emj) 9. Capacidad de repuestas ante las situaciones planteadas. (Cr) 10. Capacidad resolutiva ante las exigencias y acciones del contrario. (Cre) 11. Capacidad de esfuerzos del atleta para superar los obstáculos de las acciones del contrario. (Ces) 12.1 Reconocimientos de los indicios visuales del contrario. (RivcCbyp) -Colocación de brazos y piernas de los contrarios antes las acciones 12.2 Reconocimientos de los indicios visuales del contrario. (RivcFma) -



**Universidad  
de Holguín**

FACULTAD  
CULTURA FÍSICA  
Y DEPORTES  
**DPTO. CULTURA FÍSICA**

Forma de las manos con los ataques12.3Reconocimientos de los indicios visuales del contrario. (RivcRda) -Reconocer la posible dirección de ataque12.4Reconocimientos de los indicios visuales del contrario. (RivcCb) -Colocación de los bloqueadores



## Anexo 2

### Entrevista a los Entrenadores de Voleibol

Objetivo: Valorar el nivel de conocimiento de los entrenadores acerca de la capacidad de anticipación y las acciones psicopedagógicas para el tratamiento en la defensa de campo

Nombres y Apellidos \_\_\_\_\_

Años de experiencias. \_\_\_\_\_

Nivel Profesional \_\_\_\_\_

### **Preguntas**

1-¿Qué Usted entiende por la capacidad de anticipación?

2-¿Cuáles son los contenidos y criterios psicológicos que influyen en el desarrollo de la capacidad anticipación?

3-¿Consideras importante el desarrollo la capacidad de anticipación para la defensa del campo en el Voleibol?

4- Que ejercicios o acciones psicopedagógicas desarrollas para potenciar la anticipación en función de la defensa de campo en el Voleibol.

5- Considera Usted que el Programa de Preparación del Deportista en el Voleibol, plantea ejercicios o acciones referidas al desarrollo de la anticipación, para la enseñanza de la defensa de Campo.



**Universidad  
de Holguín**

FACULTAD  
CULTURA FÍSICA  
Y DEPORTES  
**DPTO. CULTURA FÍSICA**

Sí se aborda\_\_\_\_\_ No se aborda\_\_\_\_\_

-Argumente su respuesta con ejemplos concretos

6-Pudiera Usted aportar desde su experiencia práctica vías y acciones para el desarrollo de la anticipación en función de la enseñanza de la defensa de campo en el Voleibol en la categoría escolar



### Anexo 3

#### Test de Reacción compleja en el terreno de Voleibol

Objetivo. Evaluar la reacción compleja del equipo femenino 13-15, en el terreno de Voleibol, a partir de posibles situaciones cercanas al juego

Contenido. Desde la posición de sentado de espalda en el centro del terreno al sonido del silbato el jugador se pone de frente y deberá realizar la acción que indique el entrenador ante un balón lanzado (a la voz de volea, defiende). En todos los ejercicios tomar tiempo de reacción.

-Defensa hacia el frente.

-Defensa hacia el lado derecho.

-Defensa hacia el lado izquierdo

-Defensa hacia atrás, en zonas zagueras.

-Defensa de ataques variados (k2)

-Realizando carreras tocando obstáculos y reaccionando antes balones lanzados por los entrenadores para defender

-Realizar juegos competitivos utilizándolo de diferentes tipos de reacciones simples (desde la arrancada baja, desde la posición de sentado de espalda).

-Reacciones de espalda con toques de objetos no conocidos por el jugador a los lados atrás (tomar tiempo)



**Universidad  
de Holguín**

FACULTAD  
CULTURA FÍSICA  
Y DEPORTES  
**DPTO. CULTURA FÍSICA**





Universidad  
de Holguín

FACULTAD  
CULTURA FÍSICA  
Y DEPORTES

DPTO. CULTURA FÍSICA

--	--	--	--	--	--	--	--

## LEYENDA.

Defensa hacia el frente. (Df) Defensa hacia el lado derecho. (Dd) Defensa hacia el lado izquierdo. (Di) Defensa hacia atrás, en zonas zagueras. (Da. Zz) Defensa de ataques variados (k2).(DAv) Carreras tocando obstáculos y reaccionando a balones lanzados. (Cyrbl) Juegos competitivos utilizándolo diferentes tipos de reacciones simples. (JccRs) Reacciones de espalda. (Re)

## **Anexo 4**

### **El test de atención de Toulouse**

Objetivo. Medir la concentración de los atletas de la categoría escolar 13-15 femenina de la Eide Pedro Díaz Coello de Holguín

#### **Caracterización de la prueba:**

El test de Atención de Toulouse-Pierón fue creado originalmente en el año 1906, por el francés E. Toulouse y H. Pierón, con el objetivo de medir concentración y resistencia a la monotonía. El test estaba constituido, inicialmente, por 460 figuras distribuidas en 23 filas, con 20 figuras en cada una; las formas de las figuras son pequeños cuadraditos con líneas que señalan 8 posiciones en diferentes direcciones y que se hallan desparramados en la hoja de un modo irregular; la tarea del sujeto consiste en tachar los cuadraditos que tienen la línea en la misma dirección que los dos modelos presentados. La prueba tiene la ventaja de poder ser aplicada a sujetos independientemente del nivel cultural, incluso a analfabetos, dado que no exigen respuestas verbales. La administración puede ser individual o colectiva, y el tiempo de duración es de 10 minutos.

La prueba de Atención de Toulouse que presentamos a continuación consta de 100 elementos gráficos, los cuales consisten en signos representados por pequeños cuadrados con rayitas que se disponen en diversas direcciones.

La tarea que debe realizar el examinando consiste en tachar los signos que son idénticos a los tres que sirven de muestra; es una prueba de discriminación,



**Universidad  
de Holguín**

FACULTAD  
CULTURA FÍSICA  
Y DEPORTES  
**DPTO. CULTURA FÍSICA**

semejanzas y diferencias en la que juega un papel importante la atención selectiva.

El factor de la inteligencia que mide esta prueba relacionada con la concentración y resistencia a la monotonía, es capaz de valorar la aptitud de la calidad de la concentración perceptiva visual en cuanto a rapidez y precisión en identificar rápida y exactamente una figura en función de determinados detalles visuales. Su aplicación es importante en personas que optan por puestos de trabajo donde esta habilidad es requisito fundamental como sucede por ejemplo en el examen de chóferes; también el test se utiliza en el deporte, donde la calidad de la atención de los atletas en la actividad que realizan es fundamental para el logro del desempeño; este tipo de pruebas, de discriminación, semejanzas y diferencias en la que juega un papel importante la atención selectiva proporcionan una valiosa ayuda en la evaluación diagnóstica de niños con déficit de atención

### **Instrucciones al examinador:**

El examinador entrega el test y permite un fondo de tiempo para el llenado de los datos generales por el sujeto, y puntualiza que no deben virar la hoja todavía, deben esperar por las orientaciones para realizar la prueba:

El examinador comienza y señala fijar la mirada en la parte superior de la página donde aparecen tres modelos de signos. Orienta deben tachar con una rayita todas las figuras que sean exactamente iguales a esas tres. El tachado



**Universidad  
de Holguín**

FACULTAD  
CULTURA FÍSICA  
Y DEPORTES  
**DPTO. CULTURA FÍSICA**

se realiza de forma diagonal dentro de cada cuadrado. Orienta trabajar empezando por arriba, de izquierda a derecha. Al concluir una fila continúe por la fila que le sigue comenzando siempre de izquierda a derecha. Háganlo lo más rápidamente posible, pero sin saltar ninguno de los signos que sean iguales a esos tres.

Se les dice que la prueba es de tiempo limitado. Se le irá indicando el tiempo al cabo de cada minuto, y deberán entonces hacer una cruz en el lugar de la página en donde se encuentre en ese instante, y seguir el trabajo rápidamente como antes.

Recuerden trabajar con rapidez y cuidado, y deben tachar con una rayita todas las figuras que sean exactamente iguales a esas tres que aparecen arriba.

Empiece ya

### **Calificación del Test de Atención de Toulouse:**

- El examinador debe confeccionar una clave calada donde aparezcan las figuras que son exactamente iguales a las figuras de muestra.
- De las 100 figuras en total que aparecen en el test sólo 55 son iguales a las tres que sirven de ejemplo.



**Universidad  
de Holguín**

FACULTAD  
CULTURA FÍSICA  
Y DEPORTES  
**DPTO. CULTURA FÍSICA**

- El % de figuras correctamente tachadas por el sujeto se obtiene del total de las 55 correctas.
- El diagnóstico de la calidad de la atención se obtiene mediante el porcentaje de respuestas correctas, y aparece en la Tabla Calidad de la Atención.

**TABLA. CALIDAD DE LA ATENCIÓN. TOULOUSE**

% de figuras correctamente marcadas	Evaluación de la calidad de la atención
Entre 81 y 100%	Buena Calidad de la Atención
Entre el 70 y el 80%	Atención Disminuida
Menos del 70%	Déficit de atención



**Universidad  
de Holguín**

FACULTAD  
CULTURA FÍSICA  
Y DEPORTES  
**DPTO. CULTURA FÍSICA**

ESCUELA DE PSICOLOGIA  
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA GENERAL  
LABORATORIO PSICOLOGICO

## PRUEBA DE TOULOUSE

**NO VIRE LA HOJA HASTA QUE SE LE INDIQUE**

Nombre y apellidos: \_\_\_\_\_

Edad: \_\_\_\_\_ años y \_\_\_\_\_ meses. Sexo: \_\_\_\_\_

Grado o año que estudia: \_\_\_\_\_

Centro de Enseñanza: \_\_\_\_\_ Curso: \_\_\_\_\_

Dirección del alumno: \_\_\_\_\_ Teléf.: \_\_\_\_\_

Fecha de la prueba: \_\_\_\_\_

Otras observaciones: \_\_\_\_\_

### INSTRUCCIONES :

Cuando se les de la señal de comenzar viren la hoja y fíjense bien en la página del dorso en los tres modelos de signos que están en la parte superior de la página. Deben tachar, con una rayita, todas las figuras que sean exactamente iguales a esas tres. Empiecen por arriba, de izquierda a derecha. Háganlo lo más rápidamente posible, pero sin saltar ninguno de los signos que sean iguales a esos tres.

La prueba es de tiempo limitado. Se les irá indicando el tiempo al cabo de cada minuto, deberán entonces hacer una cruz en el lugar de la página en donde se encuentren en ese instante, y seguir el trabajo rápidamente como antes.

**EMPIECEN YA: TRABAJEN CON RAPIDEZ Y CUIDADO.**

## Anexo 5

### Prueba técnica N°2

**Objetivo.** Para medir o valorar el desempeño de los atletas de la categoría 13-15 femenina en la anticipación de las acciones en la defensa del campo

#### **Contenido.**

Se elabora una prueba que consiste en plantearle varias situaciones tácticas de remate vinculadas a la defensa de campo, desde el recibo, pase y remate que se debe organizar y ejecutar. Se le pedirá a los jugadores que entre cada acción de remate deberán realizar el complejo II y a su vez deben considerar varios aspectos, a los cuales se otorgaran puntuaciones, de acuerdo a la significación de la acción.

Las acciones para cumplimentar la acción del recibo ante el ataque tendrá un valor de 60 puntos, la puntuación de las acciones de pase serán 30 y de 10 puntos las acciones de remate que sumados ofrecen un total de 100 puntos.

Al culminar cada situación táctica planteada el jugador le comunica al investigador los aspectos que han sido capaces de percibir para representarse las posibles ejecuciones y anticiparse a las acciones de remate realizando las acciones del complejo II. Se sumaron los aspectos o indicadores percibidos, representados y ejecutados para desarrollar las acciones del complejo II y se comparan con los indicadores previamente planteadas por el investigador, extrayendo así los aspectos coincidentes y ubicar en tabla. Estas se valoraran





3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								

### LEYENDA

1. Quien ataca - (Qata) 2. Estructura de la acción (Ea) - Posición baja - Colocación de los pies y brazos - Focalización de la visión - Brazos Extendidos - Contacto con el balón y culminación de la acción al pasador 3. Como ataca (Cat) 4. Medios físicos tácticos, técnicos y psicológicos. (Med) 5. toma de decisiones para la ejecución (Td) 6. Capacidad de reacción para la acción (Cr) 7. Dirección de recibo a la zona correcta (Dr)

### Para la acción del pasador

**Total 30pts**

1. Quien recibe 2pts
2. Hacia qué zona lo hace 5pts





10										
11										
12										

**LEYENDA**

1. Quien recibe – (Qr) 2. Hacia qué zona lo hace- (Hz) 3. Colocación de los bloqueadores y sus características físicas y técnicas – (CB) 4 .Sistema defensivo del contrario – (Sdc) 5. Dirección de la acción (pase de frente o de espalda) – (Da) 6. Altura del pase – (Ap) 7. Ejecución del pase hacia la zona – (Ep) 8. Características de los atacadores (físicos, técnicos, tácticos y psicológicos) – (Ca) 9. Medios físico, técnicos tácticos y psicológicos que aseguran la acción – (M)

**Para el accionar del Rematador**

**Total 10pts**

- 1. Quienpasó. 2pts
- 2. Altura que realizo el pase. 2pts
- 3. Característicasfísicas, técnicas, tácticas de los bloqueadores contrarios. 2pts
- 4. Formación de los bloqueadores y colocación de las manos. 1pto
- 5. Característicasfísicas, técnicas,tácticas delos defensores contrarios. 1pto
- 6. Espacio táctico valorables atendiendo al sistema defensivo. 1pto
- 7. Medios Fiscos, técnicostácticos, psicológicos para la ejecución del ataque. 1pto



Tabla 5

Tabulación de los resultados de los rematadores

Table with 11 rows (Suj 1-11) and 19 columns (S/t, Qp, Cp, Ap, Cblq, Fblq, Etsd, Med, Cdc, Et, Tot-S/t). Each column has two sub-columns labeled 1 and 2.

LEYENDA

1. Quien pasó-(Qp) 2. Altura que realizo el pase – (Ap) 3. Características físicas, técnicas, tácticas de los bloqueadores contrarios-(Cblq) 4. Formación de los bloqueadores y colocación de las manos-(Fblq) 5. Características físicas, técnicas, tácticas delos defensores contrarios – (Cdc) 6. Espacio táctico valorables atendiendo al sistema defensivo-(Et) 7. Medios Fiscos, técnicos tácticos, psicológicos para la ejecución del ataque-(Med)



### **Observaciones**

La suma de los 60 puntos de la acción de recibo y los 30 puntos de la acción del pasador suman 90 puntos más de 10 puntos de la acción del remate suman un total de 100 puntos.

Este proceder es aplicable a las distintas situaciones de juego.

### **Situación táctica Nº 1**

Jugadores en defensa de campo (zona 5, pasador en zona 3y atacador en zona 4). Posible ataque por la diagonal corta y larga.

### **Situación táctica Nº 2**

Jugadores en defensa de campo (zona 6, en zona 3 el pasador y atacador en zona 2. Posible ataque hacia la zona zaguera.



Universidad  
de Holguín

FACULTAD  
CULTURA FÍSICA  
Y DEPORTES  
DPTO. CULTURA FÍSICA

## Opinión de los Tutores

### Datos de los tutores

MSc. Idalkis Segura Rodríguez, Prof. Auxiliar

DrC. Yasser Rusel Suarez, Prof. Titular

### Datos de la tesis

El trabajo titulado **“La anticipación de los jugadores de Voleibol en las acciones de la defensa del campo”** de la autora Lietel L Cañete Diéguez, presentada en opción del título de Licenciado en Cultura Física, aborda una problemática interesante y novedosa.

Su autora ha sido responsable y sistemática en el estudio que presenta, aspectos muy importante para resaltaren este acto de presentación de la investigación para la culminación de sus estudios de pregrado, después de haber transitado en el deporte desde edades muy tempranas, representando al municipio y provincia de Holguín, en juegos municipales, provinciales y nacionales, así como integrar la nómina de los juegos universitarios representando la carrera, facultad y hoy la Universidad de Holguín, así como la preparación adquirida durante su carrera en la que ha obtenido satisfactorias calificaciones, formando parte del movimiento de alumnos ayudantes de la asignatura de Voleibol y ha tenido un amplio desempeño en eventos políticos, culturales y deportivos.

El tema abordado es muy importante y necesario en la categoría que se estudia por ser de mucha actualidad, siendo necesaria la intervención en busca de lograr mejor ubicación de la provincia en las clasificaciones y los juegos nacionales. Por todo lo antes expuesto, valorando el informe presentado y su defensa, solicito a este tribunal otorgue la calificación según los requerimientos para estos actos de defensa.

---

MSc. Idalkis Segura Rodríguez.  
Profesora Auxiliar  
Tutora

---

DrCYaserRusell Suarez  
Profesor Titular  
Tutor