

**INSTITUTO SUPERIOR DE CULTURA FISICA
“MANUEL FAJARDO”
FACULTAD DE VILLA CLARA**

**TESIS EN OPCCIÓN AL TÍTULO DE MASTER EN METODOLOGÍA
DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO.**

TÍTULO:

**LA ESTRUCTURACIÓN DE LOS CONTENIDOS EN LA LUCHA
DEPORTIVA DESDE UNA CONCEPCIÓN TÉCNICO-TÁCTICA DEL
ENTRENAMIENTO**

Autor: Lic. Ramón Miguel Toledo Diéguez.

Tutor: Dr. C. Rafael de Mato Navelo Cabello. Prof. Auxiliar.

2009

“Año del 50 aniversario del triunfo de la Revolución”

AGRADECIMIENTO:

Agradecimiento infinito a mi amigo y hermano el DrC. Rafael de Mato Navelo
Cabello

RESUMEN

La participación de las diferentes manifestaciones de las técnicas del combate y sus variantes solo podrá ejecutarse con efectividad si el proceso de entrenamiento se ha organizado consecuentemente. De ahí que, la planificación inadecuada del proceso de preparación técnico – táctica puede traer consigo insuficiencias en el éxito de las acciones del combate, en ello los componentes didácticos del proceso pedagógico juegan un papel trascendental. En tal sentido el autor determinó que existen insuficiencias porque la clasificación de los contenidos está dirigida a los aspectos de la técnica, poco se reconoce la relación existente entre los movimientos de ataque y de defensa y que existe un predominio del desarrollo en la preparación técnica sobre la táctica.

Para el desarrollo de la investigación se propuso: Estructurar los contenidos de la preparación técnico – táctica de la lucha deportiva de manera que posibilite una orientación y organización del proceso desde una concepción técnico – táctica del entrenamiento, empleando para ello los métodos Histórico – lógico, Analítico – sintético, Hipotético – deductivo, Enfoque de sistema, Estudio documental, La encuesta y Matemáticos – estadísticos.

Se utilizó una muestra de 11 especialistas, entre ellos: metodólogos, profesores y entrenadores de lucha del país.

Una vez concluido el estudio el autor arriba a un grupo de conclusiones, entre las que se destaca la necesidad de que desde un concepto de proceso pedagógico, este deporte requiere una organización adecuada del entrenamiento donde se generan los procesos de la enseñanza y el perfeccionamiento en el cual se combinen los movimientos de ataques con los de defensas en un orden metodológicamente estructurado. La estructura de los contenidos elaborada permite una organización pedagógica del proceso al integrar los componentes de la técnica y la táctica en una unidad lógica y dinámica desde una concepción metodológica que alcanza una alta vinculación a las características propias del combate con elementos de ataque y defensa organizados en un sistema de contenidos.

ÍNDICE.

• Introducción	
• Capítulo I. Fundamentos científicos del proceso de preparación técnico-táctica en la lucha deportiva.....	9
• Características de la lucha como deporte de combate.....	9
• Características de la situación actual que presenta el tratamiento pedagógico del proceso de preparación técnico – táctica. Estudio de las principales fuentes bibliográficas que tratan el proceso pedagógico en la lucha deportiva.....	11
• Concepciones generales del proceso pedagógico en torno a la preparación técnico – táctica.....	16
• Los componentes del proceso pedagógico.....	21
• Los contenidos de la enseñanza y su estructuración.....	23
• Estructuración de contenidos.....	26
• Análisis de los contenidos y sus formas según el programa de preparación del deportista vigente.....	28
• Capítulo 2. La estructuración de los contenidos propuestos y su metodología investigativa.....	33
• Metodología investigativa aplicada para alcanzar la propuesta.....	33
• Etapa de Diagnóstico de la situación actual.....	34
• Etapa de Acercamiento a la propuesta de estructuración de los contenidos.....	36
• Etapa de consecución de la propuesta y valoración de la misma.....	37
• Concepción pedagógica en torno a la estructuración de los contenidos.....	38
• Gráficas de las estructuras de la propuesta y su explicación teórica.....	42
• Conclusiones	53
• Recomendaciones.....	54
• Bibliografía.....	55
• Anexos.....	61

INTRODUCCIÓN

Características generales de la lucha.

En los deportes de combate se incluyen los estilos de Lucha libre y Lucha grecorromana, la Esgrima, el Judo, el Taekwondo, el Boxeo y el Karate-do. Estos deportes son denominados también deportes individuales o deportes sin cooperación y con oposición del contrario, según los aportes de A. Z. Puni, J. Riera, A. Thomas y otros.

Una de las particularidades más importantes de estos deportes es que el atleta tiene que enfrentarse directamente a un adversario con el cual interactúa prácticamente cuerpo a cuerpo, exceptuando la esgrima en que se mediatiza la relación a través del arma. En estos deportes el atleta tiene que superar no solo la fuerza física que el contrario le impone, sino también la táctica que el mismo utiliza a través de la ejecución de la técnica que realice en cada uno de los movimientos ofensivos y defensivos, y todo ello debe hacerlo bajo un clima de alta tensión, por cuanto el deportista individualmente tiene toda la responsabilidad de alcanzar la victoria, sobreponiéndose a cualesquiera de las barreras que le impone la situación y específicamente el contrario.

De este grupo de deportes vinculamos el estudio a la Lucha, que como deporte individual de combate está supeditada al cumplimiento de una serie de reglas y cuyo principal propósito es poner al contrincante de espaldas sobre el colchón o ganarle por los puntos acumulados durante la actuación. En este deporte pudiera decirse que se compete en cuatro estilos, asociados a la Federación Internacional de Lucha (FILA), estos estilos son la Lucha Libre, Grecorromana, Femenina y de Playa.

La lucha deportiva se caracteriza principalmente porque las acciones se realizan con gran rapidez y dinamismo en períodos de tiempo y espacio delimitados en su mayor parte por las reglas de competencia con movimientos muy precisos y ajustados a las situaciones competitivas, los cuales son determinados por la capacidad coordinativa del esfuerzo en función de las acciones que realice el contrario y de la ejecución

satisfactoria de cada uno de los movimientos técnicos y de las acciones tácticas que ejecuta el deportista.

Si tomamos en cuenta que la actividad del luchador está caracterizada por la cantidad de ataque, defensas y contraataques variados y dinámicos y que ello a su vez implica que los luchadores estén en la obligación de desarrollar un elevado nivel del pensamiento táctico, entonces este deporte desarrolla en sus practicantes una gran movilidad de los procesos psíquicos.

Desde el punto de vista fisiológico esta actividad dinámica del luchador se caracteriza, según Pérez Téllez (1988)¹, en que el ritmo de la respiración aumenta hasta 40 a 50 veces por minuto, aunque debido a la variedad de las acciones puede ser mayor o menor. Esta frecuencia cardiaca en luchadores de elite en reposo es de 60 a 65 pulsaciones por minutos. El consumo de oxígeno durante un combate varía en dependencia de la intensidad o potencia del trabajo. Según datos de Saltin Hastran en luchadores de alta calidad la cifra media máximo consumo oxígeno es de 4.6 l/m y 57 Mm./min. por kilogramo de peso. Por otra parte, Borisovoi y Tumania señalan que el volumen del corazón tiene una cifra media de 953 cm³. este volumen posee una gran correlación con el peso corporal y el tiempo que se lleve en la actividad.

Durante el desarrollo del combate la frecuencia cardiaca aumenta entre 170 y 200 pulsaciones por minuto en dependencia de la intensidad o duración del combate. La cantidad de ácido láctico puede aumentar hasta 130 mg por ciento y más.

Todo lo antes expuesto nos demuestra que el atleta que practique sistemáticamente este deporte independientemente que desarrolla sus cualidades físicas y volitivas debe aplicar consecuentemente un elevado desarrollo de la táctica para conseguir economizar sus energías y vencer al oponente de manera rápida y convincente.

Las exigencias de este deporte requieren también desarrollar y perfeccionar la capacidad de reacción compleja a fin de poder brindarle variadas respuestas a las diferentes situaciones de ataque y defensa que ejecuta el contrario, donde la mayoría de las intenciones de respuestas son desconocidas para el deportista, de ahí que la

¹ Pérez Tellez, E. Conferencias en curso internacional "Solidaridad Olímpica". Ciudad de la Habana. 1988.

capacidad de anticipación constituye un elemento muy importante durante la realización del combate.

La ejecución rápida y precisa de las acciones técnico-tácticas de los luchadores está asociada a la capacidad que tienen para orientar de forma centralizada la atención, o en su defecto distribuir esta en los diferentes componentes de su ejecución propia y de las variaciones de las ejecuciones de cada una de las acciones técnico-tácticas del contrario, estas características de la atención son las que le permiten a los deportistas utilizar toda la información acumulada, y en consecuencia, elaborar las respuestas más efectivas a las situaciones que él mismo se plantea en correspondencia con los movimientos del contrario. En este sentido, se aprecia la gran importancia que alcanza en este deporte el pensamiento táctico del deportista, lo cual le permite prever la situación, (capacidad para anticiparse), valorar lo que está ocurriendo durante la ejecución inmediata de las acciones competitivas y en consecuencia, brindar las respuestas más apropiadas, más lógicas, más racionales que den solución al problema planteado. La elección de las técnicas deportivas a emplear en función de las soluciones tácticas adecuadas para cada situación del combate está íntimamente relacionada con el pensamiento táctico y la preparación técnico – táctica que durante el período de entrenamiento se realice.

Fundamentos a la situación problémica.

La participación de las diferentes manifestaciones de las técnicas del combate y sus variantes solo podrán ejecutarse con efectividad si el proceso de entrenamiento se ha organizado consecuentemente con el desarrollo que va alcanzando el luchador al transitar por las diferentes edades y categorías, proceso el cual trasciende durante varios años de su preparación y que requiere de una organización pedagógica consecuente con lo que se desea desarrollar en el deportista.

De ahí que, la planificación inadecuada del proceso de preparación técnico – táctica puede traer consigo insuficiencias en el éxito de las acciones del combate, en ello los componentes didácticos del proceso pedagógico juegan un papel trascendental.

Como se ha podido apreciar el proceso de preparación técnico - táctico en la lucha deportiva requiere junto a otros elementos de la preparación una importante atención en el trabajo de entrenamiento, sin embargo, en la revisión de la bibliografía clásica que se emplea en nuestro país tal como el Libro de texto denominado Técnicas de la Lucha de Silvio González y Cañedo así como el de Lucha Clásica de A. G. Mazur 2da edición del original 1972 y reimpresso en Cuba en 1985, no existe una concepción sistémica relacionada con la estructuración de los contenidos que permita la lógica organización de los mismos para el proceso de entrenamiento.

El primero expone una clasificación eminentemente técnica de las llaves de la lucha desde la posición de pie y de cuatro puntos en las que no se aprecia el tratamiento de las acciones de defensa.

Por su parte A. G. Mazur (1985) se limita a la explicación de cada una de las técnicas de manera independiente sin una definición declarada y ordenada de las mismas.

De igual manera, en los documentos normativos existentes en Cuba, tales como los Planes y Programas de Lucha libre y grecorromana para las áreas deportivas masivas, áreas deportivas especiales y escuelas de iniciación deportivas Escolar (EIDE) de los años 1981, 1984, 1988, 1996 y 2005. Así también los Programas de la Asignatura de Lucha deportiva del Instituto Superior de Cultura Física (Planes de estudio A, B y C), se aprecia, entre otros aspectos, que los contenidos no se exponen organizadamente en correspondencia con las características de proceso pedagógico fundamentado en una concepción técnico – táctica del entrenamiento deportivo para el proceso de enseñanza aprendizaje. Así también, en sus indicaciones y metodologías que permitan trabajar este aspecto.

Entre ellos más abajo se relacionan un grupo de insuficiencias:

En los textos se aprecia:

- Una clasificación de los contenidos totalmente dirigida a los aspectos de la técnica que no reconoce la relación existente entre los movimientos de ataque y de defensa.
- Predominio del desarrollo en la preparación técnica sobre la táctica.

- Insuficiencias metodológicas en la estructuración del proceso de enseñanza - aprendizaje de la técnica y la táctica.

En los programas se aprecia:

- En las edades de 7 hasta 10 años no se contempla el desarrollo potencial que existe entre los atletas pues hay indicaciones que reglamentan eso. Así mismo el enfoque del aprendizaje va dirigido al desarrollo técnico del movimiento excluyendo la enseñanza de las defensas y contraataques en las edades de 7 y 8 años sin brindar un fundamento.
- En los restantes programas hasta 16 años se mantiene el mismo enfoque técnico de la enseñanza a pesar de que se divide el proceso en estudio y consolidación del fundamento técnico.
- Solo los programas contemplan el contenido a desarrollar con una lista consecutiva de las técnicas con ataques, defensas y contraataque de manera individual como el único elemento del mismo lo cual viola la integración de los componentes en el entrenamiento.

Desde un concepto de proceso pedagógico, este deporte requiere una organización adecuada del entrenamiento donde se generan los procesos de la enseñanza y el perfeccionamiento en el cual se combinen los movimientos de ataques con los de defensas en un orden metodológicamente estructurado.

Tomando en consideración este estudio podemos definir que estamos en presencia de la siguiente **situación problemática**.

- La estructuración de los contenidos técnico – tácticos en la lucha deportiva no posibilita una adecuada orientación y organización del proceso de preparación técnico – táctica en este deporte.

PROBLEMA CIENTÍFICO

- ¿Cómo deben ser estructurados los contenidos de la preparación técnico – táctica de la lucha deportiva para lograr una orientación y organización del proceso en una concepción técnico - táctica?

OBJETO DE ESTUDIO

- Los componentes didácticos del proceso de enseñanza - aprendizaje del luchador.

CAMPO DE ACCIÓN

- La estructuración metodológica de los contenidos de la preparación técnico – táctica en el luchador.

OBJETIVO GENERAL

- Estructurar los contenidos de la preparación técnico – táctica de la lucha deportiva de manera que posibilite una orientación y organización del proceso desde una concepción técnico – táctica del entrenamiento

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Valorar la estructuración actual que se emplea para el estudio de los contenidos técnicos y tácticos de la lucha deportiva.
- Determinar su influencia metodológica de los contenidos en el proceso de preparación desde una concepción técnico – táctica del entrenamiento.
- Elaborar una estructuración sistémica de los contenidos de la preparación técnico – táctica de la lucha deportiva desde una concepción técnico – táctica del entrenamiento.
- Validar la propuesta a partir del criterio de especialistas.

PREGUNTAS CIENTÍFICAS

- ¿Qué características presenta la estructuración actual que se emplea para el estudio de los contenidos técnicos y tácticos de la lucha deportiva?

- ¿Cuál es la influencia metodológica que puede generar la estructuración de los contenidos en el proceso de preparación desde una concepción técnico – táctica del entrenamiento?
- ¿Cómo estructurar los contenidos de la preparación técnico – táctica de la lucha deportiva desde una concepción técnico – táctica del entrenamiento?
- ¿Cuál es el criterio de los especialistas en torno a la propuesta realizada?

MÉTODOS DE INVESTIGACIÓN

La labor metodológica en torno al logro de la propuesta se realizó desde una concepción teórica para el estudio de la categoría contenido dentro de la pedagogía moderna. Para ello se emplearon los siguientes métodos del **nivel teórico**:

- Histórico – lógico.
- Analítico - sintético.
- Hipotético – deductivo.
- Enfoque de sistema.

Del **nivel empírico** fueron utilizados los siguientes:

- Estudio documental.
- La encuesta.
- Matemáticos – estadísticos.

MUESTRA

Se seleccionó una muestra de 11 especialistas, entre ellos: metodólogos, profesores y entrenadores de lucha del país.

POSIBLES RESULTADOS:

Una organización estructural de los contenidos para orientar de manera adecuada la metodología que de la técnica y la táctica de manera que posibilite un proceso de

enseñanza-aprendizaje cercano a la realidad del combate, en consideración con los enfoques técnico – tácticos actuales para que sea objetiva, sostenible y eficiente en los luchadores.

CAPÍTULO I. FUNDAMENTOS CIENTÍFICOS DEL PROCESO DE PREPARACIÓN TÉCNICO-TÁCTICA EN LA LUCHA DEPORTIVA.

1. Características de la lucha como deporte de combate.

En los deportes de combate se incluyen los estilos de Lucha libre y Lucha grecorromana, la Esgrima, el Judo, el Taekwondo, el Boxeo y el Karate-do. Estos deportes son denominados también deportes individuales o deportes sin cooperación y con oposición del contrario, según los aportes de A. Z. Puni, J. Riera, A. Thomas y otros.

Una de las particularidades más importantes de estos deportes es que el atleta tiene que enfrentarse directamente a un adversario con el cual interactúa cuerpo a cuerpo, exceptuando la esgrima en que se mediatiza la relación a través del arma. En estos deportes el atleta tiene que superar no solo la fuerza física que el contrario le impone, sino también la táctica que el mismo utiliza en cada uno de los movimientos ofensivos y defensivos, y todo ello debe hacerlo bajo un clima de alta tensión, por cuanto el deportista individualmente tiene toda la responsabilidad de alcanzar la victoria, sobreponiéndose a cualquiera de las barreras que le impone la situación y específicamente el contrario.

De este grupo de deportes vinculamos nuestro estudio a la Lucha, que como deporte individual de combate está supeditada al cumplimiento de una serie de reglas y cuyo principal propósito es poner al contrincante de espaldas sobre el colchón o ganarle por los puntos acumulados durante la actuación. En este deporte pudiera decirse que se compete en cuatro estilos asociados a la Federación Internacional de Lucha (FILA), estos estilos son la Lucha Libre, Grecorromana, Femenina y de Playa.

La lucha deportiva se caracteriza principalmente porque las acciones se realizan con gran rapidez y dinamismo en períodos de tiempo y espacio delimitados en su mayor parte por las reglas de competencia, con movimientos muy precisos y ajustados a las situaciones competitivas, los cuales son determinados por la capacidad coordinativa del esfuerzo en función de las acciones que realice el contrario y de la ejecución satisfactoria de cada uno de los movimientos técnicos y de las acciones tácticas que ejecuta el deportista.

Si tomamos en cuenta que la actividad del luchador está caracterizada por la cantidad de ataques, defensas y contraataques, variados y dinámicos, y que ello a su vez implica que los luchadores estén en la obligación de desarrollar un elevado nivel del pensamiento táctico, entonces este deporte desarrolla en sus practicantes una gran movilidad de los procesos psíquicos.

Desde el punto de vista fisiológico esta actividad dinámica del luchador se caracteriza, según Pérez Téllez (1988)², en que el ritmo de la respiración aumenta hasta 40 a 50 veces por minuto, aunque debido a la variedad de las acciones puede ser mayor o menor. Esta frecuencia cardiaca en luchadores de elite en reposo es de 60 a 65 pulsaciones por minutos. El consumo de oxígeno durante un combate varía en dependencia de la intensidad o potencia del trabajo. Según datos de Saltin Hastran (1985) en luchadores de alta calidad la cifra media máximo consumo oxígeno es de 4.6 l/m y 57 Mm./min. por kilogramo de peso.³ Por otra parte, Borisovoi y Tumania (1986) se refieren a que el volumen del corazón tiene una cifra media de 953 cm³. este volumen posee una gran correlación con el peso corporal y el tiempo que se lleve en la actividad.

Durante el desarrollo del combate la frecuencia cardiaca aumenta entre 170 y 200 pulsaciones por minuto en dependencia de la intensidad o duración del combate. La cantidad de ácido láctico puede aumentar hasta 130 mg por ciento y más.

Todo lo antes expuesto nos demuestra que el atleta que practique sistemáticamente este deporte independientemente de que desarrolla sus cualidades físicas y volitivas debe aplicar consecuentemente un elevado desarrollo de la táctica para conseguir economizar sus energías y vencer al oponente de manera rápida y convincente.

Es por ello que se requiere desarrollar la capacidad de reacción compleja a fin de brindarle variadas respuestas a las diferentes situaciones de ataque y defensa que ejecuta o a las cuales es sometido por el contrario y donde la mayoría de las intenciones de respuestas son desconocidas para el deportista.

² Pérez Tellez, E. Conferencias en curso internacional "Solidaridad Olímpica". Ciudad de la Habana. 1988.

³ Astrand, P. O. (1985) Fisiología del trabajo físico: Bases Fisiológicas del ejercicio. Buenos Aires. Editorial Panamericana.

La ejecución rápida y precisa de las acciones técnico-tácticas de los luchadores está asociada a la capacidad que tienen para orientar de forma centralizada la atención, o en su defecto distribuir esta en los diferentes componentes de su ejecución propia y de las variaciones de las ejecuciones de cada una de las acciones técnico-tácticas del contrario, estas características de la atención son las que le permiten a los luchadores utilizar toda la información acumulada, y en consecuencia, elaborar las respuestas más efectivas a las situaciones que él mismo se plantea en correspondencia con los movimientos del contrario. En este sentido, se aprecia la gran importancia que alcanza en este deporte el pensamiento táctico, lo cual le permite prever la situación, (capacidad para anticiparse), valorar lo que está ocurriendo durante la ejecución inmediata de las acciones competitivas y en consecuencia, brindar las respuestas más apropiadas, más lógicas, más racionales que den solución al problema planteado.

La elección de las técnicas deportivas a emplear en función de las soluciones tácticas adecuadas para cada situación del combate está íntimamente relacionada con la preparación técnico – táctica que durante el período de entrenamiento se realice.

2. Características de la situación actual que presenta el tratamiento pedagógico del proceso de preparación técnico – táctica.

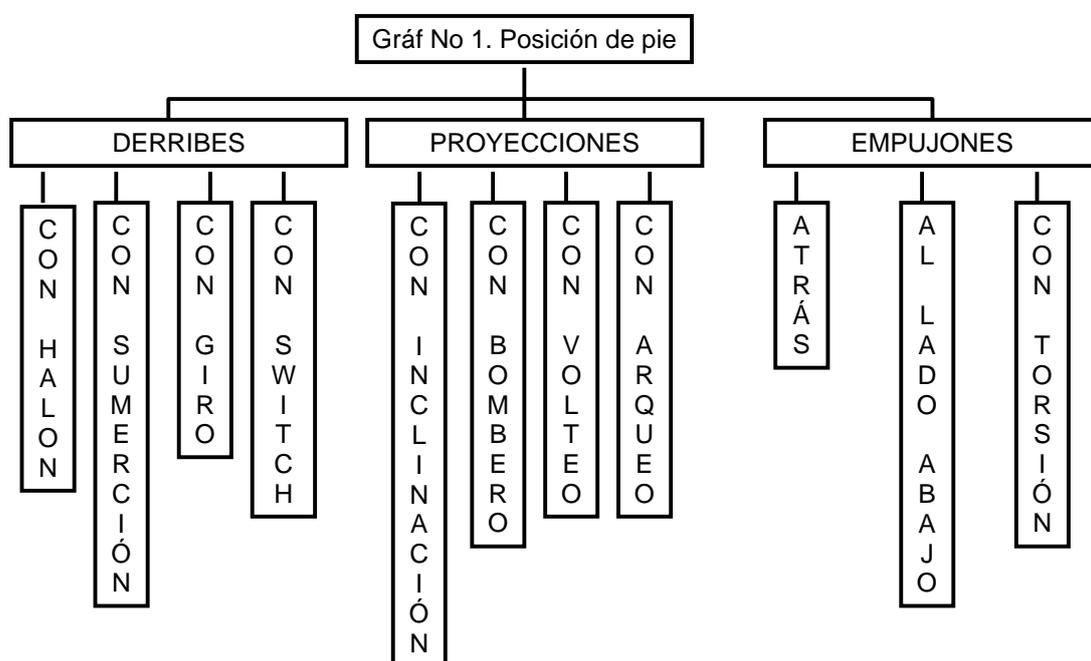
a) Estudio de las principales fuentes bibliográficas que tratan el proceso pedagógico en la lucha deportiva.

En nuestro país en particular y en el mundo en general, el tema de la lucha deportiva a pesar de que alcanza extraordinarios resultados en las principales competencias del mundo, desde el punto de vista bibliográfico no ha tenido el tratamiento que requiere. En una exhaustiva revisión bibliográfica en torno a la lucha en general existen algunos textos casi obsoletos de viejas ediciones adquiridos de otros países, principalmente del antiguo campo socialista, en producciones nacionales respecto al tema solo se aprecian las publicaciones digitalizadas en medios no registrados del Dr. Silvio González.

De este último es el análisis que a continuación se realiza en lo referente al proceso pedagógico de la preparación técnico-táctica. En tal sentido, este reconocido especialista cubano realiza una subdivisión de la clasificación de los contenidos en dos grandes grupos:

- a) Técnicas de posición de pie.
- b) Técnicas de posición de cuatro puntos

Las técnicas de posición de pie las clasifica según el gráfico No. 1:

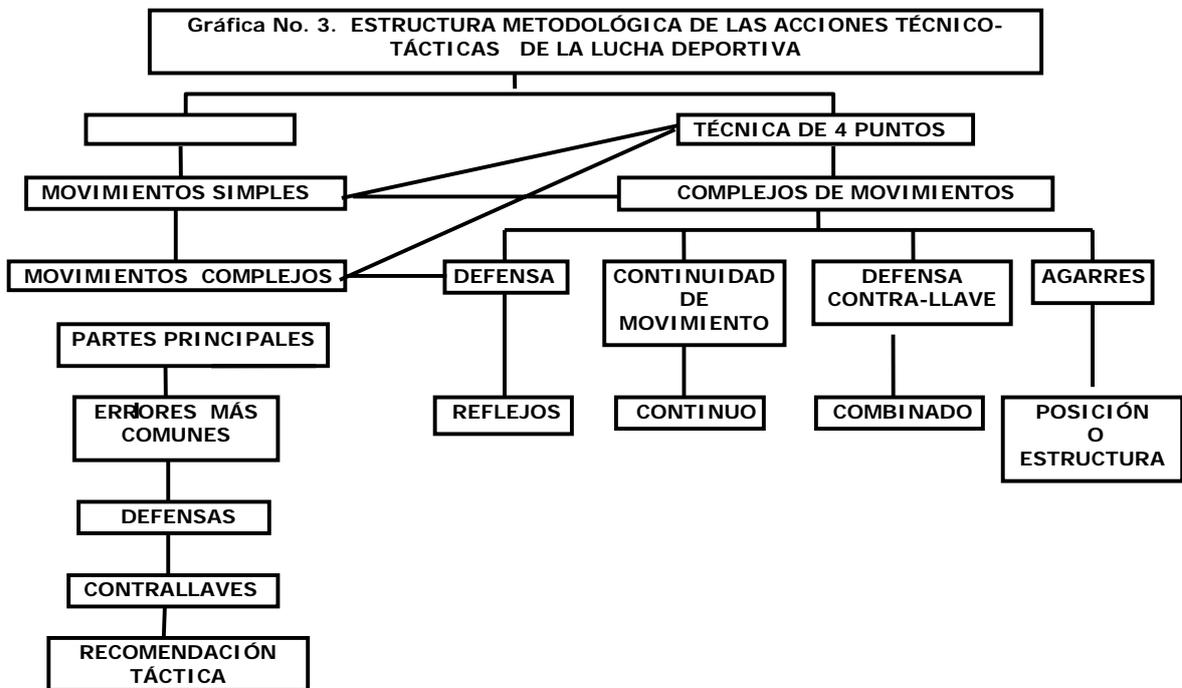
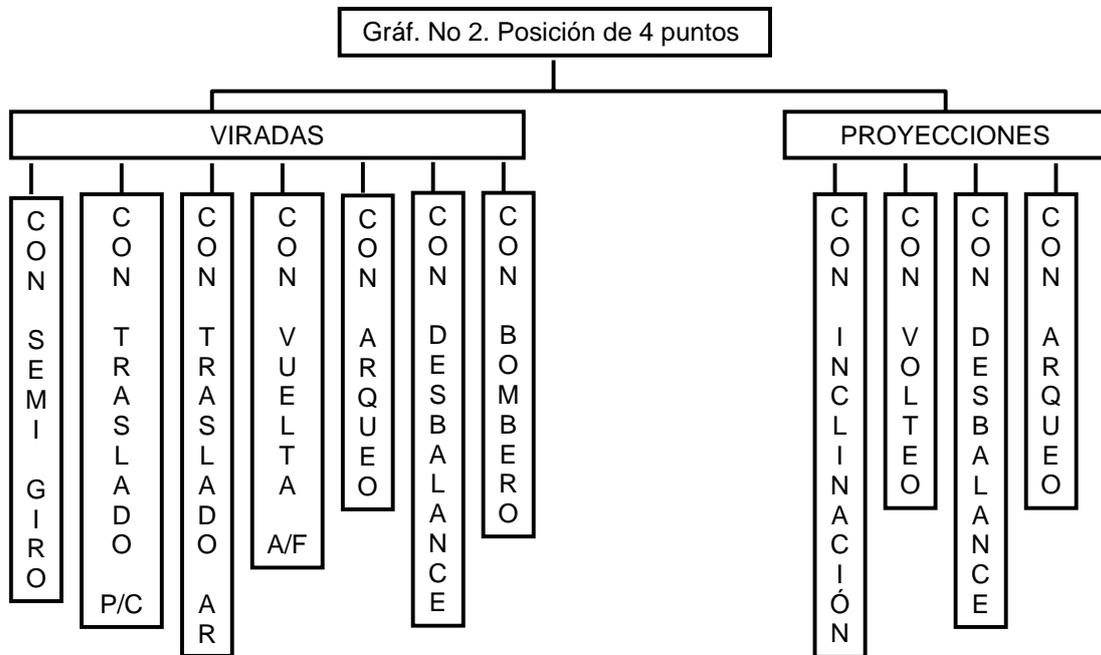


Y las técnicas de posición de 4 puntos las considera según se aprecia en el gráfico No. 2. Como se puede apreciar, se expone una clasificación eminentemente técnica de las llaves de la lucha desde la posición de pie y de cuatro puntos en las que no se aprecia el tratamiento de las acciones de defensa por lo que el componente táctico de las acciones de respuesta queda totalmente limitado.

De la misma forma el autor realiza un esquema en torno a la estructura metodológica sobre las acciones técnico – tácticas las cuales se exponen en la gráfica No. 3.

En torno a ello, se puede valorar que la estructuración realizada no permite concebir un orden metodológico del proceso, por ejemplo en las técnicas de pie se mezclan la estructura metodológica en un inicio con las cuestiones técnicas. Por otra parte, en

las técnicas de 4 puntos se ignoran movimientos y sin embargo se incorporan otros como los complejos de movimientos que no se toman en cuenta en las técnicas de pie.



En este tratamiento el autor plantea que: la secuencia de estudio de las acciones técnicas en la lucha pueden ser diferentes y que en la actualidad se aceptan tres métodos fundamentales en la secuencia de estudio y perfeccionamiento: El método Concéntrico, el método Lineal, y el método de los Complejos Técnico-Tácticos.

En el estudio concéntrico, se comienza por estudiar todas las primeras acciones de cada subgrupo; después todas las segundas acciones técnicas de cada subgrupo, etc. Por ejemplo en el primer ciclo se estudian todas las primeras acciones técnicas de cada subgrupo, en el segundo, todas las segundas acciones técnicas de estos mismos grupos, etc.

En la organización lineal del estudio, los alumnos aprenden primero todas las acciones técnicas de un subgrupo; después todas las acciones técnicas del segundo subgrupo, etc. En relación con ello se considera señalar que en ambos métodos el autor se refiere más al orden de aparición de las acciones que a la relación que debe establecer el método dentro del proceso en si. Y más tarde se refiere a que el estudio concéntrico de las acciones técnicas se lleva a cabo en el proceso de enseñanza aprendizaje de los educandos y el lineal en los seminarios, cursos, etc, de entrenadores, cuestión esta última que no define claramente los objetivos para los cuales son empleados los métodos como componentes del proceso pedagógico de enseñanza aprendizaje.

Se aprecia que este autor desarrolla su concepción en un enfoque técnico de la enseñanza al brindarle una total importancia a los aspectos técnicos del proceso y tratar los tácticos en un segundo plano, al referirse a:

- Que en el transcurso del desarrollo del proceso del estudio-entrenamiento de la lucha, para las acciones técnico-tácticas es de vital importancia y obligatoriedad plantear específicamente las partes principales, la corrección sistemática de los errores más comunes y eliminar los defectos en la ejecución de los mismos. Expresa la concepción técnico – táctica sin embargo no es consecuente con la misma.
- Las acciones técnicas hay que demostrarlas correctamente con los métodos y medios más indicados e idóneos de acuerdo a las características y condiciones

de los educandos, plantear exacta, claramente las partes principales, señalar los errores más comunes en su ejecución de lo contrario se aprenden y se reflejan hábitos incorrectos.

- Anteriormente hemos planteados los aspectos fundamentales de las acciones técnicas; seguidamente se fundamentarán aspectos necesarios de las acciones tácticas, cuestión que entendemos fundamental por lo planteado con anterioridad de que el luchador debe desarrollar conjuntamente las acciones técnicas y las acciones tácticas ya que las mismas están intrínsecamente ligadas.
- El método de los complejos técnico-tácticos, se utiliza fundamentalmente para el perfeccionamiento técnico-táctico en los atletas de alto rendimiento.
- En el proceso de la lucha al atleta le resulta muy difícil saber crear o encontrar en una situación compleja los momentos favorables (la situación dinámica adecuada) y rápidamente aplicar la acción técnica requerida. Por ello, el perfeccionamiento de las acciones técnicas se hace más efectivo sobre la base de los métodos que disminuyan el tiempo de búsqueda del momento propicio para la aplicación de una llave o para el ataque. Se considera que si por una parte el autor señala la dificultad de encontrar la situación compleja entonces por otra la resuelve aplicando el perfeccionamiento de las acciones técnicas y no su aplicación en condiciones del combate.⁴

La definición que se emplea en los textos estudiados establece los principales movimientos técnicos de la lucha según como sigue:

- | | | |
|------------------------|---------------------------|-----------------------------------|
| • Llave. | • Derribes. | • Proyecciones. |
| • Empujones. | • Halón. | • Sumersión. |
| • Giro. | • Switch. | • Inclinación. |
| • Bombero. | • Volteo. | • Arqueo. Atrás. Al lado y abajo. |
| • Torción. | • Viradas. | • Semigiro. |
| • Traslado por arriba. | • Traslado por la cabeza. | • Vuelta al frente. |
| • Arqueo. | • Desbalance. | • Universal. |
| • Proyecciones. | • Inclinación. | • Volteo. |

⁴ González Catalá, Silvio. A y Cañedo Carreras, I. Técnicas de la lucha deportiva. Formato digital. s/f.

Así mismo, se estudia la técnica siguiendo un esquema metodológico general:

- 1. Terminología exacta de la acción técnica.**
- 2. Información teórica general de los rasgos característicos de la acción técnica.**
- 3. Demostración general de la acción técnica por ambos lados, en el lugar y en movimiento. demostración destinada a completar la imagen motriz.**
- 4. Demostración de las diferentes fases de la técnica y formulación exacta de las tareas concretas a desarrollar.**
- 5. Ejecución de las diferentes fases de la acción técnica por los atletas, sobre el terreno y por ambos lados.**
- 6. Repetición de la ejecución de la técnica sobre el terreno y en movimiento, con muñecos, adversarios, sin resistencia y después con aparición progresiva de esta última.**
- 7. Demostración de los diferentes controles y de algunos elementos de la preparación táctica, sobre el mismo lugar y en movimiento.**
- 8. Repetición de las variantes, en el lugar y en movimiento, con muñeco o con el contrario, sin resistencia y después con aumento progresivo de esta última.**
- 9. Perfeccionamiento de las técnicas bajo su forma de elementos de uno o varios complejos técnico-tácticos.**
- 10. Perfeccionamiento de las técnicas por medio de topes de estudio-entrenamiento, entrenamientos y de competencias.**

Como se puede apreciar en la definición empleada no se distinguen las diferencias entre unos y otros tipos de acciones en el ataque o la defensa, sin embargo el combate de lucha se caracteriza por esa concepción.

3. Concepciones generales del proceso pedagógico en torno a la preparación técnico – táctica.

Desde una perspectiva metodológica con referencias en la praxiología motriz, se considera que los parámetros o dimensiones para el análisis de la estructura o lógica interna de los deportes son los siguientes:

- La gestualidad o técnica.
- Las reglas
- El espacio
- El tiempo
- La comunicación motriz
- La estrategia motriz

Partiendo del criterio de que la estrategia motriz es la función resultante de la interacción de resto de los parámetros, los rasgos caracterizadores de cada uno de ellos los podemos resumir tal como sigue:

La gestualidad o técnica se definen como las acciones motoras que el individuo debe realizar para hacer operativo en la praxis la conducta motriz deseada. Dichas técnicas suelen ser específicas de cada deporte en particular según refieren Hernández j. y Jiménez, F. (2000).⁵

Estos autores señalan algo que se considera de gran importancia en relación con que en los deportes de oposición los roles que puede asumir el participante son dos, ambos diferenciados, contrapuestos y mutuamente excluyentes.

- *Atacante*
- *Defensor*

⁵ Los contenidos deportivos en la educación física escolar desde la praxiología motriz (I) Prof. Dr. José Hernández Moreno, prof. Francisco Jiménez Jiménez [Lecturas: Educación Física y Deportes.](http://www.efdeportes.com/revista_digital)
http://www.efdeportes.com/revista_digital | Buenos Aires | Año 5 - N° 19 - Marzo 2000

De ahí que consideramos adecuado valorar los contenidos del entrenamiento del luchador desde estos dos roles en la actividad competitiva por cuanto cuando uno ataca el otro defiende y viceversa.

Los subroles existentes en los deportes de oposición están en función de las características de cada deporte en particular y sus características. Algunos ejemplos de subroles de este deporte pueden ser:

- Trabar
- Voltear
- Agarrar
- Derribar
- Enganchar
- Levantar
- Fintar
- Empujar

Nos referimos a la secuencia que debe establecerse en los contenidos que se pretenden enseñar, para proceder de una forma correcta en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Para un tratamiento globalizado de las actividades deportivas de lucha, Amador (1993:215-216)⁶ propone las siguientes fases de relación:

a) Fase de relación con las diversas finalidades de la lucha: tocar - desequilibrar - fijar - inmovilizar - excluir al adversario de su espacio.

Aproximación Macrogrupal:

- Juegos de oposición
- Juegos de lucha

Aproximación Microgrupal:

- Juegos de oposición
- Juegos de lucha
- Actividades de lucha

⁶ Amador Ramírez, F. (1994) las luchas como sistema praxiológico. Análisis de la acción de brega en la lucha canaria. Las palmas de gran canaria. ULPGC. Tesis doctoral.

Aproximación Dual:

- Juegos de oposición
- Juegos de lucha
- Actividades de lucha

Inmovilizaciones.

- Impedir avanzar al oponente.
- Impedir al oponente incorporarse
- Impedir al oponente dar la vuelta.
- Dar la vuelta al oponente.

Desequilibrios.

- Sentados.
- De rodillas.
- En cuclillas.
- De pie.

Golpeos (tocar - esquivar).

- Pie-piernas.
- Rodilla/s
- Cintura.
- Espalda.
- Hombros.
- Cara/cabeza.
- Manos/brazos.

Fijaciones.

- De espaldas
- De frente

Proyecciones.

- Utilizando diferentes zonas de agarre.
- Hombros.
- Tronco.
- Utilizar diferentes referencias de desequilibrio.
- Tocar el suelo con la mano, rodilla, etc.

- Con cualquier parte del cuerpo

b) Fase de comprensión del comportamiento estratégico individual.

En esta fase los atletas deberán empezar a relacionar los efectos producidos por las acciones personales y las de los adversarios con las respuestas a generar en cada actividad deportiva de lucha. A modo de ejemplo, y tomando como referencia a las actividades deportivas de lucha con agarre, presentamos una propuesta de Collinet (1995:30) para la estructuración del comportamiento estratégico básico en estas actividades. Este autor plantea un algoritmo ("conjunto de operaciones elementales que permiten resolver un problema") relacionado con los principios operacionales de los deportes de lucha para vehiculizar la comprensión y asimilación por los alumnos de la lógica decisional de los deportes de combate con agarre:

Proposición de un algoritmo de deportes de lucha con agarre

¿Qué debo hacer para vencer?

- Ejercer una acción sobre mi adversario
- Utilizo la fuerza de mi adversario
- Creo una reacción en mi adversario para utilizarla.

Por otra parte, tomando como referencia los roles sociomotrices de ataque y defensa, se propondrán las diversas intenciones de actuación o subroles, primero de forma alternativa y después de forma simultánea. En esta fase, se pretende que los atletas comprendan, discriminen y vivencien las diversas opciones estratégicas y puedan organizar su motricidad en estos contenidos deportivos.

c) Fase de aprendizaje de los fundamentos técnicos:

Posición básica, técnicas elementales, encadenamientos / combinaciones de acciones. Las diversas acciones técnicas serán propuestas para su ejecución, primero de forma alternativa, donde un participante toma la iniciativa e intenta llevarla a cabo y el otro colabora, cambiando alternativamente estos papeles. En una segunda fase de la práctica se propondrán situaciones de oposición, donde los dos participantes intentarán simultáneamente aplicar esa técnica o técnicas al adversario

o encadenar determinadas respuestas defensivas o de contra a las iniciativas del adversario.

En consecuencia con esa determinación se contraponen el concepto actual sobre la organización de los contenidos del entrenamiento los cuales no reflejan en su justa medida lo que resulta de las características del combate sino que se expresan en condiciones de aparición o complejidades.

a) Los componentes del proceso pedagógico.

Para valorar en la realidad objetiva este proceso de entrenamiento que en las condiciones actuales se caracteriza por ser eminentemente pedagógico, se hace necesario recurrir a las ciencias pedagógicas, de ello valorar las definiciones para el trabajo de ese proceso que según se plantea en la Didáctica General de Klingberg (1980), el mismo se caracteriza por la constante interacción de tres componentes:

- La materia de enseñanza. Es decir el contenido de las asignaturas.
- La acción de enseñar. El proceso en el cual el maestro actúa de mediador entre el alumno y la materia de enseñanza.
- La acción de aprender. Es decir el proceso de apropiación de la materia de enseñanza por el alumno.

Para Klingberg entre los componentes del proceso de enseñanza se destacan **los objetivos de la enseñanza** los cuales constituyen los propósitos que en el orden instructivo y educativo se desean alcanzar. Otro importante componente del proceso de enseñanza lo constituye **el profesor** cuya tarea principal del profesor consiste en dirigir el proceso de aprendizaje de los alumnos. Un tercer componente lo encontramos en el sistema de aprendizaje, es decir en **el alumno**. Este resulta al mismo tiempo objeto y sujeto de la educación. **El contenido** es otro componente del proceso de enseñanza. Constituye el que enseñar, es decir, de que conocimientos deben apropiarse los estudiantes y que hábitos y habilidades tienen que desarrollar. **Los métodos** de enseñanza forman el sistema de actividades que realizan profesor y alumnos para alcanzar los objetivos de la enseñanza. Estrechamente vinculados a

los métodos están **los medios** de la enseñanza. Estos constituyen los recursos para enseñar y aprender, los cuales integran el sistema, sirven para alcanzar los objetivos. Por último **la evaluación del aprendizaje** es otro imprescindible elemento de la estructura del proceso de enseñanza. Klinberg, L., (1980).⁷

Existe una relación entre los distintos componentes citados, precisamente de la racional y armónica interrelación de estos elementos depende en gran medida el éxito del proceso de enseñanza.

Por otra parte, Fung, T (1999), coincide con la definición inicial de Klingberg al afirmar que... *en el proceso pedagógico de la enseñanza y el entrenamiento se perciben tres componentes:*

- *El aprendizaje personalizado en el estudiante o atleta.*
- *La enseñanza substantiva en el profesor o entrenador.*
- *La materia objeto de estudio o actividad deportiva.*

La autora de “La Habilidad Deportiva: su desarrollo” destaca a la vez que... *en la dinámica de desarrollo de dicho proceso surgen las categorías didácticas de: el contenido, los objetivos y los métodos* (Fung, T., 1999:7-8)⁸.

Por su parte Carlos Alvarez (1999), acerca de los componentes del proceso, destaca que... *el aprendizaje, la enseñanza y la materia de estudio constituyen los componentes del proceso docente – educativo al observarlo en sus aspectos superficiales y externos del mismo; pero señala que esa caracterización del proceso mediante estos componentes es muy simplista y reduce el papel del estudiante a un mero objeto, sin destacar lo más trascendente: que el alumno es el sujeto de su propio aprendizaje.*

Álvarez, C. coincide en afirmar que los componentes del proceso serán: el aprendizaje, la enseñanza y la materia de estudio, sobre la cual trabajan los

⁷ Klimberg, L. (1972) Introducción a la didáctica general. Ciudad de la Habana. Editorial Pueblo y Educación.

⁸ Fung, T. La habilidad deportiva: su desarrollo / Thalía Fung Goizueta. – La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1999. – 97 p.

estudiantes y el profesor. Sin embargo, un estudio más profundo del proceso le permite destacar que existen otros componentes importantes:

1. *Relacionado con la sociedad y la solución del encargo social encontramos: **El problema.***
2. *La parte de la realidad portadora del problema: **El objeto***
3. *La aspiración, el propósito, que se quiere formar en los estudiantes: **El objetivo.***
4. *Para alcanzar el objetivo el estudiante debe formar su pensamiento, cultivar sus facultades, mediante el dominio del saber, y que está presente en el objeto en que se manifiesta el problema: **El contenido***
5. *El proceso mediante el cual se debe lograr el objetivo debe tener un cierto orden, una determinada secuencia, a esa secuencia u ordenamiento del proceso se le denomina: **Método***
6. *La organización en el tiempo, en correspondencia con el contenido a asimilar y el objetivo a alcanzar; así mismo, la relación entre los estudiantes y el profesor, que viene dada por ejemplo por la cantidad de estudiantes que estarán en el aula, a estos aspectos organizativos más externos se denominan: **Forma de enseñanza.***
7. *El proceso docente-educativo se desarrolla con ayuda de algunos objetos: **Medios de enseñanza.***
8. *Las transformaciones que se lograron alcanzar en el escolar; es el producto que se obtiene del proceso: **El resultado.** (Álvarez, C. 1999:16 -17).⁹*

b) Los contenidos de la enseñanza y su estructuración.

Ya una vez definidos desde el punto de vista general los elementos concernientes a la característica pedagógica del proceso, entonces es decisivo adentrarse en sus aspectos particulares en correspondencia con el campo de acción, el contenido. En consideración con ello se valora de manera objetiva las consideraciones siguientes. El diseño de tareas motrices y el de situaciones motrices para el desarrollo de la

⁹ Álvarez C. La pedagogía como ciencia / Carlos Álvarez. – Ciudad de la Habana: En disquete. S/f. - 152 p.

acción docente en el entrenamiento deportivo, se debe hacer desde los objetivos motores y roles que prioritariamente configuren a los distintos deportes. Es decir, se propone organizar la enseñanza de los contenidos deportivos partiendo de la propuesta de Hernández y Jiménez (2000) según la intencionalidad de la conducta motriz, de manera que el individuo que aprende tenga que poner en práctica uno o más roles y subroles estratégico motrices y no en la técnica corporal, modelo de ejecución o comportamiento motor¹⁰. O sea, partir de la conducta motriz y no del comportamiento motor.

Como bien señalan Santos, P y Rodríguez L, (S/F); El contenido de la enseñanza responde a la pregunta ¿Qué enseñar? Aunque los autores se refieren a la actividad pedagógica en la adquisición de conocimientos educacionales es adecuado aceptar sus concepciones en torno al fenómeno que se estudia. En torno a este concepto se valoran los aportados por varios autores:

Jimeno Sacristán, (1982) señala que comprende todos los aprendizajes que los alumnos deben alcanzar para progresar en las direcciones que marcan los fines de la educación, en cualquier área o fuera de ellas para lo que es preciso estimular comportamientos, adquirir valores, actitudes y habilidades de pensamiento, además de conocimientos.

G. Labarrere, (1985) nos dice que es: el volumen de conocimientos proveniente de las distintas ciencias, de la técnica, el componente ideológico, cultural, las habilidades, los hábitos y métodos de trabajo que posibilitan la formación multilateral de la personalidad de los alumnos.

Por su parte C. Álvarez de Zayas, (1992) expresa que el contenido es aquella parte de la cultura que debe ser objeto de asimilación por los estudiantes en el aprendizaje, para alcanzar los objetivos propuestos y que agruparemos en un sistema de conocimientos y otro sistema de habilidades respectivamente...”

¹⁰ Los contenidos deportivos en la educación física escolar desde la praxiología motriz (I) Prof. Dr. José Hernández Moreno y Prof. Francisco Jiménez Jiménez. [Lecturas: Educación Física y Deportes | http://www.efdeportes.com/revista_digital | Buenos Aires | Año 5 - N° 19 - Marzo 2000](http://www.efdeportes.com/revista_digital)

Compartimos los criterios de los autores cuando señalan que se ha desarrollado y formalizado todo un campo teórico del conocimiento sobre los contenidos que ha permitido que las distintas teorías del aprendizaje hayan ido considerando la relevancia que tienen en todo el diseño curricular de las distintas especialidades y disciplinas, tanto en lo que son procesos de simple asimilación como de construcción de conocimientos, así como el papel que representan en la conformación de las estructuras mentales, procesamiento de la información, resolución de problemas, etc.

Además, de un mundo cambiante como el actual, en el que tanto las investigaciones científicas como el desarrollo tecnológico hacen que el currículo de nuevos contenidos y su limitada validez en el tiempo exijan una consideración distinta del trato que se les había dado en relación con los procesos de enseñanza-aprendizaje.

En la práctica educativa y se aprecia en el deporte actual, todavía muchos identifican el contenido de la enseñanza solo con el sistema de conocimientos y otros por su parte piensan que la enseñanza puede sustraerse al desarrollo vertiginoso de la ciencia y la técnica y que debe dedicarse al desarrollo de las posibilidades intelectuales, negando el valor del contenido, sin embargo, ambos aspectos han de concebirse integrados mediante una selección rigurosa del sistema de conocimientos y el uso de métodos y procedimientos que garanticen la asimilación consciente del contenido y conlleven al desarrollo de capacidades, habilidades generales y específicas que promuevan la actividad creadora y la formación de actitudes, sentimientos y cualidades positivas de la personalidad. Santos, P y Rodríguez L, (S/F).

La selección y estructuración del contenido es de gran importancia en tanto lo que determina su carácter desarrollador es la significación que adquiera para el sujeto que aprende, esta significatividad puede ser “descubierta” con la colaboración de quienes han de dirigir y/o facilitar este proceso; para lo cual han de tenerse en cuenta los saberes previos y la zona de desarrollo próximo. Esta significatividad psicológica ayuda a que el estudiante venza la resistencia.

El contenido del deporte en cada una de las categorías adapta sus peculiaridades en correspondencia con la edad y el sexo de los escolares, teniendo como principal medio el ejercicio físico.

Se comparten los criterios de Fernández y Jiménez (2000) cuando se refieren a que se entiende por contenidos deportivos, al conjunto de situaciones motrices codificadas, competitivas y regladas, competitivas e institucionalizadas.

Los contenidos deportivos en el ámbito educativo tienen un carácter de medio para la consecución de algunos de los objetivos generales y otros específicos, que se plantean en el diseño curricular del deporte. Estos globalizan diversos aspectos de la acción motriz y de la conducta motriz de los alumnos y por tanto se relacionan con los bloques de contenidos que contiene el currículo oficial en sus tres vertientes (conceptual, procedimental y actitudinal).

c) Estructuración de contenidos

Habitualmente, cuando se desarrolla un contenido deportivo se suele tomar como referencia en primer lugar los elementos técnicos que el alumnado debe aprender y como secuenciarlos. De esta manera, introducimos al alumno o alumna en un proceso continuado de aprendizaje y dominio de gestos o modelos de ejecución, sin preocuparnos mucho que comprenda la lógica interna del deporte que aprende, es decir, cuales son sus principios generales y los diferentes roles del deportista en este deporte o conductas motrices más significativas a realizar. Por ello se considera que el punto de referencia a tener en cuenta para ordenar y estructurar los contenidos técnico - tácticos individuales deben ser los diferentes roles que asume el luchador en el desarrollo del combate, dando lugar a los fundamentos técnico - tácticos individuales. Una vez que el atleta ha comprendido lo que puede hacer en cada situación del combate es cuando tiene sentido el aprendizaje técnico, entendiendo este como "el dominio de las posibilidades de movimiento que permitan la consecución de un objetivo", según plantea Antón, J. (1990:27)

Para valorar este tema asumimos también como base a la pedagogía, en este sentido se consideran muy importantes las obras de Klimberg, G. Labarrere y Carlos

M. Álvarez de Zayas se valora la ley de la relación dialéctica entre el objetivo, el contenido y el método, la cual asume un papel decisivo en la enseñanza – aprendizaje desde una perspectiva general.

Según expresa Copello, (2001) el contenido es portador de esta condición, y de igual manera, los objetivos y los métodos. Según esta concepción, las categorías objetivo, contenido y método se vinculan dialécticamente; el objetivo posee el carácter rector, pero a su vez se expresa en términos de contenido, de aquellos conocimientos y habilidades esenciales que se pretenden alcanzar en cada etapa del proceso. Es por ello, que en su carácter rector, el objetivo posee como núcleo al contenido y en consecuencia no se puede plantear un objetivo sin un análisis previo de contenido. En tanto que el estudiante hace suyo este contenido a través del método; de este modo, en su desarrollo, el método plantea, a su vez, nuevos objetivos.

El contenido es la categoría más concreta, condiciona las particularidades del método y se expresa de manera didáctica en el objetivo; por ello, las habilidades y conocimientos que forman parte del contenido le asignan una lógica al método y un cuerpo concreto al objetivo.

En consonancia con las concepciones que se persiguen en este trabajo y citando a Fung, Copello, G. considera que la habilidad y los conocimientos inherentes a ella deben ser analizados en el contexto que determina la estrategia de su enseñanza y aprendizaje.

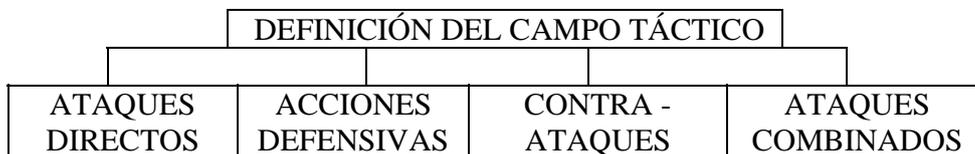
Por otra parte, el contenido que se pretende transmitir posee una determinada lógica de desarrollo y de práctica, y en consecuencia, una metodología con particularidades propias. Para obrar en correspondencia con esta afirmación, no es suficiente con dominar la materia en particular, además es necesaria una comprensión de las concepciones en las que se apoya el proceso de enseñanza – aprendizaje, así como el modo en que las ciencias afines enriquecen al objeto. En este caso resulta importante para el presente trabajo, dominar los criterios de habilidades deportivas, la estructura de las acciones y el carácter de la actividad deportiva.

El modelo que evidencia las diversas relaciones entre los componentes que forman parte del sistema de acciones de la actividad es la sistematización del contenido.

Esto es un aspecto importante para comprender de modo más profundo el objeto de enseñanza – aprendizaje, es decir, la lucha. Es por ello que el ordenamiento racional del proceso depende en gran medida de dicha sistematización.

Este proceso metodológico dirigido a la asimilación de las acciones técnico – tácticas parte de la modelación de situaciones tácticas predeterminadas que se enmarcan en un contexto dado. Sin embargo, no pueden limitarse a la solución de situaciones aisladas, sino al desarrollo de habilidades encaminadas a resolver situaciones cambiantes e inesperadas. Luego, la técnica se comporta como el recurso motor en que se apoya la táctica. Viendo la técnica como las formas de las acciones y a la táctica como la conducta que las gesta, la técnica en un momento dado podría ser muy relevante, pero la táctica es más esencial. Siendo así, al organizar y clasificar el contenido para determinar los niveles de sistematicidad de las diferentes acciones del deporte, las técnicas son también estudiadas bajo el prisma de las acciones tácticas en las cuales ellas tienen lugar. De esta forma, surge una nueva sistematización, es decir, una sistematización donde son agrupados los tipos de situaciones en los cuales se llevan a cabo las acciones que conforman el campo táctico.

Compartimos las concepciones del judo expresados por Copello (2001) cuando se refiere a que en el Judo se distinguen dos grupos fundamentales de categorías situacionales: Las ofensivas, que contemplan los ataques directos, los contra - ataques y ataques combinados y las defensivas que se comportan como contraparte de los ataques directos, en tal sentido, el autor propone la siguiente dinámica organizacional:



Organización del contenido sobre la base de la categorización situacional de las acciones tácticas.¹¹

¹¹ Copello, M. Tesis en opción al título de doctor en ciencias de la Cultura Física. Ciudad de la Habana. 2001.

Es valido la propuesta en nuestro criterio pues esta estructuración del contenido condensa no solo todo el universo de elementos técnicos, sino que lo sistematiza y permite una forma novedosa de orientación del trabajo didáctico. Además, expresa los niveles de organización de la materia y constituye una forma objetiva de estar en correspondencia con la finalidad del deporte: La efectividad de las acciones tácticas.

d) Análisis de los contenidos y sus formas según el programa de preparación del deportista vigente.

Para valorar con toda la objetividad posible la fundamentación de la propuesta se hace necesario profundizar en las características que presenta la categoría didáctica que se estudia a partir del documento rector de la lucha en el campo deportivo, nos referimos al programa de preparación del deportista.

En la categoría de 7 y 8 años se plantea que se debe tener en cuenta durante la enseñanza de los elementos técnicos lo siguiente:

- No pasar al estudio de un nuevo elemento técnico hasta tanto no haya un verdadero dominio del que se comenzó a estudiar. En este caso consideramos que se desconoce el concepto de Vigostky, solo se atiende el desarrollo de los niveles técnicos del movimiento. Por otra parte, se expresan en un orden técnicas independientes no se tiene concebido el estudio de ninguna defensa o contra-ataque de alguna acción técnica.

En la categoría de 9 y 10 años:

Se aprecia que se tiene un enfoque estrictamente técnico de la enseñanza, sin embargo en las orientaciones metodológicas se orienta que se combina la acción de ataque con la de defensa. En este caso se expresa un orden para el trabajo técnico de enseñanza que en cierta medida responde a las características pedagógicas reclamadas.

Ejecución individual del elemento por los atletas teniendo en cuenta:

1. Ejercicios de imitación.
2. Ejecución de la técnica por partes.
3. Ejecución completa con muñeco u otro medio auxiliar.

4. Ejecución completa con compañero con ayuda y sin ayuda del profesor.
5. Ejecución por ambos lados.
6. Ejecución con diferentes grados de dificultad.
7. Ejecución en condiciones de combate.

Como se aprecia el componente táctico de la acción se introduce al final del proceso de enseñanza, además se reitera la idea de no pasar al estudio de un nuevo elemento técnico hasta tanto no haya un verdadero dominio del que se comenzó a estudiar conjuntamente con su defensa.

En la categoría 11 y 12 años.

Aparecen técnicas consecutivas de estudio de empujón, virada, derribe, otra virada, y así sucesivamente. Se aprecia la introducción de los movimientos en una relación fuera del contexto real del combate o sea uno detrás del otro, no existe un fundamento científico que explique el por qué de ese orden, solo se observan diferencias en torno a los niveles por la edad del atleta y no por el conocimiento lo cual no se toma en cuenta. Generalmente las recomendaciones son técnicas.

En tal sentido, se considera que debe existir un orden, primero en el estudio del grupo de movimientos que debe aprender el luchador y después en cada uno de ellos el orden metodológico de la enseñanza mezclando la técnica del movimiento con la táctica en el mismo proceso de aprendizaje.

En las técnicas se tiene en cuenta las recomendaciones tácticas para algunas de estas acciones. En la posición de cuatro puntos se menciona en algunas técnicas las recomendaciones tácticas. No existe una metodología para la táctica.

En la categoría 13 y 14 años.

Se aprecian similares características del tratamiento de los contenidos ya planteados con anterioridad o seay algunos intentos de revertir las insuficiencias ya expresadas pues se observa el estudio de los movimientos técnicos solo que en un orden arbitrario, uno detrás del otro pero con la defensa y el contraataque y recomendaciones lo cual en sentido general no deja de ser positivo, sin embargo en

las técnicas del contraataque no se aprecia el movimiento de ataque para lograr el punto o la pegada.

En torno a la vinculación con la táctica no existe una metodología para la misma, generalmente se limita a la realización de recomendaciones tácticas en la enseñanza.

Categoría 15 y 17 años.

Las consideraciones que se realizan acerca de este estudio mantienen similares características de las ya valoradas en la categoría anterior.

En conclusiones el tratamiento de los contenidos y métodos para el desarrollo del proceso de entrenamiento alcanzan las siguientes consideraciones:

En los programas de preparación del deportista en materia de contenidos para el entrenamiento no existe una estructuración clasificada de los mismos que corresponda en la realidad objetiva con las características del combate, estos programas solo enuncian consecutivamente el nombre de las técnicas o llaves a enseñar, destacando en ello en algunos casos su movimiento de defensa, tal enunciado no evidencia la existencia de una organización metodológica de los contenidos del entrenamiento lo cual puede crear insuficiencias en la planificación del proceso de entrenamiento

De forma general en las orientaciones para la enseñanza y perfeccionamiento de las acciones técnicas no se observa que exista una vinculación entre la técnica y la táctica, además se intenta presentar una metodología que a nuestro juicio no logra con precisión en toda su magnitud definir sus objetivos, contenidos, tareas, medios y formas de evaluación de la preparación técnico-táctica.

De lo antes expuesto se difiere con una concepción general enmarcada en lo siguiente:

- Predominio del desarrollo técnico sobre lo táctico.
- Marcada diferencia ente la preparación técnica-táctica.

- Insuficiencia de los objetivos, contenidos y formas de evaluación del componente táctico.
- Insuficiencia metodológica en el aprendizaje técnico-táctico.

CAPÍTULO 2.

LA ESTRUCTURACIÓN DE LOS CONTENIDOS PROPUESTOS Y SU METODOLOGÍA INVESTIGATIVA.

2.1 Metodología investigativa aplicada para alcanzar la propuesta.

La labor metodológica en torno al logro de la propuesta se realizó desde una concepción teórica para el estudio de la categoría contenido dentro de la pedagogía moderna. Para ello se emplearon los siguientes métodos del **nivel teórico**:

- Histórico – lógico.
- Analítico - sintético.
- Hipotético – deductivo.
- Enfoque de sistema.

Del **nivel empírico** fueron utilizados los siguientes:

- Estudio documental.
- La encuesta.
- El criterio de especialistas.

2.2. Las etapas investigativas para el logro de la propuesta de estructuración de los contenidos.

En el análisis y evaluaciones de las experiencias referidas a la estructuración de los contenidos de la preparación técnico – táctica de los luchadores se utilizó un enfoque de investigación con carácter participativo y de acción transformación, teniendo en cuenta que el objeto de estudio es un fenómeno complejo que debe ser estudiado en la realidad contextual, valorando sus carencias, necesidades y aspiraciones para lograr imprimirle sentido y pertinencia social. Como resultado de ello, el autor principal se mantuvo permanentemente en el proceso de investigación aplicando los resultados alcanzados y modificando con ello el objeto investigado referente a la categoría contenido en el proceso de preparación técnico – táctica de los luchadores.

Esta investigación se desarrolló en tres etapas que fueron las siguientes:

a) Etapa de Diagnóstico de la situación actual

Durante el desarrollo de la misma el empleo del método Histórico – lógico permitió valorar el tratamiento del tema que se investiga, lo que permitió definir que los fundamentos teóricos existentes en torno a tema objeto de estudio y en especial lo referente a los componentes técnico – tácticos del entrenamiento de los luchadores, carece de actualización. En tal sentido, se aprecia que las concepciones empleadas por los entrenadores para el entrenamiento de la lucha no han sufrido transformaciones durante muchos años por lo que no se puede definir si las mismas están en correspondencia con las concepciones actuales de los enfoques psicopedagógicos del entrenamiento. En la explicación que más abajo se realiza se puede apreciar tales definiciones.

En esta etapa se utilizó el método del Estudio documental, que fue de gran aplicación pues a través de él, el investigador pudo realizar un estudio profundo de todo lo que existe en materia de documentos bibliográficos, programas, planes de entrenamiento, normativas y recomendaciones metodológicas, entre otros.

Al mismo tiempo se empleó el criterio de especialistas los cuales fueron seleccionados a partir de los siguientes requisitos:

- Ser graduado universitario.
- Más de 20 años de experiencia en el deporte.
- Prestigio personal en la actividad específica.
- Demostrados conocimientos en este deporte.
- Obtención de altos resultados en su labor profesional.

Para la labor con estos especialistas nos apoyamos en el método de la Encuesta para realizar una valoración en el propio escenario en torno a la búsqueda de la información necesaria para diagnosticar el nivel de profundidad que en la práctica existe sobre la estructuración de los contenidos que utilizan los entrenadores para realizar sus planes de entrenamiento. Tales indagaciones permitieron determinar que existen algunas contradicciones de lo que en materia bibliográfica aparece y

lo que en la realidad práctica realizan los entrenadores pues, a pesar de que la forma en la que plasman el tratamiento de los contenidos no alcanza las concepciones que sugerimos, se aprecia un avance positivo entre lo que aparece en los textos y los documentos de planificación.

En el anexo No. 2, se aprecia que en la pregunta No. 1 la gran mayoría de los especialistas consideran la necesidad de modificar la situación actual que presenta la estructura de los contenidos del entrenamiento de la lucha deportiva, al responder algunos con consideraciones aceptables pero la mayoría entre poco y nada aceptable. Los resultados alcanzados durante el estudio se reflejan de la siguiente manera:

En la revisión de la bibliografía clásica que se emplea en nuestro país tal como el libro de texto denominado Técnicas de la Lucha de Silvio González y Cañedo así como el de Lucha Clásica de A. G. Mazur, 2da edición del original 1972 y reimpresso en Cuba en 1985, no existe una concepción sistémica relacionada con la estructuración de los contenidos que permita la lógica organización de los mismos para el proceso de entrenamiento.

El primero expone una clasificación eminentemente técnica de las llaves de la lucha desde la posición de pie y de cuatro puntos en las que no se aprecia el tratamiento de las acciones de defensa.

Por su parte A. G. Mazur (1985) se limita a la explicación de cada una de las técnicas de manera independiente sin una definición declarada y ordenada de las mismas.

De igual manera, en los documentos normativos existentes en Cuba, tales como los Planes y Programas de Lucha libre y grecorromana para las áreas deportivas masivas, áreas deportivas especiales y escuelas de iniciación deportivas Escolar (EIDE) de los años 1981, 1984, 1988, 1996 y 2005. Así también los Programas de la Asignatura de Lucha deportiva del Instituto Superior de Cultura Física (Planes de estudio B, C y D), se aprecia, entre otros aspectos, que los contenidos no se exponen organizadamente en correspondencia con las características de proceso pedagógico fundamentado en una concepción técnico – táctica del entrenamiento

deportivo para el proceso de enseñanza aprendizaje, lo mismo sucede con sus indicaciones y metodologías. A continuación se relacionan un grupo de insuficiencias:

- Una clasificación de los contenidos totalmente dirigida a los aspectos de la técnica que no reconoce la relación existente entre los movimientos de ataque y de defensa.
- Predominio del desarrollo en la preparación técnica sobre la táctica.
- Insuficiencias metodológicas en la estructuración del proceso de enseñanza - aprendizaje de la técnica y la táctica.

En los programas se aprecia:

- En las edades de 7 hasta 10 años no se contempla el desarrollo potencial que existe entre los atletas pues hay indicaciones que reglamentan eso. Así mismo el enfoque del aprendizaje va dirigido al desarrollo técnico del movimiento excluyendo la enseñanza de las defensas y contraataques en las edades de 7 y 8 años sin brindar un fundamento.
- En los restantes programas hasta 16 años se mantiene el mismo enfoque técnico de la enseñanza a pesar de que se divide el proceso en estudio y consolidación del fundamento técnico.
- Solo los programas contemplan el contenido a desarrollar con una lista consecutiva de las técnicas con ataques, defensas y contraataque de manera individual como el único elemento del mismo lo cual viola la integración de los componentes en el entrenamiento.

Desde un concepto de proceso pedagógico, este deporte requiere una organización adecuada del entrenamiento donde se generen los procesos de la enseñanza y el perfeccionamiento y en el cual se combinen los movimientos de ataques con los de defensas en un orden metodológicamente estructurado.

b) Etapa de Acercamiento a la propuesta de estructuración de los contenidos

Esta etapa sirvió de actividad intermedia entre los resultados que se iban alcanzando y la construcción de la propuesta definitiva. En ella se emplearon los métodos Analítico – sintético, Hipotético – deductivo, el Enfoque de sistema y el Criterio de especialistas.

El método analítico - sintético se empleó para determinar desde el punto de vista cognoscitivo, el estudio de cómo debía ser estructurado el contenido de la lucha deportiva. Para ello, y tomando como concepción la de que el contenido debe estar en correspondencia con las características del combate, se partió de la descomposición del mismo en los principales elementos que lo conforman, o sea, las acciones de ataque, defensa y contraataque así como las combinaciones que se emplean, para determinar sus particularidades, y posterior a ello, mediante la síntesis integrarlos en un sistema u subsistemas para lo cual jugó su rol el método del enfoque de sistema.

De la misma forma, en este proceso se combina el uso del método Inductivo – deductivo. Desde lo inductivo se fue de lo particular a lo general, o sea, de los contenidos particulares del combate de lucha a la estructuración en forma de sistema y subsistemas del combate en general. Y en lo deductivo, cuando se posibilita establecer generalizaciones con el movimiento de lo general a lo particular o sea del combate en un todo a lo particular en el contenido de un ejercicio o secuencia de movimientos de ataque-defensa-contraataque.

Durante esta etapa y en la misma medida que se fue realizando consideraciones y tomando conciencia de resultados parciales en torno a las necesidades de modificaciones se comenzó, por medio del método de enfoque se sistemas, a realizar nuevas estructuraciones de los contenidos, lo cual al mismo tiempo se fue sometiendo al criterio de los 11 especialistas seleccionados, para alcanzar un acercamiento a la propuesta que más adelante se expone, utilizando para ello la encuesta la cual puede ser apreciada en el anexo No. 2.

c) Etapa de consecución de la propuesta y valoración de la misma.

Finalmente, y como resultado de la interrelación entre los métodos empleados se logró exponer a los especialistas una propuesta que, una vez sometida a su criterio, los mismos la consideraron positiva en cada una de sus partes en un elevado por ciento que se aprecia en el anexo No. 2. Esta etapa define categóricamente cual deberá ser tanto la estructura de los contenidos como la concepción pedagógica que posibilita llevarla a vías de hecho, o sea, ponerla en la práctica sistemática. Los resultados de esta etapa investigativa lo apreciamos en el siguiente acápite.

2.3. Concepción pedagógica en torno a la estructuración de los contenidos.

La ciencia pedagógica proporciona al entrenamiento deportivo un conjunto de conocimientos que puestos en sus manos le permiten construir y establecer las conveniencias sobre los intereses y conocimientos de las conductas motrices que pretenda transmitir a sus atletas, de ahí que, la posibilidad de diferenciar a las actividades físicas, unas de otras, de acuerdo con su estructura y el atleta, son elementos fundamentales para proceder adecuadamente en la labor docente del entrenamiento deportivo. Esta actividad precisa del conocimiento detallado de las acciones motrices y de las relaciones entre estas y los alumnos/atletas.

En ese sentido, y para poder avanzar en los términos de estructuras de contenidos del entrenamiento, se hace necesario modificar criterios obsoletos y abandonar la concepción de la lógica cuantitativa para aproximarnos a la cualitativa, o sea, sustituir la aproximación en términos mecanicistas y de fuerzas por otra en términos de lógica estructural.

Tal basamento se define tomando en consideración que el ser humano, como ser inteligente que es, está comprometido en un mundo de sentidos o significaciones, que son las que en última instancia caracterizan a la persona actuando en relación con el medio.

Se debe llegar a la conclusión de que en el entrenamiento de la actividad física y deportiva actual es necesario hacer una transformación radical de la gran mayoría de los conceptos empleados, de manera que en materia de preparación técnico-táctica se acepte que no se enseñan tareas independientes, gestos técnicos, fragmentos de habilidades o montajes comportamentales, sino estructuras en términos de acciones técnico – tácticas vinculadas a la realidad competitiva, incluso reglas o principios organizadores de los movimientos en correspondencia directa con la misma, de ahí que se determina sustituir el término movimientos técnicos por movimientos técnico – tácticos, tomando en consideración que la existencia del gesto debe ir acompañada de la decisión táctica.

Con el objetivo de realizar el análisis y tratamiento didáctico de cualquier contenido deportivo se debe conocer previamente la naturaleza del mismo mediante el estudio de su estructura funcional o lógica interna, en el caso que nos ocupa nos referimos a las características del combate, o sea a la relación entre las acciones de ataque, defensa y contraataque en la edad o categoría de que se trate. Esto nos permitirá un desarrollo coherente de los contenidos con relación a la lógica interna de la actividad deportiva y a sus principios de acción fundamentales.

En conclusiones, el entrenamiento de la actividad práctica deberá estar en correspondencia con las características de la competencia, nos referimos a la modelación de los contenidos del entrenamiento, la acción de cómo se compite, todo ello en correspondencia con:

- La edad o categoría.
- La experiencia deportiva.
- El momento en el macrociclo de entrenamiento.
- Las características de la carga que se haya establecido, entre otros.

Es por ello que se considera de gran importancia en la lucha deportiva los roles que asumen los atletas, que en la realidad ambos son diferenciados, contrapuestos y mutuamente excluyentes.

- Atacante

- Defensor

De ahí que, el contenido del entrenamiento se debe analizar y aplicar desde estos dos roles en la actividad competitiva porque la posibilidad real nos dice que cuando un luchador ataca el otro defiende y contraataca o viceversa, se forma un sistema de movimientos montados en secuencias de acciones que caracterizan el combate del luchador, tanto desde la posición de pie como en cuatro puntos.

En consecuencia con esa determinación se contraponen el concepto actual sobre la organización de los contenidos del entrenamiento los cuales no reflejan en cierta medida lo que resulta de las características del combate sino que se expresan en condiciones de orden de aparición condicionada por las concepciones del entrenador o por los niveles de complejidad que se considere.

En conclusiones, en criterio de este autor y basado en las concepciones de Vigostki, Navelo, R. (2001) y otros no son adecuadas las orientaciones que se señalan en algunas recomendaciones de los programas actuales de la lucha deportiva y cito: “no pasar al estudio de un nuevo elemento técnico hasta tanto no haya un verdadero dominio del que se comenzó a estudiar”, fin de la cita, tal orientación establece un estancamiento en el proceso de desarrollo, por lo que se considera que se debe organizar el entrenamiento en los diferentes mesociclos establecidos tomando en consideración el desarrollo de los fundamentos técnico - tácticos individuales por bloques temáticos, atendiendo a los roles sociomotores del luchador, proponiendo situaciones pedagógicas contextualizadas donde el objetivo de referencia sea algunas de las posibles intenciones del combate. De esta manera, se facilita la comprensión de la funcionalidad de las acciones motrices que se ejecutan.

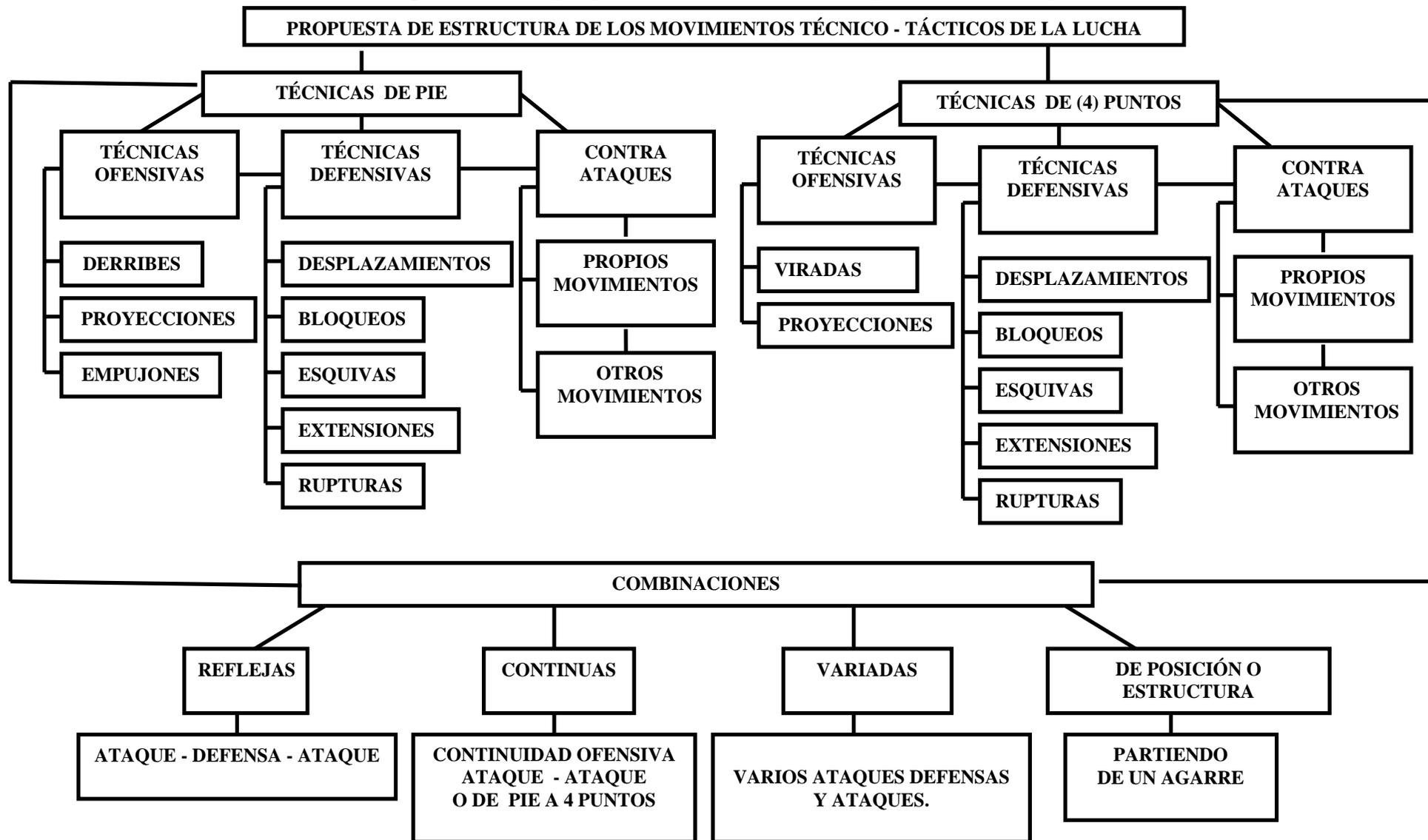
En este proceso de aprendizaje, podemos integrar simultáneamente diversos objetivos de referencia para los luchadores que intervienen en la situación, según el rol que asuman (atacante o defensor) en cada momento, o bien favorecer el desarrollo de las intenciones del combate relacionadas con un rol, limitando el comportamiento de los luchadores que asumen, en esa situación, otro determinado rol, es decir, situaciones donde se limite o dificulte la actuación de los atacantes en favor de los defensores, o viceversa, lo cual posibilitará el desarrollo del pensamiento

táctico de atacar con movimientos engañosos para ese rol, y de anticiparse a las acciones del atacante para defenderse en el rol de defensor.

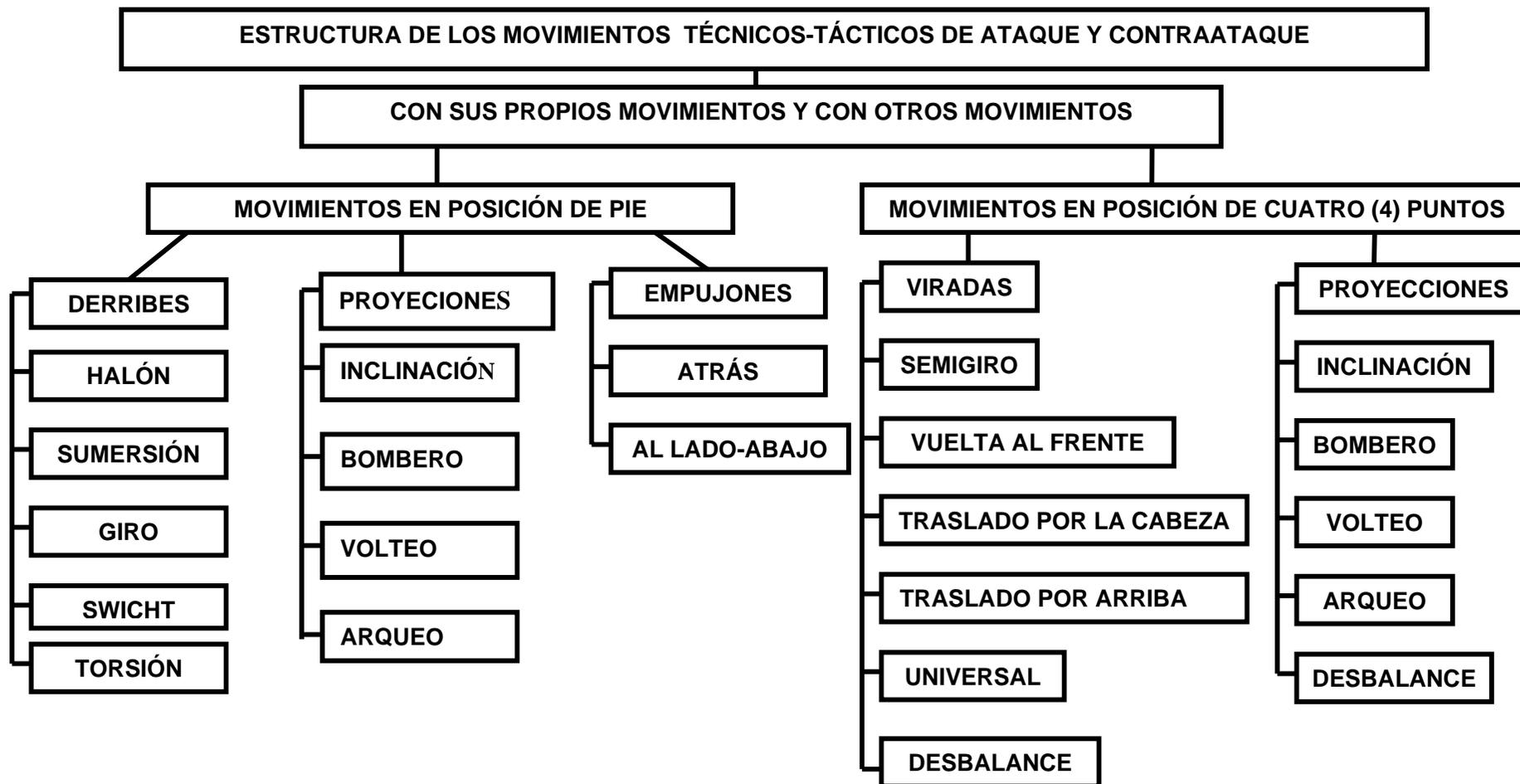
Solo una vez asegurada la comprensión de lo que se hace, tiene sentido la mejora de las acciones motrices y modelos técnicos correspondientes, siempre en situaciones cambiantes.

A continuación se expone la estructuración de la propuesta desde un sistema general y subsistemas específicos de contenidos del combate.

Gráfica No. 1. Estructura general de la propuesta de los contenidos para la lucha deportiva



Gráfica No. 2. Estructura específica de la propuesta de los contenidos de ataque y contraataque para la lucha deportiva



Gráfica No. 3. Estructura específica de la propuesta de los contenidos de defensa en la posición de pie para la lucha deportiva



Gráfica No. 4. Estructura específica de la propuesta de los contenidos de defensa en la posición de cuatro (4) puntos para la lucha deportiva



La Estructura de los movimientos técnico – tácticos en la lucha Deportiva
que se ilustró en las gráficas No. 1, 2, 3 Y 4, desde el punto de vista teórico se concibe de la siguiente manera:

Gráfica No. 1.

Clasificación de los movimientos técnico - tácticos de la lucha deportiva. Esta estructura se divide en Técnicas de la lucha de pie y Técnicas de la lucha en cuatro puntos, los que a su vez se subdividen en técnicas ofensivas, defensivas y los contraataques.

1. **Técnicas de la lucha en posición de pie:** Son movimientos técnico – tácticos utilizados desde la posición de pie.
 - a) **Técnica ofensiva:** son movimientos técnico - tácticos utilizados para atacar al contrario, entre ellos se encuentran:
 - **Derribes:** Grupos de movimientos técnico - tácticos desde la posición de pie que para su cumplimiento el ejecutante lleva a su oponente desde la posición de pie a la de cuatro puntos sin despegarlo del colchón trayéndolo hacia sí.
 - **Proyecciones:** Grupos de movimientos técnico - tácticos desde la posición de pie que para su cumplimiento el ejecutante lleva a su oponente desde la posición de pie a la de cuatro puntos despegándolo del colchón y describiendo una parábola con su cuerpo cayendo en la posición de peligro.
 - **Empujones:** Grupos de movimientos técnico - tácticos desde la posición de pie que para su cumplimiento el ejecutante lleva a su oponente desde la posición de pie a la de cuatro puntos sin despegarlo del colchón, empujándolo y cayendo en la posición de peligro.
 - b) **Técnica defensiva:** Son movimientos técnico - tácticos utilizados por el luchador para neutralizar las ofensivas del contrario, entre ellos se encuentran:
 - **Desplazamientos:** Acciones que realiza el luchador para cambiar su posición en colchón y para neutralizar las acciones ofensivas del contrario.

- **Bloqueos:** Obstaculizar, asediar, inmovilizar algunas partes del cuerpo del contrario para impedirle realizar acciones ofensivas.
 - **Esquivas:** Evitar, rehusar, retirarse del ataque del contrario.
 - **Extensiones:** Acción de extender (dar a una cosa más alcance para ocupar cierta posición) una parte del cuerpo para evitar determinadas acciones ofensivas del contrario.
 - **Rupturas:** Rompimiento de los agarres del contrario para evadir acciones ofensivas del contrario.
- c) **Contraataques:** Son movimientos técnico - tácticos utilizados por el luchador para pasar a la ofensiva después de ejecutar acciones defensivas:
- **Propio Movimiento:** Es cuando el luchador utiliza para contraatacar el mismo movimiento con que es atacado.
 - **Otros movimientos:** Es cuando el luchador utiliza para contraatacar movimientos técnico - tácticos diferentes al que utilizó el contrario a la ofensiva.
2. **Técnica de la lucha en posición de cuatro (4) puntos:** Son movimientos técnico - tácticos utilizados en la posición de tierra o cuatro puntos de apoyo en el colchón (El luchador apoya las rodillas y las manos en el colchón)
- a) **Técnica ofensiva en posición de cuatro (4) puntos:** Son movimientos técnico - tácticos utilizados para atacar al contrario desde la posición de tierra.
- **Viradas:** Grupos de movimientos técnico - tácticos de la posición de cuatro (4) puntos que para su cumplimiento el ejecutante le vira el cuerpo de su oponente para llevarlo a la posición de peligro rompiendo el ángulo de 90 grados de su espalda con relación al colchón, sin despegarlo del colchón.
 - **Proyecciones:** Grupos de movimientos técnico - tácticos desde la posición de cuatro (4) puntos que para su cumplimiento el ejecutante

despega al oponente del colchón levantándolo y describiendo una parábola con su cuerpo, cayendo o pasando por la posición de peligro.

b) **Técnicas defensiva en posición de cuatro (4) puntos:** Son movimientos técnico - tácticos utilizados por el luchador para neutralizar las ofensivas del contrario.

- **Desplazamientos:** Acciones que realiza el luchador para cambiar su posición en colchón y para neutralizar las acciones ofensivas del contrario.
- **Bloqueos:** Obstaculizar, asediar, inmovilizar algunas partes del cuerpo del contrario para impedirle realizar acciones ofensivas.
- **Esquivas:** Evitar, rehusar, retirarse del ataque del contrario.
- **Extensiones:** Acción de extender (dar a una cosa más alcance para ocupar cierta posición) una parte del cuerpo para evitar determinadas acciones ofensivas del contrario.
- **Rupturas:** Rompimiento de los agarres del contrario para evadir acciones ofensivas del contrario.

c) **Técnica de contraataques en posición de cuatro (4) puntos:** Son movimientos técnico - tácticos utilizados por el luchador para pasar a la ofensiva después de ejecutar acciones defensivas.

- **Propio Movimiento:** Es cuando el luchador utiliza para contraatacar el mismo movimiento con que es atacado.
- **Otros movimientos:** Es cuando el luchador utiliza para contraatacar movimientos técnico - tácticos diferentes al que utilizó el contrario a la ofensiva.

3. Las Combinaciones, se refiere a la unión de dos o más movimientos técnico - tácticos en la lucha deportiva y son las siguientes:

a) **Combinaciones reflejas:** Son los que se conforman según las acciones de réplicas determinadas del adversario, después de efectuarles un ataque verdadero o falso. La mayoría de las veces la resistencia ejercida contra la primera acción técnica descubre posibilidades potenciales para

la aplicación de otra acción técnica. Determinadas por una acción de ataque - defensa - ataque.

- b) **Combinaciones Continuas:** Acciones ofensivas continuas en la posición de pie - de pie, de pie a cuatro (4) puntos y en cuatro (4) puntos sin que medie una defensa (ataque – ataque).
- c) **Combinaciones variadas:** Son los que se forman con la aplicación de varias acciones técnicas, reflejas, continuas o de posición o estructura. Se recomienda utilizar de cuatro (4) a siete (7) movimientos técnico - tácticos.
- d) **Combinaciones de posición o estructura:** Ejecutar varias acciones técnicas a partir de un agarre inicial, de pie o en cuatro (4) puntos.

Gráfica No. 2.

Estructura de los movimientos técnico - tácticos de ataque y contraataque de pie y cuatro (4) puntos.

Como ya se ha planteado estos movimientos técnico – tácticos se pueden realizar con el propio movimiento del atacante y con otros movimientos, y se dividen en:

1. **Técnica de la lucha en posición de pie:** Son movimientos técnico - tácticos utilizados de la posición de pie.
 - a) **Derribes:** Grupos de llaves desde la posición de pie que para su cumplimiento el ejecutante lleva a su oponente desde esa posición a la de cuatro puntos, sin despegarlo del colchón y trayéndolo hacia si.
 - **Halón:** Subgrupo de movimientos técnico - tácticos desde la posición de pie que para su cumplimiento el ejecutante hala a su oponente hacia si, hacia abajo, hacia el lado, al frente o cambiando estas direcciones sin despegarlo del colchón llevándolo a la posición de 4 puntos.
 - **Sumersión:** Subgrupo de movimientos técnico - tácticos desde la posición de pie que para su cumplimiento el ejecutante se introduce o pasa por debajo de la axila del contrario o su brazo, sin despegarlo del colchón llevándolo a la posición de 4 puntos.
 - **Giro:** Subgrupo de movimientos técnico - tácticos desde la posición de pie que para su cumplimiento el ejecutante realiza un giro del cuerpo al rededor del agarre realizado a su oponente sin despegarlo del colchón llevándolo a la posición de 4 puntos.

- **Switch:** Subgrupo de movimientos técnico - tácticos desde la posición de pie que para su cumplimiento el ejecutante realiza una palanca sobre el brazo del oponente agarrando el muslo o el tronco sin despegarlo del colchón llevándolo a la posición de 4 puntos.
 - **Torsión:** Subgrupo de movimientos técnico - tácticos desde la posición de pie que para su cumplimiento el ejecutante con el agarre determinado realiza una semejanza de torcer el cuerpo de su oponente sin despegarlo del colchón llevándolo a la posición de peligro
- b) **Proyecciones:** Grupos de movimientos técnico - tácticos desde la posición de pie que para su cumplimiento el ejecutante lleva a su oponente desde la posición de pie a la de cuatro puntos despegándolo del colchón describiendo una parábola con su cuerpo cayendo en la posición de peligro.
- **Inclinación:** Subgrupo de movimientos técnico - tácticos desde la posición de pie que para su cumplimiento el ejecutante con el agarre realizado despega del colchón a su oponente inclinándose al frente llevándolo a la posición de peligro.
 - **Bombero:** Subgrupo de movimientos técnico - tácticos desde la posición de pie que para su cumplimiento el ejecutante traslada la figura de su oponente a través de sus hombros despegándolo del colchón llevándolo a la posición de peligro.
 - **Volteo:** Subgrupo de movimientos técnico - tácticos desde la posición de pie que para su cumplimiento el ejecutante traslada la figura de su oponente a través de su espalda o cadera despegándolo del colchón llevándolo a la posición de peligro.
 - **Arqueo:** Subgrupo movimientos técnico - tácticos desde la posición de pie que para su cumplimiento el ejecutante realiza un arqueo trasladando la figura de su oponente a través de la parte frontal de su cuerpo despegándolo del colchón llevándolo a la posición de peligro.
- c) **Empujones:** Grupos de movimientos técnico - tácticos desde la posición de pie que para su cumplimiento el ejecutante lleva a su oponente desde la

posición de pie a la de cuatro puntos sin despegarlo del colchón, empujándolo y cayendo en la posición de peligro.

- **Atrás:** Subgrupo de movimientos desde la posición de pie que para su cumplimiento el ejecutante con el agarre determinado realiza un empujón hacia atrás del oponente sin despegarlo del colchón llevándolo a la posición de peligro.
- **Al lado-abajo:** Subgrupo de movimientos técnico - tácticos desde la posición de pie que para su cumplimiento el ejecutante con el agarre determinado realiza un empujón hacia el lado y abajo a su oponente sin despegarlo del colchón llevándolo a la posición de peligro.

2. **Técnica de la lucha en posición de cuatro (4) puntos:** Son movimientos técnico - tácticos utilizados en la posición de tierra o cuatro puntos de apoyo en el colchón (El luchador apoya las rodillas y las manos en el colchón).

- a) **Viradas:** Grupos de movimientos técnico - tácticos desde la posición de cuatro (4) puntos que para su cumplimiento el ejecutante le vira el cuerpo de su oponente para llevarlo a la posición de peligro rompiendo el ángulo de 90 grados de su espalda con relación al colchón, sin despegarlo del colchón.
- **Semigiro:** Subgrupo de movimientos técnico - tácticos desde la posición de cuatro (4) puntos que para su cumplimiento el ejecutante le realiza un semigiro a el cuerpo de su oponente llevándolo a la posición de peligro sin despegarlo del colchón.
- **Vuelta al frente:** Subgrupo de movimientos técnico - tácticos desde la posición de cuatro (4) puntos que para su cumplimiento el ejecutante vira a su oponente dándole una vuelta al frente sin despegarlo del colchón llevándolo a la posición de peligro.
- **Traslado por arriba:** Subgrupo de movimientos técnico - tácticos desde la posición de (4) puntos que para su cumplimiento el ejecutante se traslada por encima de su oponente sin despegarlo del colchón lo lleva a la posición de peligro.

- **Traslado por la cabeza:** Subgrupos de llaves de la posición de 4 puntos, que para su cumplimiento el ejecutante se traslada al rededor de la cabeza de su oponente sin despegarlo del colchón lo lleva a la posición de peligro.
 - **Desbalance:** Subgrupo de movimientos técnico - tácticos desde la posición de 4 puntos que para su cumplimiento el ejecutante le realiza movimientos a su oponente en diferentes direcciones (al lado, hacia atrás, abajo) obligando a que traslade el centro de gravedad fuera de la plaza de apoyo para perder el equilibrio, pasándolo por la posición de peligro sin despegarlo del colchón.
 - **Universal.** Subgrupo de movimientos técnico - tácticos desde la posición de (4) puntos que para su cumplimiento el ejecutante con enganche de piernas vira al oponente llevándolo a la posición de peligro sin despegarlo del colchón.
- b) Proyecciones:** Grupos de movimientos técnico - tácticos desde la posición de cuatro (4) puntos que para su cumplimiento el ejecutante despega al oponente del colchón levantándolo y describiendo una parábola con su cuerpo, cayendo o pasando por la posición de peligro.
- **Inclinación:** Subgrupo de movimientos técnico - tácticos desde la posición de (4) puntos que para su cumplimiento el ejecutante con el agarre realizado despega del colchón a su oponente inclinándose al frente y levándolo a la posición de peligro.
 - **Bombero:** Subgrupo de movimientos técnico - tácticos desde la posición de cuatro (4) puntos que para su cumplimiento el ejecutante traslada la figura de su oponente a través de sus hombros despegándolo del colchón llevándolo o pasándolo a la posición de peligro.
 - **Volteo:** Subgrupo de movimientos técnico - tácticos desde la posición de cuatro (4) puntos que para su cumplimiento el ejecutante traslada la figura de su oponente a través de su espalda o cadera despegándolo del colchón y llevándolo a la posición de peligro.
 - **Arqueo:** Subgrupo de movimientos técnico - tácticos desde la posición de cuatro (4) puntos que para su cumplimiento el ejecutante con el agarre utilizado despega del colchón a su oponente realizando un arqueo y

trasladando la figura de su oponente a través de la parte frontal de su cuerpo llevándolo a la posición de peligro.

- **Desbalance:** Subgrupo de movimientos técnico - tácticos desde la posición de (4) puntos que para su cumplimiento el ejecutante con el agarre utilizado despega del colchón a su oponente trasladándolo hacia cualquiera de los lados pasándole el tronco por la posición o llevándolo a esta.

CONCLUSIONES.

1. La situación actual sobre la que se desarrolla el proceso de planificación de los contenidos está caracterizada por una clasificación dirigida a los aspectos de la técnica que nada, o poco, reconoce la relación táctica existente entre los movimientos de ataque y de defensa
2. Se aprecia un enfoque técnico del aprendizaje del movimiento donde en las edades tempranas se excluye la enseñanza de las defensas y contraataques
3. Se distingue la necesidad de que desde un concepto de proceso pedagógico, este deporte requiere una organización adecuada del entrenamiento donde se combinen los movimientos de ataques con los de defensas en un orden metodológicamente estructurado.
4. La propuesta permite una organización pedagógica del proceso al integrar los componentes de la técnica y la táctica en una unidad lógica desde una concepción metodológica que alcanza una alta vinculación con las características propias del combate organizados en un sistema de contenidos.
5. Los criterios de los especialistas participantes en la investigación demuestran que la estructura organizativa de los contenidos de la preparación técnico – táctica de la lucha deportiva propuesta, posibilita una orientación y organización adecuada del proceso de preparación técnico – táctica del entrenamiento.

RECOMENDACIONES.

1. Ampliar, en próximas investigaciones, el estudio de la organización de los contenidos elaboradas a cada estructura cíclica del entrenamiento desde el mesociclo, el microciclo y la unidad de entrenamiento, en los centros deportivos de alto rendimiento del territorio.
2. Profundizar, en la práctica, la concepción metodológica que señala la necesidad de realizar la planificación del contenido en correspondencia con las características del combate.

Anexo No. 1.

Encuesta aplicada a los especialistas del deporte que participaron en la actividad investigativa.

Estimado colega, tomando en consideración su elevada experiencia en el entrenamiento de la lucha deportiva requerimos de usted su opinión en la pregunta en torno a las estructuras actuales de los contenidos técnico-tácticos con el objetivo de hacerlo más viable a la realización de los entrenamientos, para ello debe responder sinceramente a las siguientes interrogantes:

1. La estructura hasta hoy se ha empleado en la planificación de los contenidos del entrenamiento técnico y táctico de la lucha deportiva la considero de la siguiente manera:
 - a) En cuanto a la relación entre las acciones de ataque y defensa.
 - Muy Aceptable _____
 - Aceptable _____
 - Poco aceptable _____
 - Nada aceptable _____
 - b) En cuanto a su relación táctica con la realidad objetiva del combate.
 - Muy Aceptable _____
 - Aceptable _____
 - Poco aceptable _____
 - Nada aceptable _____
 - c) En cuanto a la idea de perfeccionarla con nuevas propuestas.
 - Muy Aceptable _____
 - Aceptable _____
 - Poco aceptable _____
 - Nada aceptable _____

Anexo No. 2.

Encuesta aplicada a los especialistas del deporte que participaron en la actividad investigativa.

Estimado colega, tomando en consideración su elevada experiencia en el entrenamiento de la lucha deportiva requerimos de usted su opinión en la pregunta para una propuesta de estructuración de los mismos, con el objetivo de hacerlo más viable a la realización de los entrenamientos, para ello debe responder sinceramente a las siguientes interrogantes:

Expresa su consideración en relación con la propuesta que se ha elaborado para estructurar los contenidos de la preparación técnico – táctica del entrenamiento de la lucha deportiva.

- a) En cuanto a la relación entre las acciones de ataque y defensa.
 - Muy Aceptable _____
 - Aceptable _____
 - Poco aceptable _____
 - Nada aceptable _____

- b) En cuanto a su relación táctica con la realidad objetiva del combate.
 - Muy Aceptable _____
 - Aceptable _____
 - Poco aceptable _____
 - Nada aceptable _____

Anexo NO. 4**Relación de Especialistas de la Lucha Deportiva**

No.	Nombres y Apellidos	Categoría	Años de Experiencia	Cargo
1	Eduardo Pérez Téllez	Master	36	Comisionado Nacional de Lucha. Responsable del Alto Rendimiento Nacional
2	Pedro Val	Licenciado	41	Entrenador Principal Equipo Nacional de Lucha.
3	Carlos Ulacia	Licenciado	28	Entrenador Equipo Nacional de Lucha Grecorromana.
4	Orestes Molina	Licenciado	41	Jefe de Regla y Arbitraje Nacional de Lucha. Entrenador de Equipos Nacionales. Comisionado Provincial de Lucha.
5	Luís Castillo Rojas	Licenciado	34	Subdirector Actividad Deportiva Villa Clara. Comisionado Provincial de Lucha Arbitro Internacional de Lucha
6	Rafael Martínez Bizet	Licenciado	33	Jefe Técnico Nacional de Lucha Libre
7	Hugo Shelton Echevarria	Master	41	Entrenador Principal EIDE Santiago de Cuba. Metodólogo de Santiago de Cuba.
8	Alfredo Arística Tabio	Master	34	Profesor del ISCF Ciudad de la Habana. Entrenador.
9	Alberto Fuente Ocaña	Especialista	30	Metodólogo Provincial de Deportes de Combate Entrenador de Lucha
10	Alberto La Rosa Pérez	Licenciado	30	Jefe Técnico de Lucha Grecorromana de Villa Clara. Entrenador Principal de Lucha Grecorromana ESPA de Villa Clara
11	Arturo Rodríguez Leiva	Master	43	Entrenador de Lucha Libre ESPA de Villa Clara.

BIBLIOGRAFÍA

1. Álvarez, A. y P.del Río (1992) Educación y Desarrollo: La teoría de Vigostki y la zona de desarrollo próximo. Madrid, Ed. Alianza Psicología.
2. Álvarez, C. (s.f.) La pedagogía como ciencia. Ciudad de La Habana. En disquete. 152 p.
3. -----, (s.f.) La escuela en la vida. Ciudad de La Habana. En disquete. 153 p.
4. Alvarez de Zayas, C. (1989) Fundamentos teóricos de la dirección del proceso de formación del profesional de perfil amplio. Santa Clara, UCLV.
5. ----- (1995) Metodología de la Investigación Científica. Santiago de Cuba: Universidad de Oriente. 65 p. (copia de mini floppy disk).
6. Arkayev, A. V. (1980) La esgrima. Ciudad de La Habana. Ed. ORBE.
7. Armas Paredes, M. (1986), Análisis de los factores cognoscitivos, afectivos y socio psicológicos que inciden en el rendimiento deportivo. Villa Clara. Informe de Investigación. ISCF "Manuel Fajardo".
8. Astrand, P. O. (1985) Fisiología del trabajo físico: Bases Fisiológicas del ejercicio. Buenos Aires. Editorial Panamericana.
9. Barca, A. (1999) Los métodos de investigación en la psicología de la instrucción. En: J. Beltrán y C. Genovard (Gds), Psicología de la instrucción I. variables y procesos básicos. Madrid. Síntesis.
10. Barrios, J. y A. Ranzola (1995) Manual para el deporte de iniciación y desarrollo. Ciudad de La Habana. Editorial Deportes.
11. ----- (1998) Manual para el deporte de iniciación y desarrollo. Ciudad de La Habana, Ed. Deportes.
12. Bawers, W. R. (1995) Fisiología del deporte. Argentina. Editorial Médica. Panamericana.
13. Bunge, M. (1972) La Investigación Científica; su estrategia y su filosofía. La Habana. Ed. de Ciencias Sociales.
14. Burindin, A.G. (1979) Lucha deportiva. Manual ,URRS.
15. Cañizarez Hernández, M., P. Santos Morales y S. M. García Marrero (1994) El tacto pedagógico en el deporte. Villa Clara, ISCF "Manuel Fajardo". (Artículo científico).
16. Castellanos, D, Grueiro, I. (1996) ¿Puede ser el maestro un facilitador? Una reflexión sobre la inteligencia y su desarrollo. La Habana, Ediciones IPLAC-CESOFTE.
17. Colectivo de autores. (1994) Secretos del deporte cubano. La Habana. Editorial Deportes.

18. Coll, C. (1991) Psicología y currículum. Barcelona, Ed. Paidós.
- 19.----- (1992) Acción, interacción y construcción del conocimiento en situaciones educativas. En Antología de Lecturas: Proyecto Argos.
20. Copello, M. (2001) Tesis en opción al título de doctor en ciencias de la Cultura Física. Ciudad de La Habana.
21. Cuba. Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación.(1988) Manual metodológico, trabajo educativo. La Habana INDER.
22. Davidov, V.V. (1986) Los problemas fundamentales del desarrollo del pensamiento en el proceso de enseñanza. En: Antología de la psicología pedagógica y de las edades. Ciudad de La Habana, Ed. Pueblo y Educación.
23. Del Pino González M., Sabas Rivas G. (2003), Táctica y Estados Psicológicos en Luchadores de Elite.
24. De Zubiría Samper, J. (2000) Las vanguardias pedagógicas en la sociedad del conocimiento. Versión preliminar. Santa Fe de Bogotá .Colombia.
25. Díaz Martínez. F. (2001) Aplicación de un entrenamiento psicológico integrador en luchadores juveniles del estilo libre de la ESPA de Villa Clara. Villa Clara, ISCF "Manuel Fajardo".
26. Disponible en <http://www.efdeportes.com>. Consultado el 10 de enero del 2004.
27. Dzhamgrov, T. T. y A. Z. Puni. (1990) Psicología de la educación física y el deporte. Ciudad de la Habana. Ed. Científico - Técnica.
28. Dzhangarov T. I. (1989) Liderazgo en el deporte. Moscú. Ed. Uneshtorgizdat.
29. Fernández Pérez. L, M. A. Riera Milian. (2004) Aplicación de un entrenamiento psicológico integrador en luchadores juveniles del estilo grecorromana de la ESPA de Villa Clara. ISCF. VC.
30. Filin, V. P. (1987) Teoría y metódica del deporte juvenil. Moscú. Editorial Fis.
31. Forteza, A.y A Ranzola. (1988) Bases metodológicas del entrenamiento deportivo. La Habana, Ed. Científico -Técnica.
- 32._____. (1994) Entrenar para ganar. Metodología del entrenamiento deportivo. Ciudad México. Ed. Olimpia.
- 33._____. (1997) Entrenamiento deportivo alta metodología: carga, estructura y planificación. Ciudad de La Habana. Ed. Científico- Técnica.
- 34._____. (1999) Las direcciones del entrenamiento deportivo. La Habana, Ed. Científico-Técnica.
- 35._____. (1999) Las direcciones del entrenamiento deportivo. Disponible en http://www.sportquest.com/revista/revista_digital. Consultado el 10 de enero del 2004.
- 36._____. (2000) Direcciones del entrenamiento deportivo

(IIª parte). Disponible en <http://www.efdeportes.com/> Consultado el 10 de enero de 2004.

37. _____ . (2000) El problema científico en el Entrenamiento deportivo. Disponible en <http://www.efdeportes.com/>. Consultado el 10 de enero del 2004.
38. _____ y col. (1999) Las direcciones del entrenamiento deportivo nueva concepción metodológica. *Revista acción* (Ciudad de la Habana)
39. Fung, T. (1999) La habilidad deportiva: su desarrollo La Habana: Ed. Pueblo y Educación. 97 p.
40. Gil Martínez, J. (1991) Entrenamiento mental para deportistas de élite. Valencia, Ed. UNESCO.
41. González Aguiar, G. (2003), La psicología del luchador. Ciudad de La Habana, Instituto Nacional de Medicina Deportiva.
42. González Cátala, S. (1996) Planificación del entrenamiento en la lucha deportiva. CD Universalización.
43. González Catalá, S. y Cañedo Carreras, I. (s.f.) Técnicas de la lucha deportiva. Formato digital.
44. González, M. V. (1995) Psicología para educadores. La Habana. Ed. Pueblo y Educación MINED.
45. Gorbunov, G. D. (1988) Psicopedagogía del deporte. Ciudad de La Habana. Ed. Pueblo y Educación.
46. '-----'. (1986) Psicología del deporte. La Habana, Ed. Científico Técnico.
47. Grosser, M. (1995) Metodología del entrenamiento deportivo. Buenos Aires. Ed. Argentina.
48. Harre, D. (1973) Teoría del entrenamiento deportivo. La Habana. Ed. Científico – Técnica.
49. ----- . (1988) Teoría del entrenamiento deportivo. Ciudad de La Habana. Ed. Científico-Técnica.
50. ----- . (1983) Teoría del entrenamiento deportivo. Ciudad de La Habana, Ed. Científico Técnica.
51. Instituto Nacional de Deporte, Educación Física y Recreación. (1998) Sistema de ciencia e innovación tecnológica. Ciudad de La Habana. Ed. Deportes.
52. ----- . (1999) XI Seminario de directores municipales y provinciales de deportes. Objetivos estratégicos del deportista, la eficiencia del sistema competitivo cubano y su régimen de participación. Ciudad de la Habana. Editorial Deportes.
53. ----- . (s.f.) Breve reseña histórica de la Lucha. La Habana: Dirección Nacional de Docencia.

54. Instituto Central de Ciencias Pedagógicas. (1984) Pedagogía, ICCP. Ciudad de La Habana. Ed. Pueblo y Educación
55. Instituto de filosofía de la Academia de Ciencias de Cuba. (1985) La dialéctica y los métodos científicos generales de investigación. Ciudad de La Habana. Ed. de Ciencias Sociales. 2 v.
56. Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo".(1989) Las habilidades. Los Objetivos y la integración de las actividades docentes en el perfeccionamiento de los planes y programas de estudio. Ciudad de La Habana, ISCF.
57. Kane, T. D. y otros. (1996), Eficacia personal, metas personales y autorregulación del luchador. Journal of Sport .
58. Klimberg, L. (1972) Introducción a la didáctica general. Ciudad de La Habana. Ed. Pueblo y Educación.
59. Kunath P. (1976) Aporte a la psicología deportiva. La Habana, Ed. Orbe.
60. Labarrere Reyes, G.(1988) Pedagogía. Ciudad de La Habana, Ed. Pueblo y Educación. 492 p.
61. Lamb, D. R. (1990) Fisiología del ejercicio, respuestas y adaptaciones. Barcelona. Editorial Rilo Elena.
62. Lanier Soto, A. (1981) Introducción a la teoría y metodología del entrenamiento deportivo. Ciudad de La Habana. Ed. INDER.
63. López, M. (1983) La Dirección de la actividad cognoscitiva. Ciudad de La Habana, Ed. Pueblo y Educación.
64. León Gonzáles, A. (1982) Manual de desarrollo físico general. Ciudad de La Habana. Dpto. Nacional de Educación Física.
65. Leontiev, A N. (1981) Actividad, conciencia y personalidad . La Habana Ed. Pueblo y Educación.
66. ----- . (1979) La actividad en la psicología. Editorial de libros para la educación.
67. Matveev L. (1983) Fundamentos del entrenamiento deportivo. Moscú. Ed. Raduga.
68. ----- . (1977) Periodización del entrenamiento deportivo. Moscú, Ed. Raduga .
69. ----- . (1983) Fundamentos del entrenamiento deportivo. Moscú, Ed. Raduga.
70. Mazur, A.G. (1985) Lucha clásica. Manual Metodológico. Ciudad de La Habana Ed. Científico – Técnica.
71. Menéndez Castillo, E. (1984) Planificación, control y análisis del entrenamiento deportivo. Villa Clara, INDER. 125 p.
72. Navelo Cabello, R. (2004) El joven voleibolista. Un modelo didáctico La Habana. Editorial José Martí.

73. _____ . (2001) Modelo didáctico alternativo para la preparación técnico-táctica de los jóvenes voleibolistas. Tesis de grado (Doctor en Ciencias de la Cultura Física). La Habana. ISCF "Manuel Fajardo".
74. Nerci, I. G. (1977) Hacia una didáctica general dinámica. Buenos Aires. Ed. Kapelusz. 541 p.
75. Nocedo de León, I. (1984) Metodología de la investigación pedagógica y psicológica. Ciudad de La Habana, Ed. Pueblo y Educación. 2 t
76. Ozolin N. G. (1989) Sistema contemporáneo del entrenamiento deportivo. Ed. Científico Técnica. La Habana. Cuba.
77. Panza González, Margarita. Fundamentación de la Didáctica / Margarita Panza González, Esther C. Pérez Juárez, Porfirio Morán Oviedo. – México: Ediciones Gernika, S.A., 1986. – 143 p .
78. ----- . (1992) Opción crítica en la Didáctica. México: UNAM. (perfiles educativos).
79. Parlebas, P. (1996) Los universales de los juegos deportivos, Praxiología Motriz. Las actividades físicas, los juegos y los deportes. Las Palmas. Gran Canarias.
80. Pedagogía. (1984) Colectivo de autores. Ciudad de La Habana, Ed. Pueblo y Educación. 246 p.
81. Pérez Tellez. (1988) Conferencias en curso internacional "Solidaridad Olímpica". Ciudad de La Habana.
82. Platonov, V. N. (1990) El entrenamiento deportivo. Enciclopedia general del ejercicio # IV. Madrid. Editorial Paidotribo.
83. _____ .(1986) Preparación de los deportistas calificados. Moscú. Ed. Fis.
84. Programa de Activistas "C": Lucha (1982) Capacitación. La Habana: Dirección de Docencia. 42p.
85. Programa de Preparación del Deportista especialidad de Lucha.(1988) INDER. Organismo Central .
86. Programa director metodológico de la carrera licenciatura en Cultura Física. (1990) La Habana: ISCF Manuel Fajardo.
87. Puni, A.Z. (1970) Ensayos de Psicología del deporte. Ciudad de La Habana. Ed: Científico -técnica.
88. Quevedo, J. (1993) Técnicas o mañas de lucha Canaria. España: Olimpia 2000. 30p.
89. Radionov, A. V. (1981) Psicología del enfrentamiento. Ed. Orbe. La Habana. Cuba.
90. _____ (1990) Influencia de los factores psicológico en el resultado deportivo. Moscú, Ed. Uneshtorgizdat.

91. Ranzola, A. y J. Barrios. (1998) Manual para el deporte de iniciación y desarrollo. La Habana. Ed. Deportes.
92. Reglamentos técnicos y disciplinarios. Canaria: Dirección General de Deportes, S.A. 76p.
93. Riera, J. (1995) Estrategia, táctica y técnica deportiva. Apuntes, Educación Física y Deportes. Barcelona.
94. Rolle, Fernández, G. (1988) Programa de preparación del deportista... Ciudad de La Habana: Dirección de alto Rendimiento. 102p.
95. Rudik P. A (1973) Psicología de la educación física y el deporte. La Habana, Ed. Pueblo y Educación.
96. Ruiz Aguilera, A. (1985) Metodología de la enseñanza de la Educación Física Ciudad de La Habana, Ed. Pueblo y Educación. 2 v.
97. Santos Morales, P., S. García Marrero y R. Pérez Rodríguez. La maestría deportiva factor esencial en el logro de los objetivos de la Educación Física y el Deporte.- (artículo científico.)
98. Santos Morales, Pablo. Determinación de necesidades de superación pedagógica. Reto para la elaboración de un curso de Pedagogía del Deporte a los estudiantes del Alto Rendimiento. (Tesis de Maestría). Santa Clara. ISCF "Manuel Fajardo".
99. Savin, N.V. (1979) Pedagogía. Ciudad de La Habana, Ed. Pueblo y Educación, 317p.
100. Verjoshanki, V. Y. (1994) Entrenamiento Deportivo. Organización y planificación. Madrid. Ed. Martínez Roca S.
101. Vigotsky. L. S.(1987) Historia del desarrollo de las funciones psíquicas superiores. Ciudad de La Habana, Ed. Ciencia y Técnica.
102. Volkov N. J. (1990) Bioquímica del deporte. Moscú, Ed. Uneshtorgizdat.
103. Zinkin N. V. (1990) Fisiología Humana. La Habana, Ed. Científico Técnica.