

Sistema didáctico para la preparación técnica de los pertiguistas en la iniciación deportiva

Didactic system for the technical preparation of the pole vault athletes in the sport initiation stage

Lic. Agnie Sánchez-Acosta, Dr.C. Alberto Bautista Sánchez-Oms, Dra.C. Odalys Chou-Rivero

albertoso56@vcl.uccfd.cu

Universidad Central "Martha Abreu" de Las Villas, Villa Clara, Cuba

Recibido: febrero, 2017

Aceptado: mayo, 2017

Resumen

En el artículo se presenta un sistema didáctico, cuyo objetivo es dar respuesta a la carencia de orientaciones metodológicas en el Programa de Enseñanza de Atletismo para desarrollar la preparación técnica del salto con pértiga desde la iniciación deportiva. La metodología tratada tiene su base en el enfoque inductivo-deductivo, el cual parte de la observación de los hechos alrededor del objeto en estudio, para llegar a un enriquecimiento de la teoría en esta temática. Con los resultados se elaboró un manual dirigido a los profesores del deporte, con indicaciones para utilizar, como un todo, los componentes no personales del proceso de enseñanza-aprendizaje, en función del desarrollo de habilidades de los pertiguistas al iniciarse. El sistema didáctico es una alternativa al Programa de Enseñanza de Atletismo y su implementación ha logrado un impacto en el territorio de Villa Clara.

Palabras clave: preparación técnica, salto con pértiga, iniciación deportiva.

Abstract

In the article, a didactic system is presented whose objective is to give answer to the lack of methodological orientations in the Athletics Teaching Program to develop the technical preparation of the Pole Vault jumper from the sport initiation. The used methodology has its base in the inductive-deductive focus, which leaves of the observation of the facts around the object that is studied, to arrive to an enrichment of the theory in this thematic. The results of the system are expressed in a manual for the sport professors, where it offer methodological indications that allow they to use the non-personal components of the teaching-learning process like an everything, in function of the development of sport abilities of the pole vault jumper in the sport initiation. The didactic system is an alternative to the Athletics Teaching Program and its implementation has achieved an impact in the territory of Villa Clara.

Keywords: technical preparation, pole vault, sport initiation.

Introducción

Las definiciones del término *preparación técnica* son abundantes, sin embargo, los estudios de los especialistas del deporte sobre esta, no superan en profundidad a lo relativo al apartado físico, aunque la primera es el núcleo integrador del resto de las preparaciones y su elemento más específico, pues es la razón de los deportes, su identidad según Morales (2004). En general, esa idea coincidió con la de Zhelyazkov (2001), quién la contempló como una parte básica del contenido del entrenamiento deportivo, siendo su tarea principal la de formar en el deportista un sistema racional de acciones técnicas para la más plena revelación de sus capacidades potenciales, a partir de las etapas de formación y perfeccionamiento de sus conocimientos, habilidades y destrezas, donde están incluidas las medidas concretas referidas al control y evaluación de la maestría técnica. Todo eso caracteriza a ese proceso. Estos criterios, por su pertinencia, fueron asumidos por los autores de esta investigación.

El éxito de la preparación técnica no solo radica en el tratamiento de sus elementos, esta depende, además, de otros factores como la adecuada dirección de la Preparación del Deportista, en la cual el entrenador no solo es el pedagogo, sino también el de administrador, el individuo orientador del personal, que tiene la tarea de actuar en concordancia con los planes trazados, para la formación atlética y la obtención del máximo rendimiento (Morales, 2004).

Mediante los protocolos de competencia, informes de la Comisión Técnica de Atletismo, se ha podido constatar que en Cuba, los registros logrados por los pertiguistas en los juegos nacionales escolares y juveniles, hasta el momento, han sido discretos, así como su participación en comparación con otros eventos de Atletismo, además sus desempeño técnico de los mismos, no han sido suficientes. En opinión de los autores, incidieron en esta problemática múltiples factores, en su mayoría asociados al proceso de la preparación técnica del pertiguista desde la iniciación deportiva y en la forma de concebir y conducir el proceso de enseñanza-aprendizaje, en el cual el profesor deportivo ocupa un importante papel, pues él es el encargado de planificar, organizar, ejecutar, controlar y evaluar dicho proceso, para alcanzar los resultados deseados con sus atletas (Sánchez y Espinosa, 2007)

constataron en una investigación previa a este estudio, así como en cursos de superación impartidos a nivel territorial y nacional, las carencias existentes entre los profesores del salto con pértiga en cuanto a conocimientos y habilidades, desde el punto de vista didáctico y, en especial, sobre una didáctica desarrolladora.

Mediante el análisis de los programas de pregrado de Atletismo (Deporte II) de los planes de estudios “C” y “D” de Licenciatura en Cultura Física, se confirmó la falta de contribución de estos hacia una adecuada preparación de los profesores para llevar a cabo con éxito la preparación técnica desde la iniciación deportiva, pues el número de horas dedicado al contenido de carácter práctico del salto con pértiga es muy reducido, los contenidos teóricos sobre entrenamiento y sus particularidades, se contemplaron en el programa integrados para todos los saltos verticales. Además, se carece de los medios de enseñanza para la docencia y donde se encuentran, están en mal estado u obsoleto.

Los contenidos desde el punto de vista didáctico se presentan derivados de la didáctica general, pero no ofrecen una visión integradora de los componentes personales y no personales. En el caso del posgrado, la superación profesional y la académica son casi nulas las ofertas destinadas a esa materia.

El Programa de Enseñanza de Atletismo es el documento rector de la preparación de los atletas en la base; sin embargo, posee escasas indicaciones para ejecutar la preparación técnica de los pertiguistas, al ofrecerse orientaciones para los saltos verticales de forma general, pero no se precisan objetivos de manera específica para cada tipo, lo cual no guía, de modo adecuado, al profesor para dirigir el proceso de enseñanza–aprendizaje de los saltadores estudiados desde sus primeras etapas, como cimiento para su futura especialización, la cual comienza en las primeras categorías de la Escuela Integral del Deporte (Eide). Tampoco este ofrece ordenaciones en las cuales se conciben, como un sistema, los componentes personales y no personales en el proceso de enseñanza–aprendizaje.

En la actualidad, los objetivos y contenidos del salto con pértiga en el programa de enseñanza no se ofrecen de forma particular; por el contrario, se expresan de forma general para los verticales, siendo esto una limitación para la preparación técnica de los saltadores en la base, al ser el objetivo una categoría rectora. Por tanto, cada una de sus diferentes modalidades demanda tener sus propios propósitos.

Además, en el contenido se relacionaron ocho ejercicios relacionados con el salto con pértiga, insuficientes para el proceso de enseñanza–aprendizaje estudiado. No se incluyó el salto (largo) con pértiga en los eventos en los cuales sus practicantes compiten de acuerdo con el Programa de Enseñanza, así como en los ejercicios para evaluar los objetivos pedagógicos. Solo se identificó uno con cierta similitud, al despegue cada tres pasos.

Por otro lado, Sánchez y Espinosa (2007) revelaron la necesidad de proponer una metodología para la enseñanza de la disciplina investigada con el fin de facilitar el proceso de enseñanza–aprendizaje, pues las metodologías consultadas derivadas de las investigaciones nacionales e internacionales como la de Ozolin y Markov (1991), así como las progresiones técnicas de la Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo (IAAF, por sus siglas en inglés), están destinadas a la enseñanza de la técnica convencional del salto con pértiga en y para cierto nivel de especialización.

De manera contraria a esa intención, los autores de este artículo consideran la existencia de ciertos inconvenientes en la disposición de esa organización para su aplicación en la iniciación deportiva, sobre todo, si se toma en cuenta las peculiaridades de las edades de los sujetos implicados, para quienes el juego y la competencia, como métodos, adquieren gran relevancia, así como la asequibilidad y accesibilidad del contenido, la familiarización con la disciplina, el desarrollo de habilidades básicas y sus combinaciones con ejercicios acrobáticos.

El documento orientado por la IAAF para organizar competencias en el Atletismo infantil o Mini atletismo, incluye el salto largo con pértiga en las edades entre 8–11 años (en Cuba se adecuó a sus características), pero no hace referencia a la metodología para la enseñanza de la técnica.

En las edades entre 8–11 años suceden los períodos sensitivos de capacidades como la rapidez, las capacidades coordinativas y la flexibilidad, las cuales deben ser desarrolladas a plenitud en los atletas al iniciarse en el salto con pértiga, dadas los rasgos de esta disciplina; por ello, se seleccionó la categoría 10–11 años como grupo de edades objeto de investigación (Collazo, 2006).

Diversos estudios (Alcea y Espinosa, 2013; Barragán, 2008; Petrov, 2004; Rius, 1996; Small, 2014 y Thompson, s/f) se refirieron a tópicos de la preparación técnica del pertiguista, pero no todos se enfocaron en la iniciación deportiva y quienes trataron la misma, no lo hicieron centrados en estas como un sistema, pues abordaron tal preparación relacionando aspectos aislados como enseñanza del agarre, metodologías de la enseñanza de la técnica y propuesta de ejercicios acrobáticos, por lo cual en esta investigación, se sugiere tratar la preparación técnica como un sistema y facilitar al profesor el desarrollo de esta con mayor efectividad.

Como se ha demostrado, son varias las insuficiencias detectadas en el trabajo el área de pértigas a nivel escolar, constituyendo esta una realidad a transformar. Esto permitió

concretar la siguiente situación problemática: las carencias teórico–metodológicas y organizativas limitan la adecuada preparación técnica de los pertiguistas en la iniciación deportiva. Por tanto, el problema científico de esta investigación se enfocó en cómo mejorar ese proceso.

Para dar respuesta al problema planteado se propone el siguiente objetivo general: diseñar un sistema didáctico para la preparación técnica de los pertiguistas en la etapa de iniciación deportiva desde una concepción didáctica desarrolladora.

Muestra y metodología

Para el desarrollo de esta investigación, se combinaron los enfoques cuantitativos y cualitativos, desde una visión dialéctico–materialista, pues en esta existe un carácter multicondicionado del fenómeno educativo estudiado, así como la esencia transformativa y, en construcción de la propia investigación, según las contradicciones enfrentadas (Lombana, 2005).

Se concuerda con Carmenate (2004), cuando planteó: “una posición en verdad científica ante los actuales debates, debe rechazar la absolutización si se reconoce a las ciencias por su carácter dialéctico, su evolucionan y desarrollo”.

El método inductivo–deductivo distinguió el enfoque de esta investigación, en la que se asumieron las ideas de Álvarez (1998), quien vio este como un procedimiento. Eso propició a esta investigación hallar el camino a seguir para concretar los resultados pretendidos, a partir de la observación y el análisis de los hechos, dados de manera particular en el objeto de estudio.

En este trabajo se estudió la etapa el de iniciación [9–13 años] (Romero, 2006) y como escenarios los combinados deportivos de Villa Clara, donde los atletas acuden por primera vez al deporte. Se declararon seis poblaciones correspondientes a los ciclos del proceso investigativo.

De las acciones desarrolladas para determinar las predicciones, se designaron 26 profesores para entrenar a los pertiguistas asignados (dos por cada municipio); esto constituyó la primera población. De este última, se tomó una muestra intencional de trece profesores, atendiendo a su experiencia como entrenadores en la disciplina pesquisada en otras categorías y pertenecientes a ese nivel de jurisdicción con tradición en este tipo de salto; a ellos se le encuestó en la primera etapa con el fin de determinar las regularidades existentes en la preparación técnica.

La segunda población se integró con los nueve (100 %) integrantes de la Comisión Técnica Provincial de Atletismo, cuatro (40%) de los diez (100 %) profesores de Atletismo de la Facultad de Cultura Física de Villa Clara. La tercera se conformó con los once (100 %) miembros del Consejo Técnico Asesor de Atletismo, de ellos, siete son también de la facultad. Estos aportaron datos para el acercamiento al campo de investigación, participaron en la aprobación y socialización de las acciones, en las observaciones efectuadas y la evaluación de los objetivos pedagógicos durante las competencias. Además, dieron su criterio como usuarios del resultado alcanzado. La cuarta, derivó de las acciones para determinar las predicciones, pues mediante el acercamiento al campo de investigación, se constató cómo no se practicaba el salto con pértiga (categoría 10–11 años) en los diferentes territorios), la misma se compuso por los 52 (cuatro por municipio: 26 hembras y 26 varones) villaclareños iniciados en la modalidad.

Otras de las acciones radicó en la inclusión del salto con pértiga en los juegos pioneriles zonales y final provincial; esto permitió configurar la quinta población, compuesta por los diez participantes (seis hembras y cuatro varones) en los juegos provinciales finales (curso escolar 2013–2014), quienes, para entonces, se eliminaron en las zonas de la provincia Villa Clara. La sexta se completó con los 25 profesores incorporados a los cursos de Nivel I y II (Especializado), quienes recibieron la influencia de las acciones implementadas en el transcurso de la investigación. En el procesamiento de la información se emplearon la distribución empírica de frecuencia, así como la media aritmética (\bar{X}).

Métodos científicos utilizados

Analítico-sintético: se empleó en la descomposición de la preparación técnica en sus elementos para determinar sus particularidades. Luego, mediante la síntesis se integraron para descubrir sus relaciones y características generales; además, a través de la abstracción se visualizó la unión de los componentes para su análisis como un todo y en sus partes.

Inductivo-deductivo: con el estudio de hechos particulares sobre el estado actual de la preparación técnica a través de la inducción, se llegó a la determinación de sus generalizaciones, puntos de partida para definir o confirmar formulaciones teóricas sobre el sistema. Este método caracterizó la investigación consumada y propició la utilización de la vía para diseñar su producto esencial.

Sistémico-estructural-funcional: se manifestó al modelar la preparación técnica del pertiguista en la iniciación, mediante la determinación de sus componentes, así como las relaciones entre ellos (conformaron una nueva cualidad como totalidad). Esas relaciones establecieron, por un lado, la estructura y jerarquía de los componentes de esa preparación y, por otra parte, su dinámica, su funcionamiento (actividad desplegada por el sistema en su movimiento) y en sus relaciones con el medio.

Modelación: permitió sustituir el modelo actuante sobre la preparación técnica del pertiguista en la iniciación deportiva, por una nueva representación de esa realidad (sistema). Con este, se modeló el objeto mediante la determinación de sus componentes y las relaciones entre ellos.

Análisis documental: posibilitó hacer un estudio del Programa de Enseñanza de Atletismo vigente, el programa competitivo de la categoría 10–11 años y las pruebas para evaluar objetivos pedagógicos. Facilitó constatar si en realidad se ofrecen las necesarias orientaciones metodológicas para la preparación técnica de los pertiguistas en la iniciación deportiva, la forma de organización de la actividad competitiva y el control del cumplimiento de los objetivos pedagógicos.

Observación científica: se orientó a la percepción directa del objeto de estudio. En el transcurso de la investigación, jugó un papel importante en el procedimiento de inducción en la comprobación de predicciones. Al finalizar la averiguación, la observación puede llegar a predecir las tendencias y desarrollo de los fenómenos, de un orden mayor de generalización. De modo particular, se recaba información sobre el desempeño de los profesores en las sesiones de entrenamiento; además, conocer si estos entrenaban esta disciplina en la iniciación deportiva, antes de aplicar las acciones para llegar a las predicciones y evaluar el desarrollo de las habilidades y los hábitos de los atletas principiantes en el salto con pértiga.

Encuesta: es una técnica de recogida de información, en la cual, por medio de preguntas escritas organizadas en un formulario impreso, se obtienen respuestas relativas a los conocimientos, opiniones, intereses, necesidades, actitudes o intenciones de un grupo más o menos amplio de personas; se destinó a investigar de modo masivo determinados hechos o fenómenos, relacionados con la preparación técnica del pertiguista examinados. Se utilizó para conocer las experiencias y conocimientos de los entrenadores sobre el objeto de estudio, así como la forma en que estos se han preparado en el tema que se investiga.

Entrevista cualitativa: es una técnica de recopilación de información mediante una conversación profesional, en esta se ofrece al entrevistado una o varias temáticas para que las desarrolle en profundidad y libertad según su propia iniciativa, no estando predeterminadas las preguntas específicas ni las alternativas de respuestas. El objetivo perseguido por el entrevistador es, precisamente, que la persona se manifieste de manera espontánea, sin presiones, lo que permite un estudio de profundidad, intensivo y rico de su afectividad, sus motivaciones y visiones del mundo, datos que no pueden ser obtenidos a través de encuestadas o de entrevistas de tipo estructurado. Se aplica a directivos, entre los que se encuentra el Metodólogo Provincial del Atletismo, Jefe técnico de la Comisión Técnica Provincial, Presidente del Consejo Técnico Asesor de Atletismo, lo cual permite valorar la factibilidad de introducir el Salto con Pértiga en la categoría 10–11 años. Además, se recaba información sobre la pertinencia de las acciones implementadas.

Prueba y control de rendimiento: se realizó para evaluar las habilidades, capacidades coordinativas y la técnica de los pertiguistas en la competencia; se filmó el movimiento completo durante la competición.

Triangulación metodológica: permitió la recogida y el análisis de datos de la aplicación de métodos en cada etapa, a fin de contrastar los resultados e interpretarlos, así como para comprobar si las informaciones aportadas por un método son confirmados por otros.

Técnicas abiertas y participativas: se aplicó un PNI (positivo, negativo e interesante) a los profesores de Atletismo, para confirmar los aciertos y desaciertos obtenidos al recibir los cursos de superación como parte de las acciones propuestas. Se realizó también un sondeo de opinión con la intención de probar los cambios experimentados en cada profesor, para aplicar los conocimientos y habilidades recibidas en los cursos. También favoreció la socialización de los resultados del establecimiento de las regularidades y las predicciones, así como el beneficio de los pasos metodológicos para la enseñanza de la técnica del salto con pértiga.

Matemático-estadístico: con este se procesó la información obtenida mediante la distribución empírica de frecuencia y la media aritmética (\bar{X}) para el análisis de los resultados de la prueba, así como el control de rendimiento para evaluar los objetivos pedagógicos.

Criterio de los usuarios: permitió la valoración de la propuesta dada su calidad, utilidad y viabilidad, así como su pertinencia. La opinión de los usuarios es un fuerte criterio para evaluar la calidad de los servicios.

Resultado

En el siguiente grafico se presenta el sistema propuesto para la preparación técnica del pertiguista en la iniciación deportiva.

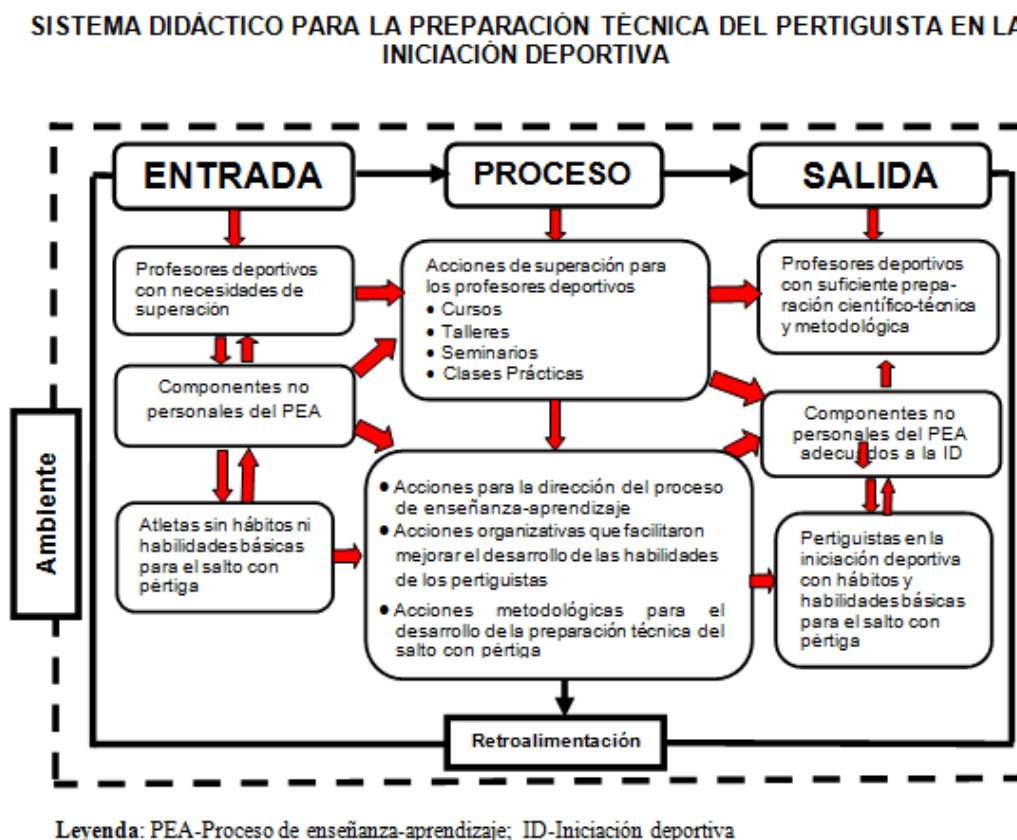


Figura 1: Sistema didáctico para la preparación del pertiguista en la iniciación deportiva

Discusión

Del sistema elaborado a continuación se describen sus elementos básicos: entrada, proceso y salida.

Elementos de entrada

1. Profesores deportivos con necesidades de superación para enfrentar la preparación técnica en la iniciación deportiva.
2. Atletas sin hábitos ni habilidades básicas para el salto con pértiga.
3. Componentes no personales del proceso de enseñanza–aprendizaje.

Entre estos elementos hay una relación dialéctica, porque en el proceso de enseñanza–aprendizaje de la técnica de los pertiguistas en la iniciación deportiva, el componente didáctico es el eje central facilitador de esta interrelación, a partir de una concepción desarrolladora, en el cual se desplaza el centro de la atención, del profesor a

los atletas en la etapa, interactuando con los componentes no personales, dando cumplimiento a los objetivos planificados.

Al valorar la complejidad técnica de esta disciplina, se pueden apreciar las exigencias impuestas por esta al entrenador y su atleta, cuyo objetivo consiste en superar una barra transversal situada a baja altura, con la ayuda de una pértiga no flexible. Las ideas expuestas hasta aquí para su materialización exigen de un profesor con una preparación científico-técnica y metodológica adecuada, para dirigir el proceso de enseñanza-aprendizaje de la técnica de los pertiguistas con determinadas condiciones físicas, psicológicas e intelectuales y un amplio arsenal de habilidades motrices acumuladas durante sus vidas.

Sin embargo, existen profesores deportivos sin la preparación para dirigir el proceso de enseñanza-aprendizaje de la técnica de los pertiguistas en la iniciación deportiva, atletas de las áreas sin las habilidades básicas de la disciplina objeto de estudio, previo a la especialización deportiva.

Además, los componentes no personales según lo normado en el Programa de Enseñanza, no son del todo adecuados para la iniciación deportiva en este evento. Esto se comprobó en el sistema operante mediante el acercamiento al campo de investigación.

Elementos del proceso

El proceso en el sistema propuesto, constituye un conjunto de elementos en interacción simultánea bajo ciertas condiciones, con el fin de contribuir con al desarrollo de la preparación técnica del pertiguista en la iniciación deportiva. En este se transforman los elementos de entrada al sistema, para garantizar la salida deseada. Entre esos los elementos se encuentran todos aquellos capaces de transformar los componentes dichos componentes. Las acciones orientadas a mejorar tal preparación son:

1. Superación para la preparación científico-técnica y metodológica para dirigir el proceso de enseñanza-aprendizaje de la técnica en la iniciación deportiva.
2. Dirección del proceso de enseñanza-aprendizaje.
3. Organizativas (facilitaron mejorar el desarrollo de las habilidades).
4. Metodológicas (para el desarrollo de la preparación técnica).

Para definir las acciones de superación de los profesores, en función de prepararlos en las áreas científico-técnico y metodológica para la dirección el proceso de enseñanza-aprendizaje de la técnica de los pertiguistas en la iniciación deportiva, se comienza con de la determinación de las necesidades de superación de estos.

Por su relación directa, así como por el carácter sistémico de la preparación técnica, se describen de manera integrada las siguientes acciones:

1. Directivas: del proceso de enseñanza–aprendizaje del pertiguista en la iniciación deportiva.
2. Organizativas: facilitar el mejoramiento del desarrollo de las habilidades de los atletas.
3. Metodológicas: para hacer progresar la preparación técnica del salto con pértiga.

Como el entrenamiento deportivo es un proceso pedagógico, se asumió la dirección de la preparación técnica a partir de las concepciones de la dirección educacional en general y, en particular, sus subprocesos: planificación, organización, ejecución–desarrollo, control–evaluación.

La planificación tiene su concreción en el Programa de Enseñanza, pues es el documento rector en el que se ofrecen indicaciones para la preparación técnica. El profesor confeccionará el plan de entrenamiento siguiendo dicho programa. Solo debe contemplar en la macroestructura, el salto con pértiga como una disciplina más de las seis contenidas en el mismo.

Las ideas ofrecidas a continuación, en función de la dirección del proceso de enseñanza–aprendizaje de la técnica de los pertiguistas en la iniciación deportiva, distinguen el sistema y le da un sentido diferente a como se ha venido desarrollando la dirección del mismo.

Desde la concepción de una didáctica desarrolladora, la dirección de la enseñanza–aprendizaje de la técnica del pertiguista, toma un rumbo diferente a como se ha tratado en la literatura, en los documentos normativos, así como en la práctica. Desde los primeros microciclos de la preparación de estos, se debe cometer una caracterización física y psicosocial del pertiguista igual a como está orientado para el alto rendimiento, y se tendrá en cuenta el nivel alcanzado y sus potencialidades para lograr un nuevo estadio. Los resultados de ese diagnóstico se tomarán como punto de partida para personalizar el entrenamiento.

Hasta el momento, se ha considerado en el trabajo con las habilidades, su manifestación externa a partir de los niveles de desarrollo y adquisición; sin embargo, se trata mediante un proceso de socialización y comunicación (no solo se da en esa relación profesor–alumno, sino con el grupo, la familia y la escuela), se propicie también la independencia cognoscitiva y la apropiación del contenido de enseñanza. En consecuencia, se debe planificar, organizar, ejecutar, controlar/evaluar, tareas motrices vinculadas con actividades teóricas en función del conocimiento de las mismas e ir

variándolas y aumentando de forma paulatina, el grado de dificultad de estas, así como incluyendo problemas para su solución individual o grupal.

Una vez establecidos los objetivos, estos guían al profesor en la dirección del proceso de enseñanza–aprendizaje y ellos determinan la selección del resto de los componentes no personales en la sesión de entrenamiento. Si el entrenamiento tiene un papel definido en la sociedad, el pertiguista involucrado en el mismo para cumplir la misión encomendada, estará sometido a evaluación, la cual podrá ser interpretada desde distintos planteamientos, pero en cualquiera de ellos, se tratará de dar cuenta del grado de evolución de los aprendizajes de estos.

Especial importancia se concede al diagnóstico o caracterización física y psicosocial. Con esos elementos el profesor hace transitar al niño desde su estado real al deseado, según sus potencialidades. En el microciclo semanal, a partir de los acentos, en los que el profesor deportivo determina los días que se desarrollarán las habilidades del salto con pértiga, atendiendo a la transferencia positiva de una disciplina a otra y al orden de aparición de las modalidades del Hexatlón en la competencia; esta investigación propone, por la complejidad de ese salto, trabajar tres veces a la semana, combinando este con las carreras de velocidad o con el salto de longitud.

En la dirección del entrenamiento es importante la planificación y organización de las sesiones de entrenamiento y su contenido. En la enseñanza de habilidades básicas del salto con pértiga se debe garantizar los siguientes aspectos:

1. Un alto nivel de actividad y motivación.
2. Configurar actividades con cierta similitud a las de competición.
3. Durante la preparación fomentar la autonomía, ayuda mutua y respeto entre los pertiguistas.
4. Relacionar las actividades con el Atletismo y que exciten a los pertiguistas a participar.

Estructuración de la sesión de entrenamiento del salto con pértiga. Propuesta

La duración para la categoría será de una hora y quince minutos a dos horas, conservando la misma estructura estandarizada para el Atletismo a otros niveles (tabla 1 Temporalización de la sesión de entrenamiento).

Tabla 1: Temporalización de la sesión de entrenamiento

Actividades de la sesión	Tiempo (min.)
Entrada en calor	15-25
Habilidades	40-55
Capacidades condicionales y coordinativas	15-25
Vuelta a la calma	5-15

La entrada en calor facilitará la preparación del niño para la actividad primordial; esta debe ser activa y motivar a los niños para realizar la tarea motriz. En la parte inicial de la sesión de entrenamiento, el mayor tiempo lo ocupa el desarrollo de habilidades básicas para el salto con pértiga. De igual modo, la educación de las capacidades condicionales y coordinativas, en especial estas últimas, las cuales deben tratarse mediante la acrobacia, con ello el saltador dominará su cuerpo en el espacio. Asimismo, la rapidez es importante en esta disciplina y para estas edades, así como la flexibilidad; deben planificarse de la misma forma orientada en el programa. La vuelta a la calma se garantizará por medio de actividades aeróbicas, combinándolas con ejercicios de estiramiento.

La acrobacia es un medio indispensable para el desarrollo de la preparación técnica de los pertiguistas en la iniciación deportiva; sin embargo, en los combinados deportivos no hay condiciones ni medios necesarios para poder realizar ejercicios acrobáticos retomados de la gimnasia. Los ejercicios para ejecutar acrobacia, en su mayoría, pueden ser hechos en el césped con niveles de ayuda por parte del profesor.

Los ejercicios propuestos se seleccionaron también por su semejanza con algunos movimientos de la técnica del salto con pértiga y, además, permitirán orientar el cuerpo al pertiguista en el espacio, en especial en los elementos técnicos del despegue, donde la agrupación del cuerpo ocupa un papel determinante en el aprendizaje de los movimientos de piernas arriba y giro. Esto se lleva a cabo mediante las agrupaciones de los segmentos corporales responsables en la aceleración la rotación del centro de masa.

Atendiendo a las condiciones de los combinados deportivos, se requiere de equipamiento construido con materiales reciclables para el desarrollo de la preparación técnica, como colchones de aserrín o sacos rellenos de paja seca, garrochas de bambú finas adecuadas al tamaño de la mano de los atletas y un peso en correspondencia con la edad; además, se pueden construir barras fijas y paralelas con tubos desechados. Por supuesto, todo el equipamiento se debe construir garantizando la mayor seguridad posible.

El juego va a ser el medio más empleado para desarrollar las habilidades de los pertiguistas durante la iniciación deportiva. Consecuente con la teoría de los juegos, es

correcto, tras una primera etapa en la cual se empleen juegos simples, más tarde se deben utilizar los juegos más específicos y ya cuando se dominen las habilidades, se utiliza el salto con pértiga con algunos elementos de la reglamentación, pero en su variante salto largo con pértiga a manera de juego deportivo.

Entre las acciones metodológicas figura también un manual para preparar a los entrenadores, dadas las carencias del Programa de Enseñanza en este sentido, así como pasos metodológicos adecuados a las edades de 10–11 años y al desarrollo de habilidades básicas de la disciplina objeto de estudio.

Elementos de salida

Son el fruto de la transformación sufrida por estos en el proceso, los cuales superan en cantidad a los declarados en el gráfico, al considerarse al profesor y al pertiguista, los entes de mayor jerarquía en el sistema. No obstante, se reconocen los componentes no personales, estos también experimentan una transformación en el proceso, pues estos han sufrido adecuaciones a partir de los objetivos de la iniciación deportiva. Se definieron como elementos de salida los siguientes:

- Atletas iniciados en el salto con pértiga con hábitos y habilidades básicos para esta disciplina.
- Profesores deportivos capacitados para enfrentar con eficiencia la preparación técnica de los pertiguistas de la provincia de Villa Clara en la iniciación deportiva.
- Componentes no personales del proceso de enseñanza–aprendizaje adecuados a las características de la iniciación deportiva.

Resulta novedoso la concepción didáctica del sistema para la preparación técnica de los pertiguistas en la iniciación deportiva, en función del desarrollo de habilidades y hábitos previos a la etapa de especialización, a partir de la integración de los componentes personales y no personales implicados en el proceso de enseñanza–aprendizaje, así como de la concepción dialéctica entre la directividad y no directividad de dicho proceso, no enfocado de esa manera por los investigadores de esta temática.

Además, se contextualizó la teoría existente sobre la especialización de esa disciplina, a las exigencias de esa etapa, aspecto no valorado desde esa perspectiva en la literatura consultada, pues los estudios realizados por Thompson (s.f), Rius (1996), Petrov (2004), Barragán (2008), Alcea y Espinosa (2013) y Small (2014), se refirieron a elementos de la preparación mencionada, aunque no asumieron con unanimidad la iniciación; quienes trataron sus elementos lo hicieron con una visión no sistémica.

De igual forma los citados autores en el párrafo anterior más Rodríguez (2010), Mamarandi (2012), así como los autores de la Guía Docente de la UCAM (2017), dieron valiosos aportes sobre la iniciación deportiva, aunque no la concibieron centrada en una didáctica con enfoque desarrollador, donde estuvieran comprometidos el profesor (dirigente de la actividad cognoscitiva, práctica y valorativa de los pertiguistas, teniendo en cuenta el nivel del progreso alcanzado por estos y sus potencialidades para lograrlo) y el atleta en el mismo proceso.

En el sistema se reconoció la unidad dialéctica entre la directividad y no directividad del proceso de enseñanza–aprendizaje, y este organizó como un todo, los componentes personales y no personales de tal proceso, donde se establecieron relaciones. Por tanto, un nuevo ordenamiento en el sistema operante, ofreciendo una visión integradora de la preparación técnica de los pertiguistas, distinta a como lo pensaron otros autores en esta temática. Asimismo, se sustentan en lo teórico, pasos metodológicos para la enseñanza del salto con pértiga en las edades de 10–11 años, enriqueciendo de ese modo la teoría existente en torno a la materia expuesta en este artículo.

En el orden práctico, con este estudio se aportó como complemento un manual con orientaciones metodológicas, acciones para la superación de los profesores e indicaciones para la instrumentación del sistema creado.

Conclusiones

1. La propuesta del sistema didáctico para la preparación técnica de los pertiguistas en la iniciación deportiva cumple con las ideas sistémicas de flexibilidad, equilibrio, estabilidad y jerarquización de sus elementos.
2. El sistema didáctico para la preparación técnica de los pertiguistas en la iniciación deportiva, se caracteriza por una concepción didáctica desarrolladora en el contexto de la dirección del proceso de enseñanza–aprendizaje de la técnica del pertiguista en la iniciación deportiva.
3. Los elementos del sistema se interrelacionan entre sí, a partir de los componentes personales y no personales.

Referencias bibliográficas

1. Academia de Ciencias de la URSS. (1985). *La Dialéctica y los Métodos Científicos Generales de Investigación*. Instituto de Filosofía. Academia de Ciencias de la URSS y Departamento de Filosofía Academia de Ciencias de Cuba (tomo II). La Habana: Ciencias Sociales.

2. Alcea, T. y Espinosa, Y. (2013). *Sistema metodológico de ejercicios para la enseñanza de la técnica de salto con garrocha en atletas iniciantes*. *Revista digital Efdportes*, 18(185). Recuperado en <http://www.efdeportes.com/efd185>
3. Álvarez, C. (1998). *Metodología de la investigación*. La Habana: Pueblo y Educación,
4. Cancio, R. (2010). *Consideraciones a tener en cuenta en la iniciación deportiva*. *Revista digital Efdportes*, 14(141), Recuperado de: www.efdeportes.com/
5. Barragán Alarcón, N. (2008). *La toma del implemento en la enseñanza del Salto con Pértiga*. *Revista digital*. Recuperado en www.efdeportes.com
6. Carmenate, L. (2004). *Compilación de artículos sobre la investigación científica*. Ciego de Ávila. Facultad de Ciencias Sociales y Humanísticas.
7. Castejón, F. (2015). *La investigación en la iniciación deportiva válida para el profesor deportivo en ejercicio*. Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deportes y Recreación. Murcia.
8. Guía Docente. (2017). *Fundamentos de la iniciación deportiva*. Murcia.
9. Colectivo de autores. (2010). Programa de enseñanza de Atletismo. Comisión Nacional de Atletismo. Ciudad de La Habana: Editorial Deporte.
10. Collazo Macías, A. (2006). *Algunas características psicomotrices de las edades entre de las edades entre 6 y 18 años*. Teoría y metodología de la Educación Física. La Habana, Cuba.
11. Lombana, R. (2005). *Fundamentos pedagógicos del enfoque interdisciplinar en el área de las humanidades de la escuela de instructores de artes*. (tesis doctoral). Biblioteca digital. Universidad Central “Martha Abreu” de las Villas, Santa Clara, Cuba.
12. Mamarandí, K. (2012). *Elaboración de un manual para la iniciación deportiva en Boxeo en la Federación Deportiva de Napo en el período 2011-2012*. (Tesis de doctorado). Universidad Técnica de Cotopaxi, Latacunga, Ecuador.
13. Morales Águila, A. (2004). *El reloj detenido en el tiempo: una realidad que frena la formación del deportista inteligente, creativo e independiente*. *Revista digital Efdportes*, 10(79). Recuperado en <http://www.efdeportes.com/efd79/reloj.htm>
14. Ozolin, N. G. y Markov, D. P. (1991). *Atletismo, t. II*. La Habana: Editorial Científico-Técnica.
15. Petrov, V. (2004). Salto con Garrocha-El estado del arte. *IAAF Nuevos Estudios en Atletismo. Boletín técnico Trimestral de la IAAF*, 3, pp. 21-27.
16. Rius Sant, J. (1996). *Metodología del Atletismo*. (2ª. Edición). Barcelona: Editorial Paidotribo.
17. Romero Frómata, E. (2006). Teoría y metodología del entrenamiento deportivo. Compendio temático I. (Material en soporte magnético).
18. Rodríguez, J. (2010). La iniciación deportiva en el contexto escolar: análisis de los modelos de enseñanza. *Revista digital Efdportes*, 14(142), Recuperado de: www.efdeportes.com/
19. Sánchez, A. (2016). El saltador con pértiga en la iniciación deportiva. (*Revista digital Efdportes*, 18 (185). Disponible en: www.efdeportes.com/

20. Sánchez, A. y Espinosa, G. (2007). Programa para la iniciación al Salto con Pértiga. *VI Conferencia Internacional Científica Pedagógica*. Pinar del Río.
21. Sánchez, A.B. (2003). *Análisis de los sistemas de superación de los recursos humanos del deporte. Una propuesta de modelo para la evaluación de su calidad*. (Tesis inédita de doctorado). Instituto Superior de Cultura Física “Manuel Fajardo”, La Habana, Cuba.
22. Small Howell, L. A. (2014). *Programación de la estrategia de enseñanza técnica gimnástica en la preparación básica de los atletas de salto en pértiga de la provincia de Manabí*. Recuperado en www.efdeportes.com
23. Thompson P. (s.f). *Introducción a la teoría del entrenamiento*. International Amateur Athletics Federation.
24. Zhelyazkov, T. (2001). *Bases del entrenamiento deportivo*. Barcelona: Editorial Paidotribo.