

Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte.

Facultad Villa Clara.

TESIS PARA OPTAR POR EL TITULO DE:

MASTER EN METODOLOGIA DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO.

***TITULO: Alternativa metodológica para la preparación
táctica del luchador juvenil del estilo grecorromana de
Villa Clara.***

AUTOR: Lic. Rolando López Pérez.

TUTORES: M. Sc. Liván A. Fernández Pérez

Dr. C. Antonio Lanza Bravo.

2009

Año del 50 Aniversario del Triunfo de la Revolución.

TABLA DE CONTENIDOS

CONTENIDO	PAG.
INTRODUCCIÓN	1
CAPITULO I MARCO TEÓRICO REFERENCIAL DE LA PARA LA PREPARACIÓN TÁCTICA DEL LUCHADOR JUVENIL DEL ESTILO GRECORROMANA DE VILLA CLARA.	10
I.1- Entorno de la preparación táctica.	10
I.2- Consideraciones acerca de la táctica.	13
I.3- La táctica en la lucha deportiva.	15
I.4- Criterios para enfrentar el problema de la táctica.	50
CAPITULO II ESTADO ACTUAL DE CONOCIMIENTO Y TRATAMIENTO DE LA PREPARACIÓN TÁCTICA	52
II.1. Resultados de la encuesta	52
II.2. Resultados de la observación a los entrenamientos.	54
II.1 Resultados de la observación a la competencia.	54
II.3. Resultados de la revisión de documentos.	56
CAPITULO III ALTERNATIVA METODOLÓGICA PARA EL TRATAMIENTO A LA PREPARACIÓN TÁCTICA EN LA LUCHA DEPORTIVA.	61
III.1. Aspectos conceptuales básicos de la preparación táctica en la lucha deportiva.	61
III.2. Aspectos psicopedagógicos básicos	65
III. 3. Aspectos para el proceso desarrollo de la preparación táctica en la lucha deportiva.	69
III. 4. Premisas esenciales para el desarrollo de la preparación táctica en la lucha	74
III. 5. Aspecto integrador del proceso de preparación táctica en la lucha	78
III.6. Aspectos preventivos	79
III.6 Criterios emitidos acerca de la alternativa metodológica	79
CONCLUSIONES	80
RECOMENDACIONES.	81
BIBLIOGRAFIA	82

RESUMEN.

Se presenta la propuesta de una alternativa metodológica para el tratamiento a la preparación táctica de la lucha juvenil del estilo grecoromano de la provincia de Villa Clara. La investigación parte del hecho de que el aspecto táctico constituye un elemento esencial en los deportes de combate dada la rapidez con que se suceden las acciones en cortos intervalos de tiempo y en el mas alto nivel se definen los combates. En nuestra provincia existen deficiencias en este sentido, lo cual se pudo constatar en las encuestas realizadas a los entrenadores, así como las observaciones efectuadas a los entrenamientos y competencias.

Para la realización de la investigación se trabajo con dos poblaciones, una formada por los entrenadores que laboran en los centros provinciales, EIDE y ESPA y la otra integrada por todos los atletas pertenecientes al equipo juvenil grecorromano de la provincia de Villa Clara. Los métodos utilizados fueron: El análisis bibliográfico, la revisión de documentos, la encuesta escrita, la observación, la entrevista abierta y la distribución empírica de frecuencias.

Como aporte fundamental se presenta una alternativa metodológica para el desarrollo de la preparación táctica en los luchadores juveniles de Villa Clara. Las conclusiones y recomendaciones sintetizan los resultados obtenidos en el trabajo.

INTRODUCCIÓN

Lucha como deporte de combate se ve enmarcado en el grupo de “deportes de oposición” (Hernández, 1994); (Blázquez, 1995) y dentro de este en el de “espacio común y participación simultánea” (Hernández, 1994), demanda del deportista el perfeccionamiento del pensamiento táctico en aras de continuar trabajando con la finalidad de mejorar los resultados deportivos.

La preparación del deportista va encaminada a trabajar los cinco componentes esenciales que la integran, cuyos elementos transitaran estrechamente unidos uno con otro, no se concibe la gestión del rendimiento deportivo sin un consecuente desarrollo del componente físico, técnico, táctico teórico y psicológico, considerando las tres vertientes fundamentales en que se mueve la aplicación del ejercicio, lo general, lo especial y lo específico

Es oportuno destacar el papel que juega la correcta aplicación de los principios que rigen, norman y regulan el proceso de preparación, dónde por mencionar algunos citamos, el principio del aumento progresivo y gradual de las cargas, la sistematización, la ciclicidad, la conciencia y la actividad la individualización de las cargas etc.

El atleta se prepara para obtener una forma optima desde el punto de vista competitivo para cubrir los compromisos que demanda la alta competencia, la puesta en punta requiere de grandes esfuerzos y muchas horas de trabajo para desarrollar capacidades; de igual forma el trabajo en aras de formar, consolidar y perfeccionar hábitos, habilidades y destrezas motrices es una tarea constante y permanente

Trabajar con la mente y el pensamiento del atleta es tan importante y determinante como el que más de todos los componentes que integran el proceso. Precisamente es de lo que se trata cuando hablamos de trabajo táctico, la lucha como disciplina deportiva dada sus característica de enfrentamiento personal hombre a hombre hace que el mismo se desarrolle en condiciones de gran variabilidad técnico táctica

Los luchadores se enfrentan en oposición, en un espacio reducido y común, en una lucha cuerpo a cuerpo, en la cual el fin es doblegar a su contrario a través

de las acciones técnico- tácticas o inmovilizarlo por fracciones de segundos con la parte superior de la espalda pegada al colchón, para anotarse la victoria.

En este bregar de acciones encerrado en un área de combate que mide circunferencialmente, nueve metros de radio el atleta lucha por obtener el éxito, en tres tiempos de dos minutos con treinta segundos de intermedio de descanso, debe ganar dos de los tres tiempos del combate, según finalice el marcador.

Ambos luchadores tratan de imponer, su plan táctico de combate. El pensamiento, la concentración de la atención, la inteligencia, la anticipación a las acciones concebidas por el contrario, la voluntad de reducir la preparación en todos los órdenes de su contrincante es el objetivo supremo del enfrentamiento.

La Lucha deportiva en sus dos modalidades Libre y Grecorromana, es un deporte que se encuentra hace ya mucho tiempo dentro del programa de los juegos Olímpicos, en el nuestro país exhibe altos resultados competitivos, erigiéndose como una de las tres potencias más importantes del mundo en la rama masculina desde el año 1983 hasta la fecha. La variabilidad de este deporte de oposición se une actualmente con las exigencias de los contrarios que cada vez son superiores, por este motivo en esta manifestación deportiva las influencias de las cargas en el proceso de entrenamiento muchas veces se encuentran cerca del límite de las posibilidades humanas.

Para el mantenimiento de estos altos resultados es necesaria la comprensión del complejo proceso de entrenamiento y la búsqueda de diferentes alternativas que posibiliten la mejora de la preparación de los atletas, de manera que se puedan allanar los obstáculos que puedan aparecer en su formación.

Los requerimientos físicos y técnicos se incrementan vertiginosamente a partir de los diferentes estudios científico investigativos, ya que en este sentido existe una extensa producción intelectual a través de, revistas, libros y un gran número de publicaciones que persigue aumentar el conocimiento referente a estos componentes del proceso de entrenamiento, sin embargo otro componente de vital importancia para los deportes de combate y en especial

para la Lucha deportiva, es el componente táctico, que por el contrario no se ha desarrollado igualmente en los procesos de entrenamiento, aspecto que se ha valorado por Morales.(2002) como “el fenómeno del reloj detenido en el tiempo”, donde el autor al comparar la preparación táctica con la física asevera que esta ultima ha recibido una “atención cinco estrellas”.

Esto parte de que el proceder teórico, metodológico, científico y práctico va encaminado generalmente a la forma física y volitiva del deportista. Existen varias causas que condicionan este fenómeno, aunque asumimos que la principal esta en la biológización como principio rector de la teorías del entrenamiento deportivo, las cuales nos brindan valiosos aportes, sobre los cuales se han erigido grandes resultados en el deporte, aunque las mismas adolecen de postulados psicopedagógicos que posibiliten desarrollar a plenitud la táctica como habilidad mental de los atletas, y propician que al componente físico como centro del proceso.

Otra de las causas esta en los medios para las preparaciones de los atletas, el desarrollo físico requiere entre otras cosas, de repeticiones de ejercicios, en dependencia con el desarrollo de la capacidad con que trabaje el individuo, sin embargo las preparaciones táctica, psicológica y teórica no son posibles sin una labor profunda de pensamiento por parte de los entrenadores. Ellos están obligados a crear condiciones productivas, que favorezcan la inteligencia, la creatividad y posibiliten la toma de decisiones en los individuos para ofrecer soluciones óptimas en el combate en un breve periodo de tiempo. Como conclusión de lo antes expuesto podemos constatar que la concepción del trabajo físico implica menos esfuerzo intelectual al profesor que una concepción psicopedagógica que lleve al trabajo táctico, psicológico o teórico.

Como resultado histórico de nuestro proceder hemos contado con atletas con un elevado componente físico volitivo y técnico, y en estos momentos corresponde armarlo de inteligencia y creatividad, o sea ofrecer las soluciones para el reto de reloj detenido en el tiempo, lo cual en los momentos actuales no cumple con las expectativas, ni las demandas competitivas contemporáneas cada vez más exigentes. Para ello es importante, en los deportes de combate y en particular en la Lucha deportiva, ofrecer un tratamiento teórico práctico igual o superior al resto de las preparaciones.

En este sentido Vidaurreta (1998). en estudios realizados con jugadoras de Baloncesto demostró que el nivel de razonamiento táctico correlaciona positivamente con el nivel de razonamiento general, con el nivel de conocimientos teóricos y con la experiencia deportiva.

El concepto de táctica ha sido abordado por diferentes autores. A nuestro juicio, una de las definiciones más completas es la de T. T. Dzhangarov (1994). y A. Z. Punin(1996) quienes consideran que la táctica consiste en la utilización durante la lucha competitiva de conocimientos, habilidades y hábitos que permiten realizar las posibilidades físicas, psíquicas y técnicas y vencer la resistencia de los contrarios que se esfuerzan por el mismo objetivo.

Investigaciones realizadas sobre el tema, coinciden en que existe una gran interdependencia entre la táctica y factores psicológicos, entre los cuales se ha hecho énfasis en los conocimientos, el nivel de razonamiento y la experiencia anterior. M. del Pino y G. Sabas (2001).establecieron que en luchadores de alta calificación, la capacidad intelectual se relaciona con los conocimientos teóricos sobre la defensa. Sin embargo, los factores psicológicos implicados en la táctica, comprenden otras esferas además de la cognitiva. J. Caballero (1998) destaca la importancia del control emocional para lograr la concentración necesaria que permita una adecuada conducción táctica del combate.

Otros estudios han enfatizado la importancia de la esfera volitiva. S. González e I. Cañedo(2000).observaron que en los luchadores, la perseverancia y el autodominio permiten la elección de las acciones y uno de los más importantes objetivos que persigue todo entrenador de alguno de los deportes perteneciente a los grupos de Combate o Juegos Deportivos, es conseguir un elevado desarrollo del pensamiento táctico de sus practicantes, ya que en la mayoría de los casos, no gana el competidor que posea mayor resistencia, fuerza, rapidez o movilidad articular, como tampoco quien sea capaz de realizar la mejor ejecución técnica desde el punto de vista biomecánica, sino el atleta que sea capaz de percibir las disímiles y variadas situaciones que se presentan durante la competencia, las analice correctamente, y se ejecute el elemento técnico apropiado, valorando su propia condición con relación a la de su contrario.

Las tres etapas anteriormente citadas F. Mhalo (1974) las consideró como fases de la táctica. Sin embargo a pesar de tener bien claro los preceptos anteriores, no se llevan a la práctica de la manera correcta, ya que en ocasiones las definiciones que se asumen de Estrategia, Táctica y Técnica propician la confusión.

Con solo citar un ejemplo, el libro dirigido a los Instituto de Cultura física en Rusia que lleva como título Boxeo, y cuyo autor es I. P. Degtiariov; (1998.) define la táctica en la página 62 como un apartado de la teoría del boxeo que estudia las formas modalidades, maneras y medios de combates frente a diferentes tipos de pelea, y agrega que la maestría táctica del boxeador es determinada por la correcta **planificación y dirección** del combate.

Si analizamos esta definición y prestamos atención a las palabras que se encuentran en negritas (**dirección y planificación**), es donde nos podemos confundir, pues son precisamente estas las palabras que caracterizan la estrategia y no la táctica.

En tal sentido Joan Riera, (1995), cita una frase del catalogado como principal teórico militar C. Von Causewitz, 1831, "Táctica es el empleo de las tropas en el combate y estrategia es la teoría del empleo de los combates para el fin de la guerra. Por otro lado, el contenido de la preparación táctica en la práctica se concentra en la realización de una serie de repeticiones técnicas en parejas de ataque y/o contraataque de forma programada y sin ninguna libertad de ejecución por parte de los alumnos.

En este sentido se presenta otro error de interpretación de la táctica, al confundirlo un tanto con lo que se refiere a técnica, ya que algunos piensan que con solo situarse frente a un contrario y realizar trabajos dirigidos por el entrenador están en presencia de un desarrollo táctico, lo cual constituye un error, si es que estamos de acuerdo con las fases de la táctica planteadas por F. Mahlo. (1974). En este caso, solo estarían educando percepciones temporo-espaciales, sin llegar a desarrollar la habilidad de percibir las intenciones del contrario, pues se conoce de antemano, como tampoco la posibilidad de analizar y tomar decisión por si solo la ejecución técnica más apropiada.

Con tal reflexión no queremos decir que lo realizado esté incorrecto, solo que no estamos de acuerdo con que los mecanismos de ejecución estandarizados ocupen el mayor volumen de la preparación táctica y mucho menos en atletas avanzados y en periodos competitivos, puesto que el pensamiento operativo no juega un rol protagónico en estos contenidos. Nos preguntamos; ¿Para qué se le dedica un amplio tiempo a las ejecuciones dirigidas? si lo fundamental y a la vez difícil de aprender es ¿Qué acción o combinación táctica es mas favorable aplicar y en que momento?

La investigación tomar como punto de referencia la aplicación de esté trabajo en la categoría juvenil, comprendida en las edades dieciséis dieciocho años (16-18) ya que en ella el atleta cuenta como promedio mas de seis años de práctica sistemática, en el deporte de alto rendimiento, todos tienen en su haber la participación en mas de cuatro campeonatos nacionales transitando desde las categorías pioneriles, su arsenal técnico es amplio tanto de pie como en tierra, de la misma forma podemos apuntar que todos son medallistas en mas de una ocasión en certámenes nacionales, la entrega hacia la actividad deportiva se hace sobre la base del desarrollo consciente, el conocimiento teórico de las reglas que rigen, norman y regulan la disciplina es de amplio dominio por parte de los mismos, lo anterior determina la preparación necesaria para la realización de la investigación

Este trabajo responde al banco de problemas declarado en nuestro instituto como prioridad científica de investigación a desarrollar en nuestro territorio Villaclareño

De acuerdo con lo tratado anteriormente nos enfrentamos a la situación problemática caracterizada por la insuficiencia existente en la preparación táctica del luchador juvenil en Villa Clara. Y el Problema Científico de nuestra investigación radica en:

¿Cómo erradicar las insuficiencias existentes en la preparación táctica del luchador juvenil del estilo grecorromano en Villa Clara?

Objetivo general

Diseñar una alternativa metodológica que posibilite erradicar las insuficiencias existentes de la preparación táctica del luchador del estilo grecorromano, considerando la alternativa propuesta por Morales, A.

Tareas

- Determinación del estado actual de la preparación táctica del luchador del estilo grecorromano en Villa Clara.
- Fundamentación de los componentes conceptuales psicopedagógicos en la preparación táctica del luchador del estilo grecorromano.
- Determinación de aspectos metodológicos del proceso de desarrollo de la preparación táctica del luchador del estilo grecorromano.
- Valoración de la alternativa metodológica para la preparación táctica del luchador del estilo grecorromano.

En el desarrollo de la investigación se emplearon los siguientes métodos.

Análisis bibliográfico: Permitió realizar un estudio en torno a los conceptos y teorías existentes en relación con el tema, así como la fundamentación del problema. Nos permitió conocer el estado actual en la Lucha en cuanto al tratamiento de la táctica así como de igual forma en otros deportes en sentido general.

Revisión de documentos: Se empleo con la intención de tener la información real de los antecedentes del tratamiento de la preparación táctica así como para conocer los métodos y estilos utilizados en revisión de.

-Planes de entrenamientos

-Programas de preparación del deportista.

Encuesta escrita: Fue utilizada con el objetivo de conocer con veracidad el estado de conocimiento que poseen los atletas y entrenadores acerca de la preparación táctica y su tratamiento.

Observación: Se aplico este método permitiendo hacer una valoración en cuanto a las características de la preparación táctica en los Luchadores. El objetivo de este método centro su atención en la solución de situaciones,

elección de elementos para solucionar las situaciones tácticas, el empleo del sentido del tiempo, la distancia, la calidad de las acciones y el momento ideal de la utilización de la técnica

Distribución Empírica de Frecuencia: nos permitió procesar y determinar los porcentajes obtenidos como resultado de las respuestas logradas en las encuestas aplicadas

Entrevista Abierta: Permitió realizar una valoración acerca de la propuesta de la alternativa metodológica. Fue de gran interés que reflejaran las principales ventajas y desventajas, y la posibilidad que brinda la alternativa para el logro de mayores expectativas.

Para la realización de la investigación fueron utilizadas dos poblaciones una de entrenadores y atletas.

La primera población estuvo integrada por los 16 entrenadores que laboran en el alto rendimiento de la provincia 8 de la EIDE provincial Héctor Ruíz Pérez y 8 de la ESPA provincial Marcelo Salado Lastra de Villa Clara. Estos nos permitieron conocer y caracterizar el estado actual del tratamiento de la preparación táctica, así como la actualización en la determinación de los contenidos y exigencias táctica en la lucha deportiva.

La segunda población estuvo compuesta por 14 atletas que componen la selección juvenil de lucha greco de la ESPA provincial de Villa Clara. En este equipo se aplicó la Alternativa, se le realizó entrevista abierta y se realizaron observaciones al entrenamiento y a la Copa Nacional "Villa Clara".

CAPITULO I MARCO TEÓRICO REFERENCIAL DE LA PARA LA PREPARACIÓN TÁCTICA DEL LUCHADOR JUVENIL DEL ESTILO GRECORROMANA DE VILLA CLARA.

1.1 Entorno de la preparación táctica.

En este epígrafe abordaremos criterios que constituyen fundamentos teóricos para el enriquecimiento de nuestra propuesta. Además despejan dudas en el tratamiento de la preparación táctica. Para esto comenzaremos el análisis de los tres modelos de enseñanza que reconocen en el campo del entrenamiento deportivo, los cuales son modelo técnico, modelo técnico táctico y modelo táctico (Jiménez Sánchez C, y Castellón y López (1997) y Méndez Jiménez A. (1997)

Modelo técnico:

Según Jiménez Sánchez C.(1976) Esta enseñanza técnica se centra en situaciones aisladas donde el fundamento determinado se descompone para una mejor asimilación y una vez dominado se ubica dentro del marco de la situación real. Numerosos estudios reflejan que este tipo de actuación por parte del entrenador anula una serie de valores indispensables para la correcta evaluación del atleta.

Esta autora señala una serie de desventajas del modelo de enseñanza de la técnica, entre los más reconocidos son:

- a) Los atletas no comprenden fácilmente la transferencia del aprendizaje de un fundamento a una situación real.
- b) Es una enseñanza muy directiva que ofrece una escasa toma de decisiones al atleta, por tanto cabe la posibilidad de que los atletas estén automatizados y no sean capaces de crear situaciones de peligro.
- c) Requiere mucho tiempo para dominar los fundamentos.
- d) Es monótono para los atletas y consideramos necesario sobre todo en estas edades que hay que lograr en los atletas un alto nivel de motivación y estén ilusionados a entrenar y competir.

Este modelo de enseñanza responde a la interrogante ¿Cómo hacer los fundamentos?, sin embargo presenta una gran incógnita al desarrollar el juego,

y es la de cuando realizar este fundamento durante los enfrentamientos y que fundamentos elegir en función de las circunstancias del juego.

Modelo técnico táctico:

En este modelo la autora considera importante tanto el iniciar la enseñanza con un planteamiento técnico, así como un planteamiento táctico, para este motivo intenta la enseñanza aglutinando los dos componentes de la preparación del deportista, el de la táctica y la técnica, sin que uno se excluya del otro. En realidad se parte de la opinión de que un elemento no podría, o no debería desarrollarse sin el otro.

Esta tendencia, surge a partir de algunos estudios que muestran que no existen diferencias significativas a nivel de rendimiento, cuando se utiliza el entrenamiento de la técnica en 1er lugar, o se inicia con el entrenamiento de la táctica. De este modo los partidarios de esta opción consideran que existen mayores ventajas ofreciendo más beneficios tanto a los entrenadores como a los atletas. Aunque en ocasiones en el entrenamiento se tendría que dar mayores consideraciones a los elementos tácticos y menor a los técnicos y viceversa

El producto surgido de la aplicación de este modelo es la habilidad técnico-táctica, Navelo, B. (2004), en su obra se refiere a las definiciones de habilidad técnico-táctica ofrecidas por Ruiz, L (94),

Según Knapp (1979), Acciones concebidas conscientemente y aprendidas que conducen a resultados predeterminados con un máximo de acierto y un gasto mínimo de energía, tiempo o ambos.

Durand (1988).Capacidad para resolver un problema motor específico para elaborar y dar respuesta eficiente y económica, con la finalidad de alcanzar un objetivo. Es el resultado de un aprendizaje y depende del conjunto de recursos de que dispone el individuo.

T Fung (99) destaca dos conceptos acerca de ellos, en el 1ro señala que: Las habilidades constituyen el dominio de acciones que permiten una regulación racional de la actividad con ayuda de los conocimientos y hábitos que el sujeto posee. En el 2do se refiere a que : La habilidad es la posibilidad de realizar una clase de tareas, aplicando la experiencia en forma de conocimiento, hábitos y

habilidades mas simples u operacionales, en el cual se manifiestan además las capacidades físicas e intelectuales y las cualidades estéticas, morales y volitivas de la personalidad.

Modelo táctico:

Se basa fundamentalmente en plantear tareas globales donde los atletas tengan que resolver situaciones y tareas planteadas. Una vez los jugadores comprenden la esencia del contexto global, al entrenador le corresponde inducir los elementos técnicos para que los pueden aplicar en situaciones reales, esta tendencia de trabajo globales mas actual y parece mas preponderante que la enseñanza analítica.

Este modelo ofrece ciertas ventajas:

- a)-El entorno de aprendizaje es el mismo en donde se desarrolla la acción del juego por tanto existe una clara transferencia.
- b)-El entrenador le cede al atleta la toma de decisiones, elemento importante para evaluar el nivel de creatividad y capacidad de dirigir.
- c)-Motiva a los atletas, ya que el desarrollo en grupo y el juego es un elemento imprescindible en el desarrollo de dichas actividades.

Este tipo de entrenamiento, de iniciar por el componente táctico solventa la problemática de cuando iniciar una acción idónea en función de la situación que plantea el combate. Pero el entrenamiento debe llegar a una etapa en que el atleta debe conocer una amplia gama mas variada de fundamentos y tener para elegir cual utilizar de modo correcto teniendo en cuenta aspectos como nivel y tipo de rival, momento de utilización, postura adquirida en el instante de ataque y combinaciones que puedan surgir, entre otras.

Estos son los modelos reconocidos hasta el momento para la enseñanza de habilidades deportivas, aunque es tema de debate por autores y entrenadores, cual es el modelo a emplear y cual es inferior a otro. Nuestro criterio lo anexamos al de los siguientes autores. Jiménez Sánchez, A (¿) estos modelos presentados no tienen que estar enfrentados entre ellos. Dependiendo del momento en que se aplique y su objetivo, puede que sean más idóneo unos que otros. Serán los entrenadores los que deben elegir el que más beneficio

proporcione a sus atletas atendiendo a las características del equipo. No obstante, el entrenamiento táctico y el técnico son los más completos en las categorías de iniciación.

Crespo, M, Granito, G, y Miles, D. (2000.) Consideran que la técnica y la táctica pueden verse a cada lado de la enseñanza como un "CONTINUOM", donde el trabajo técnico exige menos tomas de decisiones que el trabajo táctico. En este sentido el autor nos habla de programas de la enseñanza donde se va de situaciones mas abiertas a mas cerrada y viceversa.

Gagne (1997), refiriéndose a los estilos de aprendizaje señala que no constituyen una dicotomía sino un continuum es decir, habrá momentos en que necesitamos promover un tipo y en otros promover continuamente el otro. Este autor va a una integración en el aprendizaje y señalan que en su opinión las diversas teorías de aprendizaje no deben considerarse contradictorias. Su diferencia radica en que enfatizan unos determinados procesos y otros.

1.2-Consideraciones acerca de la táctica.

La experiencia y el estudio de entrenadores e investigadores demuestran que existen diversos conceptos de táctica.

Mahlo (1974) es una tarea específica y comparte con todas las acciones deportivas el hecho de ser un acto consiente, organizado y orientado, sin embargo, hay algo que lo diferencia, que consiste en su misma esencia, resolver prácticamente y respetando las reglas en vigor, un gran número de problemas planteados por las diversas situaciones. Esta situación debe ser a la vez, rápida y deliberada y debe aspirar al mayor éxito posible de la actividad.

Domínguez, J y Llano, J, L (8) el razonamiento táctico, se basa en el aprovechamiento de los conocimientos y experiencias correspondientes, en la capacidad de observar atentamente, de captar y apreciar rápidamente la situación del combate y adoptar oportunamente la decisión correcta.

Por su parte, Sklorz, M; abordando este tema subraya que es la capacidad para jugar, eficientemente con el máximo de aprovechamiento de la fortaleza física y mental de todas las oportunidades que nos ofrece durante un juego y después de este.

En este sentido, Talaga, J considera la táctica como la forma examinada y juiciosa de la competencia deportiva del contrario, regida por un reglamento y basada en las capacidades y la colaboración de los distintos jugadores que se adaptan correspondientemente a las condiciones y como objetivo el resultado más alto posible.

Mazur, A, G,(1972) ofrece una definición a partir de la consideración de los recursos que utiliza la táctica, y plante que es la elección de la técnica, la fuerza, la habilidad y la voluntad a utilizar mas convencimientos para alcanzar la victoria.

Borroto, E, Ramos, J, Herrero, G, Bernal, H.” se proyectan desde el punto de vista de los factores que influyen o determinan la manifestación táctica, al destacar que es la totalidad de los procedimientos individuales y colectivos tanto en el ataque como en la defensa, adecuados a los reglamentos en este deporte, a las formas de Lucha del contrario y a las numerosas condiciones de juego. Por su parte, Harre, D.(1976) Comparte este punto de vista, y señala que es una actividad dirigida hacia el éxito optimo, que se debe ejecutar de acuerdo a los conocimientos, las habilidades técnicas, la facultad condicional, la rapidez de reacción, las propiedades de voluntad y de otros componentes.

Existen definiciones cercanas a la táctica como ofrece Arkayev, V, A, (1972) cuando asume que es la habilidad de conducir el combate y esta encerrada en la habilidad y racional aplicación de las distintas medidas con el fin de vencer al contrario.

El pensamiento juega un papel fundamental entre los procesos psicológicos donde descansa la táctica, vinculando las tareas, condiciones y los modos de solución. Implica planificar acciones, fundamentándose en la anticipación previsor y en la inmediata, las cuales tienen un carácter individual y colectivo, y su particularidad depende del tipo de deporte. Según, Riera, J. (1995) Estamos de acuerdo con este planteamiento, que el tener conocimientos tácticos no significa poseer un pensamiento táctico. Cuando el pensamiento táctico se desarrolla, promueve en él o los deportistas una toma de decisiones y rapidez para resolver una considerable diversidad de situaciones competitivas. Riera (1995) plantea que la táctica deportiva constituye el elemento central de los deportes de oposición. Estos deportes, el análisis

exclusivamente técnico es insuficiente para comprender el enfrentamiento entre los contendientes, por ello es necesario disponer de procedimientos que permitan analizar la táctica deportiva, en (1996) este autor hace alusión que la secuencia táctica es esencial para comprender las actuaciones de los deportistas, todo seguimiento debe permitir obtener información de la secuencia táctica a lo largo de la competencia.

La planificación preliminar de las acciones tácticas tiene siempre un carácter probable, porque ni los deportistas, ni los entrenadores, disponen casi nunca de una información absoluta completa acerca de los adversarios y de las condiciones de las competencias.

1.3- La táctica en la lucha deportiva.

La táctica en la lucha deportiva consiste en la utilización correcta de las posibilidades técnicas, físicas y volitivas, teniendo en cuenta las características del contrario y la situación concreta generada en el combate y en las competencias. González y Cañedo (2000).

La táctica de la lucha deportiva se desarrolla ininterrumpidamente y se rige por las reglas de las competencias. Si en esta se introduce cualquier tipo de cambio, formas del colchón, variación del tiempo de combate, etc., entonces también es necesario que se renueve la táctica. Algunas acciones técnicas pierden su efectividad, otras las adquieren, y de esta manera surgen nuevas variantes tácticas de la lucha.

La maestría técnica del luchador está íntimamente ligada a su preparación táctica, física y volitiva. El desarrollo de la técnica trae como consecuencia la renovación y variación de la táctica, el surgimiento de nuevas acciones tácticas; además, crea las condiciones para su perfeccionamiento. La técnica es el recurso fundamental de la táctica.

El desarrollo armónico técnico dirigido al aumento de nuevas maniobras tácticas crea las condiciones para el perfeccionamiento de las mismas en la lucha.

La técnica es un fundamento y un medio de la táctica, siendo indispensable para decidir las condiciones de las tareas tácticas.

La maestría táctica está también estrechamente ligada con la técnica, la preparación física, volitiva y las cualidades individuales del atleta. Por esto vemos que la maestría táctica del luchador depende ante todo de su técnica específica. Con mayor maestría del luchador en la técnica, realizará en condiciones difíciles su acción técnica preferida, y más fácil le será elegir el momento para el ataque, siendo más amplias sus posibilidades con una rica y variada técnica y táctica. La táctica a la par con la técnica es el fundamento de la maestría deportiva del luchador.

El perfeccionamiento técnico debe ser sistemático e ininterrumpido para lograr el aumento de la maestría técnica.

Si el luchador adquiere la capacidad de realizarla en condiciones semejantes al tope, utilizará algún nuevo recurso, seguro que ampliará su arsenal técnico. Así vemos que un atleta ejecuta las técnicas de proyecciones con volteo, derribes, agarres de las piernas u otras proyecciones, etc., si este atleta, logra perfeccionar estos movimientos obtendrá mayor diversificación en la forma de preparación de nuevos recursos técnicos, lo cual le ampliará su capacidad técnico-táctica, logrando unir en combinaciones todas las acciones técnicas.

Lógicamente, el atleta debe perfeccionar los movimientos ya practicados y superarse en el estudio de nuevos recursos técnicos. Sucede que, a veces, la asimilación de los movimientos técnico-tácticos es insuficiente; por esto hay que crear las condiciones necesarias para elevar y mejorar su arsenal técnico.

Las posibilidades técnico-tácticas del deportista en los topes o en las competencias dependen en gran medida de sus posibilidades individuales, tales como:

Luchar de pie o en 4 puntos y ejecutar sus acciones técnicas preferidas por ambos lados.

El luchador dificulta la tarea del contrario neutralizándole sus ataques; por esto es importante realizar los movimientos por ambos lados, ya que el deportista adquiere la posibilidad suplementaria de utilizar íntegramente el momento para la ejecución del ataque victorioso.

Así, por ejemplo, en la ejecución de la virada con desbalance se comenzará el ataque al lado contrario, de donde queremos hacerlo, combinándose con otro

movimiento inesperado para el contrario; esto se realizará sin hacer ninguna pausa.

Hay que decir que es necesario para el luchador la preparación de los movimientos técnico-tácticos desde distintas direcciones, por lo que adquirirá la habilidad de ejecutar diferentes acciones técnicas desde posiciones variadas ya sea en la posición de pie o en 4 puntos, perfeccionando sus defensas y contra llaves, que aplicará al contrario. Si el atleta posee una defensa o contraataque deficiente de algún movimiento con anticipación está sentenciado a una derrota.

Por esto es necesario que el luchador se desenvuelva sobre el colchón sin ninguna tensión; quien no posea el hábito libre de moverse en el colchón en distintas direcciones, no tendrá posibilidad de aplicar diferentes recursos técnico-tácticos.

Para la correcta realización táctica del combate, es de particular significación el correcto dominio de las acciones técnicas y su automatización en la ejecución, lo que se consigue a través de muchas y variadas repeticiones, al máximo de velocidad y en diferentes condiciones. El luchador que domine con facilidad la técnica de la lucha no pierde tiempo en pensar en la ejecución de los recursos y mediante pensadas acciones tácticas, crea el momento dinámico propicio para su realización.

Las posibilidades tácticas en el luchador en mucho depende de su preparación física, desarrollo de la velocidad, fuerza, fuerza-rápida, resistencia, habilidad, etc., que le permiten al atleta escoger el mejor camino para la obtención de la victoria.

Así, por ejemplo, si el luchador tiene buena resistencia especial, podrá conducir el tope o la competencia a ritmo más elevado. El atleta que ha alcanzado buen desarrollo de la rapidez, de la fuerza-rápida, etc., tiene la posibilidad de profundizar en sus movimientos técnico-tácticos.

Un factor muy importante es la sensibilidad y velocidad de reacción del deportista. Un gran desarrollo de la sensibilidad, a la par con el perfeccionamiento técnico y la experiencia, permiten al atleta reaccionar oportunamente.

La táctica de la lucha aumenta por el desarrollo y la influencia de las capacidades motrices. Es importante distribuir las capacidades motrices consecuentemente con el tiempo de duración del combate; hay que luchar contra las influencias negativas que produce el tope; ejemplo la fatiga; interpretar correctamente la táctica, valorándola rápidamente con los cambios que continuamente ocurren en el combate.

Las posibilidades tácticas del luchador por otro lado con la técnica y la preparación física influyen en la preparación psicológica.

La preparación psicológica, al mismo tiempo que la preparación técnica y física, influyen en las posibilidades tácticas del luchador. El luchador valiente y con iniciativa se distingue por sus concepciones tácticas las cuales son completas y originales, y porque tiene la facultad de dictar al contrario las condiciones de lucha que considere más convenientes. La serenidad, la firmeza, la perseverancia, el dominio de sí mismo, y las demás cualidades volitivas, hacen que el luchador pueda sobreponerse en los momentos críticos del combate, y elegir las acciones y maniobras tácticas más favorables y llevarlas a cabo.

Para poder orientarse de modo correcto en la situación compleja y constantemente variable del combate, para poder tomar una decisión adecuada con rapidez y exactitud, y para reaccionar ante los cambios surgidos en el momento preciso, el luchador debe poseer un pensamiento lógico y analizar cada maniobra táctica. La característica fundamental del pensamiento táctico es la previsión.

Prever significa ver hacia el futuro con el pensamiento, imaginarse el transcurso de las acciones venideras, saber detectar en ellas lo fundamental y lo determinante, de esto va a depender en gran medida el resultado del combate y de la competencia en su conjunto.

El fundamento del pensamiento táctico, que le permite al luchador prever el posible desarrollo del combate y de la competencia, radica ante todo en el reconocimiento profundo de la lucha deportiva. Hay que tener en cuenta las características de la maestría del contrario y la situación generada, saber situarse en la posición del contrario y prever sus posibles acciones.

La táctica no debe ser un esquema. La situación frecuente del mismo procedimiento táctico dificulta la posibilidad de obtener un buen resultado, ya que los contrarios pueden adaptarse a él rápidamente y adoptar las medidas correspondientes para contrarrestarlo.

En este caso el atleta estará entorpecido en el colchón y no podrá oportunamente comprender la situación real, reaccionando tardíamente. Ocurre esto muchas veces, debido al nerviosismo, ausencia de firmeza, decisión y perseverancia del atleta. Esto da lugar a que peligre su capacidad de dosificar su esfuerzo en el transcurso del combate.

Así vemos que el luchador pasivo ante las dificultades se somete a la voluntad del oponente e individualiza la posibilidad de realizar el plan táctico del tope. Aquí influye la táctica que utilizara el entrenador en el transcurso del combate.

La táctica en la lucha aumenta incesantemente, enriqueciéndose cuando existe unión bilateral entre el entrenador y el atleta. El entrenador orienta las situaciones complicadas; constantemente toma decisiones que deben ser correctas para que a tiempo reaccione el atleta y pueda determinar cada acción o maniobra táctica.

El racionamiento táctico debe basarse sobre un calculo sensato y razonable. El atleta necesita una gran rapidez mental para valorar las situaciones y tomar las decisiones. Las actividades mentales del luchador se relacionan mucho con las situaciones complicadas (tensión nerviosa, miedo a perder el combate, etc.), que peligrosamente lo llevaran a la derrota si no controla las emociones negativas de distintos grados. Aquí hay que destacar que esto depende del objetivo, de la experiencia de los atletas en las competencias y su dominio en el gobierno de su atención: concentrarse, imaginarse el grado de percepción y el grado de sensación.

El fundamento de la actividad de pensar permite al luchador admitir el probable desarrollo del tope.

Los objetivos serán ante todo la profundización de los conocimientos de la lucha deportiva. Es necesario estudiar las particularidades de la maestría del oponente; hay que prever que dirección llevará el movimiento que quiere ejecutar el oponente, etc.

El luchador necesita estar preparado para los diferentes imprevistos que surgen en un tope; debe comprender la situación correcta de la utilización de la táctica en estos imprevistos.

El desarrollo correcto del razonamiento táctico permite al luchador orientarse en cualquier situación en que se encuentre. Sin embargo, todo lo previsto antes de una competencia puede resultar complicado, ya que pueden surgir obstáculos que afecten al mismo en la realización de su plan táctico. Aquí debe surgir la idea creativa del entrenador, que guíara certeramente el cambio que recibirá la táctica, utilizando nuevas maniobras para el logro del objetivo planteado.

La condición indispensable para alcanzar el éxito es el sentido creador con que se resuelva cualquier tarea táctica, la búsqueda de nuevas sendas, etc.

Organización de las clases en el estudio y el perfeccionamiento de la táctica en la lucha deportiva.

El estudio y perfeccionamiento de la táctica en la lucha ocurre de dos formas: En las clases prácticas y en las clases teóricas. En las clases prácticas se realiza el estudio-perfeccionamiento, el control del entrenamiento y las clases de lucha, ejercicios matutinos y también la participación en las competencias.

Debido a que cada clase puede tener una dirección especial táctica, el estudio-perfeccionamiento de las clases de táctica está dirigido a adquirir nuevos conocimientos, destrezas y hábitos de la táctica de la lucha, así como el perfeccionamiento de las clases anteriores y la asimilación de los movimientos tácticos que se estudien.

El estudio-perfeccionamiento tiene su principal objetivo en el perfeccionamiento táctico de la maestría del luchador en condiciones semejantes a las competencias. Los ejercicios especiales y los topes se dedicarán a trabajar sobre sus movimientos especiales preferidos, afirmando la ejecución de la táctica en el combate con diferentes contrarios y durante las condiciones propias de las competencias.

Los topes de control se organizan con el objetivo de elevar el nivel de preparación del luchador para las futuras competencias, destacando los aspectos que carecen de preparación táctica. La participación en las

competencias hay que considerarlas como una de las formas de la clase práctica. Precisamente es en las competencias donde más complicadas serán las condiciones del combate, adquiriéndose una rica experiencia y ampliándose los conocimientos de las clases de estudio-perfeccionamiento, destrezas y hábitos de la táctica de la lucha.

Tomando en cuenta la participación en diferentes escalas y características de las competencias, el luchador adquirirá una mayor experiencia táctica y en la práctica estudiará a sus diferentes oponentes. En las competencias, en el desarrollo del trabajo individual, el atleta experimenta y produce una nueva imagen para su acción táctica; los ejercicios matutinos ayudan al desarrollo de una mejor preparación táctica, ya que por medio de los ejercicios especiales de imitación con oponentes se logra un perfeccionamiento mayor de los distintos movimientos tácticos.

En la preparación teórica se utilizan lecciones de la táctica de la lucha, demostraciones de documentales, películas, videos, análisis de competencias y entrenamientos, análisis de la maestría del oponente, estudios individuales de la literatura especializada, realización de tareas de carácter deportivo, análisis de la táctica en el plan del combate, etc.

Las clases teóricas ayudan mucho y gracias a ellas se conoce profundamente la relación existente entre técnica y táctica. Estas clases deben ser dinámicas en su forma de contenido e impartición, así como en su interés. Con estos materiales nos ilustramos brillantemente, utilizando las demostraciones prácticas para dinamizar la impartición de los contenidos en las clases.

De la calidad para desarrollar las clases teóricas depende el análisis del entrenador sobre los contrarios y el análisis de las competencias.

De estas clases depende el aumento de la maestría deportiva del luchador y de sus éxitos en las competencias.

Las clases teórica

S consolidan los conocimientos tácticos a través de:

- Análisis de las diferentes situaciones.
- Documentales, fotos, videos, películas.

-Análisis de las competencias.

-Análisis de la maestría y capacidades de cada uno de los contrarios.

Tipos de Tácticas. Su utilización. (Catalá, Cañedo)

Según el criterio que fundamentan los autores, existen tres tipos de tácticas.

a).-Táctica de ejecución de las acciones técnicas.

b).-Táctica de conducción de un combate.

C.-Táctica de participación en competencias (eliminativas y por equipos).

.Táctica de ejecución de las acciones técnicas.

Esta táctica consiste en la utilización adecuada de determinadas acciones que favorecen o dan la posibilidad de poder llegar a ejecutar determinadas acciones técnicas y de condiciones favorables surgidas en el transcurso del combate y la habilidad para crear dichas condiciones mediante el empleo de diferentes métodos de preparación táctica.

Mientras mejor el luchador pueda utilizar dichas condiciones, mejores serán las posibilidades que tenga para ejecutar sus acciones técnicas preferidas durante la lucha con cualquier oponente. En estos casos, el luchador obtiene un resultado superior con un gasto menor de fuerza y energías.

Condiciones favorables para la realización de las acciones técnicas.

En el transcurso del combate cambian constantemente las condiciones y posiciones de los luchadores, el grado y la diferencia del esfuerzo. También varía su estado *físico y psicológico*. *Estos factores caracterizan en lo fundamental la situación* concreta generada en cada momento del combate, porque dificultan o facilitan la ejecución de unas u otras acciones técnicas. En el transcurso de la lucha, todos estos factores se presentan en las más diversas variantes.

Posiciones del cuerpo:

Estas son adoptadas por los luchadores durante el combate, en mayor o menor grado, dificultan la realización de algunas acciones técnicas y facilitan la ejecución de otras; todo depende de la posición en que se encuentran los brazos, las piernas, el tronco y la cabeza del oponente, que distancia este

ocupa, etc. En la lucha la mayoría de las acciones técnicas y sus elementos se basan en la eliminación del equilibrio del oponentes (empujones, derribes a 4 puntos y otros). Por lo tanto para llevar a cabo las acciones técnicas, serán favorables aquellas posiciones en que el oponente posee poca estabilidad en la dirección en que se realiza alguna de las acciones técnicas o sus elementos.

Esfuerzo del oponente:

Pueden crear condiciones adecuadas para la ejecución de algunas acciones técnicas, pero, al mismo tiempo pueden obstaculizarla por la ejecución de otras.

Si la acción se efectúa en la dirección del esfuerzo del oponente, entonces las condiciones para su ejecución serán favorables. Por ejemplo, si el oponente dirige sus esfuerzos hacia adelante (se traslada hacia adelante) y su cuerpo adopta una posición conveniente para ejecutar el correspondiente agarre, entonces esta situación facilita las proyecciones con volteo, con arqueo, con bombero, diferentes derribes a 4 puntos con y sin acción de las piernas, etc.

Cuando los esfuerzos del oponente van dirigidos hacia atrás (en dirección a su empujones con o sin acción de las piernas).

En la creación de las condiciones favorables, sobre todo en la lucha libre, tiene gran significación la posición específica en que se sitúa el peso del cuerpo del oponente. Diferentes acciones técnicas que se realizan por medio de zancadillas, barridos, enganches y otras acciones de la piernas espalda), o comienza a moverse hacia atrás, es conveniente ejecutar diferentes, se hacen más efectivas si el oponente recarga el peso del cuerpo sobre la pierna atacada.

Los esfuerzos que efectúa el oponente en el combate, así como la posición en que coloca el peso de su cuerpo, crean condiciones favorables para la ejecución de la segunda parte de la acción técnica.

Debilitamiento físico del oponente:

El oponente, cuando el luchador está cansado, pierde agudeza en la atención, fuerza y destreza. Como resultado de ello, no puede defenderse con la energía

requerida, ni tampoco contraatacar. Este estado facilita la ejecución de las acciones de ataque y contraataque.

Estas son las acciones del luchador ejecutadas con un fin determinado, como resultado de las cuales obtiene una reacción de respuesta por parte del oponente que facilita la ejecución de las acciones técnicas previstas con anterioridad.

Una de las características específicas de la lucha deportiva es que las acciones y la conducta de cada uno de los luchadores en el combate, presentan en la mayoría de los casos, una reacción de respuesta a la conducta y las acciones del oponente.

Existen métodos diferentes para el desarrollo de la táctica en la ejecución de las acciones técnicas:

- Clases especiales técnico-prácticas en el colchón.
- Análisis de toques de entrenamiento, control y competencias.
- Utilización del video en el entrenamiento.
- Realización de toques de entrenamiento con una orientación táctica anticipada.

La diferenciación desde el punto de vista del peso de los atletas de lucha denota sus fuerzas físicas y disminuye las posibilidades de ejecución directa de las acciones técnicas. En la lucha actual, es imposible ejecutar una técnica eficaz contra un luchador de calidad, si esta técnica no ha sido previamente preparada con algunos procedimientos tácticos.

Entre los procedimientos están: La desconcentración, la maniobra, la amenaza, los ataques dobles y en series, el cebo, la retención, el reconocimiento, el disimulo, los complejos técnico-tácticos, la lucha por la superioridad moral, el reglaje del tiempo, la utilización de los errores del oponente, las dimensiones del colchón y características de estas, etc.

La utilización de la reacción del oponente ante acciones concretas forma, por lo general, la base de los métodos de preparación táctica de las condiciones favorables para la ejecución de las acciones técnicas, contraataques y defensas.

Todos los métodos de preparación táctica para la ejecución de las acciones técnicas pueden surtir efectos, no solo en forma individual, sino también en combinaciones, cuando las condiciones probables para la ejecución de la acción técnica se preparan según varios métodos que se complementan unos a otros, y no por uno, solo.

Mala preparación psicológica:

Las condiciones favorables para la conducción de las acciones técnicas surgen en el combate con un oponente que no está preparado lo suficientemente para la participación en competencias. Si el oponente sobrestima las posibilidades del contrincante, está deprimido psicológicamente, muestra miedo e indecisión y se preocupa demasiado por el resultado del encuentro, entonces, por regla general, efectúa el combate con limitaciones, pierde la iniciativa, comete errores y no puede manifestar sus cualidades físicas en toda su magnitud, ni tampoco su preparación técnico-táctica.

Preparación de las condiciones favorables por medio de la acción de fuerza sobre el oponente:

Las condiciones convincentes para la ejecución de las acciones técnicas pueden ser creadas no solo por medio de los métodos de preparación táctica basadas en la reacción del oponente, sino también directamente mediante acciones de fuerza. En este caso antes de pasar a la ejecución de la acción técnica o partes de ella, el luchador efectúa acciones que pongan al oponente en la posición propicia para el ataque. En ocasiones como estas, las condiciones favorables surgen como resultado de la posición conveniente del cuerpo del oponente y su inercia.

Táctica de conducción de un combate.

La táctica en un luchador depende mucho de su particularidad individual. En la práctica observamos que cada atleta tiene su propio estilo táctico. Unos desarrollan el tope a un ritmo alto (ataque), otros poseen una gran capacidad en la rapidez, esforzándose en el contraataque y en los errores en que incurra el contrario.

Las tácticas para un combate en la lucha pueden ser: Tácticas ofensivas, táctica de ataques incesante, táctica de ataques por episodios, tácticas de

contraataques, tácticas defensivas, táctica de enmascaramiento, táctica en la zona de pasividad, táctica de las condiciones favorables surgidas como resultado de los errores del oponente, táctica de las condiciones favorables ocurridas en el transcurso del combate, táctica de las condiciones favorables en el transcurso del combate como resultado de la defensa y táctica de las condiciones favorables que surgen ante las acciones de ataques y contraataques del oponente.

La táctica ofensiva:

Es la gran actividad del luchador realizando el combate con decisión y valentía. Esta se caracteriza porque el atleta lucha libremente, ocurren muchos movimientos y combinaciones con diferentes maniobras tácticas, engaños y enmascaramientos, que se conjugan con intentos reales de aplicar las acciones técnicas favoritas.

Para el desarrollo de esta táctica se necesita del deportista una magnífica preparación física y psicológica en la aplicación de diferentes técnicas y medios tácticos. Ella se subdivide en dos diferentes tipos: Táctica incesante de ataque y Táctica de ataque por episodio.

Táctica de ataque incesante:

Se caracteriza porque el luchador sostiene la iniciativa, realizando el tope a un ritmo muy alto, constante, avivando la lucha, esforzándose en el ataque contra su oponente, imposibilitándole que realice su plan táctico. Atacar constantemente no significa empujar al contrario fuera del colchón o hacia la zona de pasividad sin movimientos técnicos. Esta táctica descontrola al adversario y es muy utilizada en la actualidad, debido a las exigencias propias de la actividad en las competencias.

Todo el armamento táctico de ataque es necesario utilizarlo de una forma completa, empleando todas las posibilidades para perseguir al oponente. Hay que variar constantemente los agarres, entradas, etc., pues sino se perdería el ritmo de ataque que da la posibilidad al oponente de llegar a concentrarse y organizar su pensamiento táctico.

Esta táctica con el nuevo cambio del reglamento se debe incluir para tratar de anular la voluntad del oponente, manteniéndolo en una tensión constante y

agotando su iniciativa y posibilidades. Debe utilizarse contra aquellos atletas que tienen deficiente su preparación física y poca resistencia especial.

Por último para aplicar este tipo de táctica, el atleta debe tener gran maestría técnico-táctica, magnífico desarrollo de las capacidades motrices, gran resistencia especial, buen temple de la voluntad, habilidad para utilizar las maniobras, buen desarrollo táctico para ejecutar las acciones técnicas, como conducir el ataque y perseguir al oponente. De aquí depende la forma que debe tener el atleta para aplicar este tipo de táctica.

Táctica de ataque por episodio (partes):

Esta táctica se aplica cuando el luchador en ofensiva va al ataque por partes, a través de intervalos individuales. Los intervalos que haga entre los ataques serán con el fin de seguir a su oponente, maniobrar y ejecutar agarres complicados, demostrando su deseo de luchar. Hay que enmascarar bien los movimientos tácticos para distraer la atención del oponente, burlando su vigilancia; sobre todo, hay que elegir el momento oportuno y atacar súbitamente.

Esta táctica es peligrosa para aquellos oponentes que no están preparados psicológicamente, que se orientan mal en el colchón. El ataque por partes no consiste en ejecutar un solo recurso técnico, sino, que mediante una serie de cálculos objetivos, relacionarse con las particularidades de los oponentes.

Indiscutiblemente, las diferentes tácticas de ataques por episodios son efectivas contra atletas que están preparados insuficientemente para la competencia y no poseen una buena resistencia especial.

Para vencer, hay que tener la iniciativa de dominar la voluntad del oponente, utilizando de forma completa y efectiva su táctica, su capacidad física. En los intervalos entre los ataques el luchador, observando con atención a su oponente, maniobra y realiza algunos agarres de engaño; otras veces, premeditadamente, se muestra apático para la lucha activa y realiza acciones tácticas que intervienen en la atención del oponente.

Los ataques por episodios se pueden efectuar realizando el combate a ritmo lento, medio o acelerado.

La aplicación de esta táctica a ritmos lento y medio, permite al luchador economizar el gasto energético, ya que en los intervalos puede en cierto grado recuperarse.

Es mucho más difícil emplear este método cuando el combate se lleva a cabo a un ritmo acelerado. Esto lo pueden realizar solo los luchadores que además de poseer todas las demás cualidades, tienen una excelente resistencia a la fuerza-rápida.

Las posibilidades que se alcanzan con este método de un ritmo acelerado se deben a que el oponente se va cansando paulatinamente y a cada ataque le irá ofreciendo menor resistencia. El luchador aprovecha esa situación y planifica la acción final para el segundo, el tercer ataque, etc.

Táctica de contraataque:

Consiste en que el luchador organiza su combate con ataques de riposta, utilizando para ello los métodos convenientes que se aplican como resultante de las acciones ofensivas del oponente.

Esta táctica es muy utilizada, ya que con ella se aprovechan los momentos favorables que surgen durante las acciones técnico-tácticas. Es efectiva, sobre todo, con el luchador más lento. Utilizando esta táctica, es necesario lograr que el oponente ataque en el momento deseado, induciéndolo a reaccionar con nuestra provocación.

De esta forma, los oponentes se creen superiores, ya que aparentemente llevan la ofensiva, momento que se aprovecha para realizar las acciones de contraataque.

Para dominar esta táctica, el atleta debe poseer gran velocidad de reacción de los movimientos, buena elasticidad, flexibilidad, técnica depurada, decisión y valentía. Es necesario orientarse bien y cambiar las orientaciones y situaciones en la pelea. Debe tener el atleta una buena efectividad en las técnicas de defensas y contraataques.

Esta táctica se puede utilizar, pero nunca establecerla como patrón, ya que tiene en su contra que se puede neutralizar fácilmente; por tanto el atleta de

alto rendimiento debe utilizarla en su momento oportuno y con contrarios específicos.

Táctica defensiva:

De acuerdo a las exigencias actuales del reglamento no se recomienda su desarrollo, pero por sus características no debemos obviarla.

Se caracteriza porque el luchador concentra toda su atención en la defensa, no realizando activamente el tope, ni emprendiendo tentativas de ataques ni aprovechando los errores del oponente. Esta táctica pone al luchador en completa dependencia de su oponente. Es más, si el luchador se atiene a este tipo de táctica en el transcurso del combate, entonces, por regla general, será derrotado, ya que inclusive la defensa más depurada no garantiza el cambio de ataque con perseverancia y valentía; y que durante todo el combate no logre rebasar la defensa y aplicar una acción táctica decisiva.

Una táctica defensiva demasiado cautelosa, fundamentada exclusivamente en sorprender al oponente en un error es una táctica primitiva. No obstante puede ser utilizada por un corto espacio de tiempo para reponer las fuerzas antes de atacar al oponente, y también con el objetivo de obligarlo a pasar a acciones más activas; combinaciones o contraataques.

Esta táctica debe utilizarse cuando se está mal preparado físicamente. Rechazar absolutamente esta táctica es un error, a pesar de tener en su contra a los jueces y árbitros, pero, si se sabe utilizar inteligentemente puede dar buenos resultados en algunas ocasiones en momentos determinados del tope o la competencia.

También puede utilizarse para recuperar fuerzas, o para desconectar al oponente, fundamentalmente se utiliza para recuperarse de un esfuerzo tenaz o para orientarse, buscando otras salidas.

El atleta que utiliza esta táctica deberá poseer una reacción efectiva para atacar en el momento preciso el error del oponente. Para mejor utilización de esta táctica es necesario que el atleta maniobre con arte y destreza en situaciones extremadamente difíciles.

Esta táctica se perfecciona en el entrenamiento, dando tareas a cada atleta. Sin embargo, la modernización y desarrollo del nivel de la lucha necesita que el atleta conozca todos los tipos de tácticas.

En correspondencia con las características individuales psíquicas y físicas, algunos luchadores pueden darle preferencia a la táctica de ataque (ataque ininterrumpido o por episodios) y otros pueden preferir la táctica de contraataque. Sin embargo, el nivel actual de desarrollo de la lucha exige que el luchador domine todos los tipos de tácticas, sepan utilizarlas correctamente y las pueda conjugar entre si, de acuerdo con las características del contrario, su preparación y la situación concreta en el combate y las competencias.

Los luchadores de clase mundial utilizan al máximo las posibilidades tácticas que se presentan en las distintas situaciones del tope, y ejecutan la combinación hábil de las diferentes tácticas, de acuerdo con las cualidades y capacidades de cada contrario, y no se limitan a la utilización esquemática de una sola de ellas en todos los combates y frente a todos los oponentes.

Táctica de Enmascaramiento:

El enmascaramiento es un método de preparación táctica por medio del cual el luchador esconde sus verdaderas intenciones al oponente, dificulta la exploración lo engaña y le crea un concepto erróneo sobre su preparación.

Cuando un luchador se enfrenta con un oponente más débil, y el encuentro se efectúa antes del combate con uno más fuerte, si no existe una necesidad imperiosa, no debe mostrar las posibilidades técnicas con las cuales pretende ganarle a este último. También es importante no descubrir ante el oponente el estado de preparación en que uno se encuentra, para que aquel no pueda aprovechar la situación. Independientemente de la situación existente y del proyecto táctico en el combate, a veces es conveniente ocultar el cansancio mostrándose brusco y manifestándose con fuerza y energía, o, por lo contrario, enmascarar la disposición de atacar en cualquier momento, haciendo resaltar el cansancio y la falta de resistencia.

La habilidad para enmascaramarse depende mucho de la creatividad del luchador, de su poder de observación y de su experiencia. La utilización constante de las mismas acciones técnicas y métodos de enmascaramiento permite al oponente

interpretar con relativa facilidad las intenciones del luchador. Por lo tanto, el luchador debe prestar gran atención al enmascaramiento y perfeccionar constantemente esta táctica.

Táctica en la zona de pasividad del colchón:

Actualmente es de suma importancia la lucha en el borde del colchón. La zona de pasividad hace que alrededor del 50 u 60 % de las acciones técnico-tácticas se efectúen en esta zona, lo cual ha provocado un estudio más profundo de la táctica, en esta zona.

Las reglas varían con mucha frecuencia y hacen que constantemente se dinamice aún más el combate. Actualmente la gran preparación física del luchador, su preparación técnico-táctica y su maestría deportiva lo ayudan en grado sumo a la obtención de la victoria. Con los nuevos cambios de las reglas, la lucha aumenta su ritmo e intensidad, provocando un aumento mayor en la preparación de las acciones técnico-tácticas que dinamicen el tope. Esto obliga a buscar nuevas y variadas combinaciones que tengan más efectividad y aumentar el perfeccionamiento de la técnica y la táctica.

Al adversario hay que llevarlo y acorralarlo en esta zona del colchón, realizando un plan táctico acordado, no darle el más mínimo detalle para que se defienda; atacarlo constantemente para provocar que se mantenga en esta zona, propiciar su salida o que cometa errores propios de la defensiva.

Si el luchador no domina la táctica de la lucha en el límite de la zona del colchón, se siente obstaculizado y le es más difícil maniobrar. En este momento, el luchador tiene la posibilidad de utilizar los esfuerzos del oponente, dirigidos a ocupar una posición más conveniente y a no salirse del colchón. Esta posición es adecuada para la realización de proyecciones con arqueo, con volteo, con bombero o zancadillas, derribes a 4 puntos, con sumersión, con alón de brazo (con o sin acción de las piernas).

El luchador, al encontrarse de espaldas en el límite de la zona del colchón, no está impedido para efectuar un ataque desde esta posición. Debe saber variar la estructura de la acción técnica que se aplica, de manera que, después de ejecutarla, se encuentre sobre el área de combate y no fuera de sus límites. El luchador que sabe hacer esto puede ejecutar la acción técnica desde

posiciones iniciales que el oponente valora como no peligrosas, ya que estará seguro de que el ataque no tendrá éxito. De este modo surge el factor de acción inesperada, que facilita el éxito del atacante.

La táctica cerca de la zona de pasividad debe estar precedida por un gran perfeccionamiento técnico-táctico.

Es fundamental la orientación en el combate en la zona; tanto es así, que, al ejecutar una acción técnica, el atleta debe orientarse para no hacer esfuerzos innecesarios.

Es muy importante que el entrenador le plantee al atleta tareas muy concretas para resolver en esta zona; es necesario que el atleta resuelva por sí mismo tareas difíciles en el entrenamiento, ya que en la competencia tendrá que tomar decisiones por sus propios medios, pues el entrenador no podrá prestarle mucha ayuda mientras se encuentre en el combate.

Condiciones favorables surgidas como resultado de los errores del oponente: En el proceso del combate, el oponente puede cometer diferentes errores de carácter técnico y táctico, debido a los cuales se crea una forma táctica favorable en general, o bien una situación favorable concreta para la ejecución de una acción técnica determinada.

Hay que saber valorar los errores del oponente y en la primera oportunidad, saber reaccionar con la correspondiente acción para atacar con éxito.

Condiciones favorables ocurridas en el transcurso del combate:

Si se intentara descomponer de manera convencional el combate de los luchadores en sus componentes principales, estos serían las acciones técnicas de ataques, contraataques, las defensas y las diferentes acciones preparatorias, que se basan fundamentalmente en las maniobras (todo tipo de desplazamientos, agarres, etc.).

Cuando el oponente realiza cualquiera de estas acciones, se generan condiciones favorables para la ejecución de llaves y contra llaves. Además, dichas condiciones aparecen también como resultado de los errores que comete el oponente en el transcurso del combate.

Al valorar la situación en el combate, para saber en que medida esta situación es favorable para la ejecución de la acción técnica, el luchador también debe tener en cuenta su posición inicial en relación con el oponente y la posición del límite en la zona del colchón, así como su estado físico y psíquico en el momento dado.

Condiciones favorables surgidas en el transcurso del combate como resultado de la defensa:

Casi todas las defensas que utiliza el oponente ante cualquier llave, contraataque o agarre, facilita en cierto grado, la ejecución de otra llave o agarre. Si el oponente rechaza el ataque exitosamente, siente la sensación de satisfacción y por un instante, debilita la concentración de la atención. Además, después de la tensión desplegada en la ejecución de la defensa, el oponente se relaja un poco. Si inmediatamente después del intento se repite el ataque, entonces este será inesperado y la acción técnica puede coronarse con el éxito.

Para la realización de muchas defensas, el luchador se ve obligado a variar considerablemente la posición de su cuerpo o de una parte de este. Una vez rechazado el ataque, el atacado regresa, por lo común a la posición inicial, en ese momento, no solo debilita su atención, sino que se abre, favoreciendo el ataque, para desarrollar lo que se determina comúnmente como Combinación.

La situación favorable que surge en el transcurso del combate, por la defensa que aplica el oponente como riposta a las acciones de ataque del luchador, pueden ser creadas especialmente por este, utilizando métodos de preparación táctica: amago, eliminación del equilibrio, limitaciones, etc.

Condiciones favorables que surgen ante las acciones de ataque o de contraataque del oponente: El oponente, cuando ejecuta una acción de ataque o de contraataque comúnmente se concentra en su ejecución y al inicio adopta una posición poco estable. Este es el momento favorable para realizar un ataque de riposta. Las condiciones favorables que surgen durante el ataque del oponente se aprovechan mejor cuando la acción técnica se ejecuta en la misma dirección en que el oponente aplica sus fuerzas.

En el combate sucede a menudo que el oponente regresa a la posición cuando ha fallado al intento de aplicar una acción técnica. En ese instante, igual que en el caso anterior, ocupa una posición poco estable y se abre. En esta ocasión, las condiciones favorables también se caracterizan por el hecho de que la gran tensión y la movilización psíquica que experimenta el oponente ante el ataque se convierte en cierto estado de debilitamiento. En él pueden surgir distintas inhibiciones psíquicas relacionadas con el fallido intento de ataque. Todo ello genera una situación conveniente para la realización del ataque.

Confección del plan táctico de conducción del combate:

Para obtener mejor resultado en el combate, el luchador debe planificar con antelación sus acciones para el combate venidero.

El plan táctico del tope debe reflejar los encuentros y aspectos fundamentales de la táctica de conducción de la lucha. Por lo general, en el plan táctico de conducción del combate se especifican los objetivos de este, los medios y métodos para obtener dichos objetivos, las acciones técnicas ofensivas, los métodos de preparación táctica y la distribución de las capacidades motrices en el combate, o sea, el ritmo en las diferentes partes del mismo. Si es necesario, el luchador especifica la posición y elige la distancia. El éxito en el combate depende mucho de la medida en que el plan trazado haya sido correcto. En la confección del plan táctico debe tenerse en cuenta el desarrollo más probable de la lucha y precisarse la manera de proceder en cada una de las partes. Las tareas que el luchador se plantea en el combate, la forma que el traza y los medios y métodos de lucha, deben corresponder obligatoriamente a sus posibilidades. El plan de combate con un oponente desconocido se confecciona poco antes del salir al colchón y es preparado por el luchador de acuerdo al desarrollo de sus cualidades (preparación técnica, táctica, física y volitiva) y también teniendo en cuenta la situación concreta que existe en la competencia.

El desarrollo táctico de un combate de lucha tiene 3 fases:

- 1.-Estudio del oponente.
- 2.-Planificación del combate.
- 3.-Aplicación del plan táctico.

Estudio del oponente.

Los aspectos más importantes que se deben conocer sobre el oponente son:

- Que táctica utiliza frecuentemente.
- En que posición lucha mejor, de pie o en 4 puntos.
- Cual es el nivel de desarrollo de sus capacidades físicas y volitivas.
- Que recursos técnicos son los que más utiliza.
- Cual es su estado de ánimo.
- Si lucha bien en los límites de la zona del colchón, etc.

Todo esto se puede saber observando al oponente en los diferentes combates y competencias o por los relatos de otros luchadores o entrenadores. Sabiendo todo esto, el atleta y el entrenador realizan el plan táctico de la pelea.

Planificación o preparación del plan táctico del combate.

Hasta el plan de combate más exacto hay que saber llevarlo a cabo. En el transcurso de la lucha surgen inevitablemente momentos que complican la ejecución de las acciones trazadas con anterioridad. Un luchador que no sienta seguridad en sí mismo, que posea poca voluntad, o no tenga experiencia del plan preconcebido, actúa de manera caótica, cayendo por este motivo bajo la dependencia del oponente y deja pasar a menudo la posibilidad de la victoria. Realizar el plan táctico de las acciones significa someter al oponente a la voluntad propia. Por eso, toda la voluntad, tenacidad y perseverancia deben estar dirigidas a eliminar las complicaciones y obstáculos que surgen durante el combate e impedirle al oponente el desarrollo de su táctica. Para ello es necesario ante todo perfeccionar en su máxima expresión las acciones técnico-tácticas que se planean ejecutar.

En el combate hay que saber arriesgarse inteligentemente y actuar de modo activo, o de lo contrario se pueden dejar escapar muchas situaciones convenientes para superar al oponente y el plan trazado puede convertirse en algo irreal. Durante meses, entre los períodos de combates, el luchador tiene oportunidad de analizar sus acciones, analizar con sentido crítico la situación y en caso de necesidad, introducir las correcciones pertinentes en la táctica de la

lucha para el próximo período. Es aconsejable que el luchador sea ayudado en este caso por el entrenador o por algunos de los compañeros más experimentados de su equipo que hayan observado atentamente el curso del combate. Las orientaciones, instrucciones y consejos deben ser cortos, exactos y apreciados con absoluta claridad.

El resultado positivo o negativo del combate está en dependencia directa de una correcta preparación en su dirección, de las condiciones psicológicas del atleta y del alto grado de preparación del mismo.

El plan más exacto no dará resultado si el atleta no contribuye con su decisión a realizarlo. Por lo tanto, elaborando la información que se tiene del oponente vemos las posibilidades de este en una situación correcta, su técnica, su táctica, su preparación física y volitiva, sus particularidades individuales, su situación en el torneo, etc.

En la mayoría de los casos, cada combate no será igual con los distintos contrarios. En el transcurso de la lucha surgen momentos desconocidos, dificultando las situaciones, a veces inesperadas. Estas situaciones deben resolverlas los atletas con su creatividad y astucia.

Realizar el plan táctico. Significa someter al oponente a nuestra voluntad, inducirlo a luchar en la forma prevista, obstaculizando sus agarres, buscando el momento propicio para dirigir el ataque hacia su lado más débil. En el combate hay que poner toda la voluntad y decisión para superar todo lo que pueda surgir en el transcurso de la pelea, hay que superar las distintas dificultades de las tareas tácticas.

Por supuesto para luchar es necesario poseer un gran dominio técnico-táctico de los movimientos, al mismo tiempo para poder ser activo en el transcurso del combate, se deben ejecutar los movimientos en situaciones favorables para superar al adversario y sobre todo, realizar el plan táctico de la pelea.

La forma correcta de realizar el plan de dirección del combate sobre cualquier situación que se presente, será invariable desde el comienzo hasta el final, salvo algunas situaciones que pueden surgir en el transcurso de la pelea y que no se pensaron anteriormente. Aquí la experiencia y la madurez de los conocimientos jugarán su papel; lógicamente, después de variarse el plan

táctico de acuerdo con la situación que pueda surgir, se elegirá la vía más fácil para obtener la victoria.

La táctica es variada y muy flexible y depende de las situaciones variadas que ocurren en el combate; un factor decisivo es la astucia del atleta, ya que este deberá elegir la técnica precisa al realizar algún movimiento ofensivo o defensivo en el transcurso del combate.

El atleta debe emplear la lucha necesaria contra la defensa del oponente, dirigiendo hacia ella todo su arsenal técnico-táctico y provocando en el oponente el desconcierto. Es necesario que el luchador tenga habilidad para encontrar las posibles entradas o salidas y tomar correctamente las decisiones oportunas, que cambian constantemente durante el combate. En el descanso después de cada pelea, se puede analizar el resultado del período de lucha, valorando críticamente la situación y haciendo los cambios oportunos en la táctica si es necesario y plantearse tareas más concretas.

La valoración que debe hacerse sobre los siguientes aspectos:

- 1.-Valorar cada uno de los combates.
- 2.-Determinar los puntos débiles que posee el oponente y conocer sus movimientos preferidos más efectivos.
- 3.-Indicarle la orden o tarea que debe desarrollar y explicarle como debe conducir el combate.

El atleta para obtener la victoria no solo dependerá de su maestría, sino que sabrá decidir hacia donde dirigir el ataque, hacia los puntos más débiles y vulnerables del oponente, aprovechando sus errores y deficiencias. El atleta no debe equivocarse, su plan táctico debe cumplirlo para lograr la victoria con un mínimo de errores.

Para el atleta es necesario utilizar cada posición en beneficio propio de sus intereses, buscando los miembros para maniobrar, enmascarando la dirección principal del ataque táctico, advertirse sobre los movimientos del contrario, valorar concretamente las situaciones que se presenten, etc.

La mala preparación táctica, el temor al oponente y la inseguridad conducen al atleta a perder la posibilidad de ejecutar las llaves y contra llaves, desorientándose en su ataque y destruyéndole sus conocimientos tácticos.

Hay que valorar si el adversario se equivoca intencionalmente para provocar en el atleta la reacción lógica del ataque o el contraataque en la entrada, observando atentamente que situación es más favorable para ejecutar la acción técnica preferida.

c).- Táctica de participación en las competencias eliminatorias.

Es la habilidad que utilizarán el entrenador y el atleta para lograr un mejor resultado deportivo, en el orden individual. Para obtener las victorias en las competencias se utilizará y determinará el objetivo a seguir en cada combate, sobre todo por la utilización racional de los medios de la lucha: táctico, técnico, preparación general y especial.

La táctica en la participación de las competencias consiste en la utilización hábil de todas las posibilidades del luchador o del equipo, para obtener el mejor resultado.

En vísperas a la competencia se determina el objetivo de cada encuentro y el empleo más racional de los medios físicos, técnicos y tácticos de la lucha. En estos casos, es necesario tener en cuenta las características de las competencias en encuentros, es decir, su envergadura, carácter, condiciones en que se llevan a cabo y de la situación existente. La táctica del luchador es importante inclusive en competencias de un mismo carácter, ya que las condiciones que la determinan varían en cada ocasión. No obstante, existen principios comunes en las acciones tácticas del luchador.

Antes del comienzo del torneo, el atleta y el entrenador precisan el objetivo de los combates y las tareas de las competencias. Después del pesaje y del sorteo, el luchador recibe la información sobre la cantidad de participantes y el número que tiene cada uno en la tabla del torneo.

Todo esto se realiza con el estudio de las particularidades y los datos o informaciones de las competencias, su calidad, nivel, carácter, condiciones, etc. y las situaciones concretas que se presentan en las competencias.

El atleta no puede concretamente saber que ocurrirá; es necesario obtener información de cada contrario y preparar en forma óptima al atleta, modelando a los futuros oponentes.

La táctica en la lucha no está dada por un solo momento, ya que constantemente se cambian las situaciones en el tope, debido a la dinámica misma del combate. Por esto se presentan infinidad de situaciones que el atleta solo deberá resolver en el momento preciso. Las competencias duran de 1 a dos 2 días, por regla general. En estos días, el atleta debe tener el peso necesario y exacto; debe conocer la cantidad de participantes por peso y basado en esto, sabiendo el sorteo, preparar la táctica de combate con anterioridad. Por esto es necesario conocer a los oponentes en la primera vuelta con quien se enfrentara y después de acuerdo al resultado de cada combate.

En el análisis del primer combate, el atleta debe saber como luchará contra su oponente y a que ritmo de acuerdo a las características propias del oponente. Después de esto, es necesario conocer su nivel técnico-táctico y buscar el movimiento efectivo y preciso.

Si se enfrenta el primer día con los atletas más débiles, hay que saber reservar el máximo de esfuerzo para los oponentes más fuertes. Aquí es necesario aplicar el arsenal táctico para que no se descubra su movimiento preferido ya que, resultaría difícil realizarlo posteriormente con los oponentes más fuertes.

Si después del sorteo se puede preparar el plan táctico contra los oponentes más fuertes, habiendo ocurrido, en el entrenamiento anterior a la competencia, la modelación que se realiza con vistas a los futuros oponentes, conociéndose sus características fundamentales, se podrá dar paso al empleo de la táctica, haciendo alguna corrección en el momento oportuno, si es necesaria hacerla.

Muchas veces el atleta se enfrenta a oponentes que no conoce. Aquí la iniciativa del atleta influirá en los resultados, su experiencia ayudará a lograr mayor conducción de la táctica en el tope. Para ganar hay que estar bien preparado para la competencia, dependiendo esto, como es lógico, de las cualidades volitivas del atleta y su preparación psicológica.

Para actuar correctamente desde el punto de vista táctico, es necesario analizar la situación propia y la de cada uno de los oponentes en la tabla de posiciones, después de terminado cada combate y cada vuelta.

El análisis de la situación existente en el transcurso de la competencia permite al luchador planificar el combate de forma tal que, cuando se haga el resumen de todos los combates, se haya cumplido su objetivo en la competencia.

Los torneos obligan al luchador a utilizar al máximo todas las posibilidades para obtener importantes logros en cada encuentro, ya que el lugar se determina por la suma de los resultados de todos los combates. El interés por obtener el mejor resultado posible en cada uno de los combates, en ningún caso debe entorpecer la apreciación real de todas las posibilidades propias y la determinación correcta y mediata de las posibilidades del oponente. Al luchador que realiza su combate después que sus copartícipes, le es más difícil orientarse para determinar el objetivo del combate próximo. Esta ventaja se manifiesta, sobre todo, cuando existe una lucha aguda por pasar a las finales.

Teniendo en cuenta la gran carga que soporta en un torneo el luchador, debe evitar los esfuerzos físicos y las tensiones nerviosas innecesarias. En este sentido, desempeña un importante papel la correcta determinación de los esfuerzos con que se realizan uno y otro combate, el comportamiento del luchador en el transcurso de la competencia y la facultad para reponer el gasto energético. El luchador si se comporta de forma incorrecta durante la competencia, o sea, observa el régimen establecido y no descansa como es debido en los intervalos entre los combates, difícilmente podrá obtener buenos resultados.

Hay que influir en el luchador antes del tope sobre sus posibilidades reales y su fe en la victoria; ayudarlo a superar las condiciones negativas (miedo, dolores, etc.). Por lo general en estos días la gran mayoría de los atletas al hacer el peso cambian de carácter; se tornan molestos, inquietos, hay que aliviarles la tensión nerviosa, indicándoles que se distraigan en la lectura, viendo películas, paseos, etc.

En muchas ocasiones sucede que a pesar de su gran preparación, el atleta pierde en el combate, entonces hay que animarlo a poner mayor interés en la próxima competencia.

d).-Táctica de la participación en las competencias por equipos

Estas competencias tienen sus características específicas. Para seleccionar los miembros del equipo, es necesario tener en cuenta el nivel de preparación técnico, táctico, físico y psicológico, así como la experiencia de cada luchador y los resultados obtenidos en las últimas presentaciones en competencias, el grado de entrenamiento y la facultad para aplicar sus cualidades en la lucha frente a oponentes determinados. En el equipo de reserva se deben incluir luchadores de aquellos pesos en que pueda ser necesaria la presencia de un suplente. Por ejemplo, la división en que el participante tiene que bajar mucho de peso, así como luchadores que pueden competir en las divisiones inmediatas.

En las competencias por equipos, el entrenador prepara con anterioridad el plan táctico preventivo para cada encuentro. Con este objetivo determina la composición del equipo contrario por cada división, lo compara con el desarrollo cualitativo de los luchadores de su colectivo y hace un cálculo preliminar sobre los posibles resultados en cada combate por separado y del equipo en conjunto. Después, este cálculo se va corrigiendo a partir de la posición del equipo y de los equipos contrarios en la tabla de posiciones de la competencia.

Una vez confeccionado el plan táctico preliminar, el próximo encuentro, el entrenador se lo informa a cada uno de los miembros del equipo y traza las tareas concretas para el colectivo en general y para cada luchador en particular.

Perfeccionamiento de la Táctica.

El luchador debe esforzarse constantemente por ampliar sus conocimientos, habilidades, y hábitos tácticos para la conducción de la lucha y su participación en las competencias. Sus éxitos deportivos dependen del grado de profundidad y exactitud de su pensamiento táctico en cada combate y en la competencia en conjunto, de la rapidez y exactitud con que se oriente en las distintas

situaciones, de la efectividad con que pueda convertir en realidad sus ideas factibles y determinaciones.

Todo el conjunto de conocimientos, habilidades y hábitos es adquirido por el luchador gradualmente en el proceso de estudio y entrenamiento y en las participaciones en las competencias. Para el perfeccionamiento de la táctica se utiliza ampliamente el método de tareas. Por ejemplo, el luchador debe confeccionar el plan táctico del combate con un oponente desconocido o con uno determinado. Puede decidir también las tareas para la ejecución de ejercicios especiales y para el combate. Las tareas son fructíferas, sobre todo cuando no hay posibilidades de elegir al oponente indicado para ello. En este caso, cualquier oponente puede realizar las acciones necesarias durante el entrenamiento, según las indicaciones del entrenador (modelación). Puede darse una tarea especial para ser aplicada en una competencia determinada.

Estas tareas ayudan a reforzar y perfeccionar los conocimientos, habilidades y hábitos tácticos imprescindibles para el luchador y facilitan el desarrollo de su pensamiento táctico. El método más importante para la adquisición de las destrezas en la táctica de participación en la competencia será: El método de las tareas. Consiste, en que el luchador ejecute la tarea que proceda de la táctica, de su introducción al tope y de la táctica de participación en las competencias.

El método de las tareas garantiza el trabajo concentrado y encaminado por completo a la asimilación y el perfeccionamiento de las formas y acciones tácticas determinadas.

En los topes de estudio-entrenamiento, entrenamiento, control y de competencias, las tareas deberán ser elegidas para que contribuyan al perfeccionamiento futuro de las partes positivas de la táctica del luchador y contribuyan también a la corrección de los errores que puedan cometerse.

Con el método de las tareas se desarrollan y perfeccionan las ideas tácticas de los luchadores; por eso es útil, en igual medida, tanto al que lo ejercita como a su compañero. En particular se aplica cuando es imposible elegir a un luchador que domine las cualidades que son indispensables en un caso dado. La tarea del compañero puede llenar este vacío. Por ejemplo, si el practicante está a

punto de asimilar o perfeccionar la táctica de la introducción del tope con un oponente que prefiere realizar sus acciones decisivas en el mismo comienzo del tope, y después para la táctica defensiva; pero si el luchador que domina tales particularidades no se encuentra en este caso, el compañero recibirá la tarea de ejecutor en el tope.

Las tareas que se aplican y están dirigidas al perfeccionamiento de la destreza del luchador para llevar la táctica correctamente y al tope en las circunstancias distintas que surgen espontáneamente en la marcha del combate son:

- a).-Darle la tarea al luchador que pierda uno o dos puntos e indicarle que supere los puntos perdidos y se adueñe de la ventaja.
- b).-Condicionalmente decir al luchador que él gana el tope y darle la tarea, manteniendo la ventaja adquirida y superándola.

Las tareas que se aplican y están dirigidas a la asimilación y el perfeccionamiento de los diferentes esfuerzos tácticos para la introducción al tope son:

- a).-Dominar los primeros minutos de los topes con una ventaja de 3 a 4 puntos y en los últimos minutos utilizar todos los recursos para pegar al oponente.
- b).-Aspirar a llevar al oponente a la posición de 4 puntos, manteniéndolo en tal posición, realizar sus acciones técnicas y tácticas favoritas.
- c).-Cada vez que caiga en 4 puntos, salir de cualquier forma para continuar la lucha de pie.
- d).-Uno de los luchadores es encargado de reprimir el empuje del oponente sin salir del colchón; pero el mismo a un ritmo elevado conducirá el tope, tratando de obligarlo a salir del colchón.
- e).-Formar y ejecutar el plan táctico del tope con un oponente que le aventaje ampliamente.
- f).-Realizar el tope con cambio de contrarios, con diferentes características.

Para el perfeccionamiento de la destreza se elabora el plan táctico del tope, siendo útil dar a los luchadores las tareas según la formación del plan para la ejecución del tope, tanto con oponentes conocidos como desconocidos.

Se recomienda también dar la posibilidad a los alumnos de realizar el tope según los planes que han sido confeccionados por ellos. Esto permite a los luchadores apreciar los méritos y errores de sus ideas tácticas.

Método de observación y análisis verbales.

Los planes que se confeccionarán, deberán ser elegidos cuidadosamente por el entrenador, conjuntamente con los alumnos. Para esto, es necesario lograr una participación activa de los deportistas en tal análisis.

Con este objetivo, los entrenadores analizan por separado las clases así, cada uno de los luchadores, antes de comenzar el tope deben conocer el plan táctico y su ejecución a todo el grupo de alumnos. Para esto, el luchador no solo hablará de las acciones técnicas trazadas, sino también explicará por qué las ha elegido y planificado.

Después de cada tope, al final de la clase, el entrenador realizará un balance. De tal forma, el entrenamiento según la táctica dará muy buenos resultados.

En los ejercicios que son aplicados para la asimilación y el perfeccionamiento de la táctica es necesario elegir cuidadosamente y seriamente a los compañeros y conocer sus posibilidades físicas, tácticas y técnicas, que corresponderán a la realización de la tarea. Es importante también que los compañeros sean diferentes. Solamente con esta condición, el luchador puede adquirir la experiencia indispensable y prepararse para el tope con contrarios diferentes, según su manera y estilo de lucha.

Para el perfeccionamiento de los conocimientos, las destrezas y los hábitos según la táctica, así como también para el enriquecimiento de la experiencia táctica, es muy útil la observación de las competencias y especialmente la participación directa en ellas. La táctica se estudia y perfecciona con el luchador, no solamente en las clases prácticas, sino también en las teóricas. Las clases teóricas para el perfeccionamiento de la táctica producen un gran beneficio.

Atendiendo a una competencia en que se participa activamente en el análisis de la maestría de los contrarios eventuales y de las competencias pasadas (esto deberán hacerlo los luchadores participantes y observadores), los alumnos comprenderán a plenitud las ideas y la significación de las acciones técnicas, y estudiando encontrarán los caminos mejores a sus aplicaciones para corregir los errores tácticos; es decir, adquirirán la capacidad de poseer y ampliar significativamente sus conocimientos en la táctica y de enriquecer sus experiencias.

Un efecto mayor en el perfeccionamiento de la táctica y la introducción al tope, es el análisis de los topes de estudio-entrenamientos con determinadas tareas, especialmente si es producto del esfuerzo, con ejemplos claros de la táctica para la introducción al tope, partiendo de la práctica con los mejores atletas.

El análisis de los topes de estudio-entrenamientos y de los topes de entrenamiento o de competencias es muy útil cuando el entrenador sabe dirigirlos. El guiara la idea de los alumnos y provocará en ellos la discusión activa y creadora.

En la asimilación y el perfeccionamiento de la táctica para la introducción al tope y para la táctica de la participación en competencias, se realizará severamente el aumento constante de las dificultades. Así, particularmente al principio, el luchador se le exigirá tareas tácticas sencillas. Al mismo tiempo, se le podrán dar las indicaciones correspondientes al compañero, las cuales obligarán al luchador a ejecutar su tarea. Es necesario ir aumentando las tareas tácticas de acuerdo con sus dificultades.

La asimilación y el perfeccionamiento de la táctica empezarán a sucederse en los topes de estudio-entrenamiento. Según la medida de asimilación del material, es necesario pasar a la competencia en condiciones más complejas, conjuntamente con los topes de entrenamiento, de control y de competencias.

Para comprobar en que medida han sido asimilados por los alumnos los conocimientos sobre la táctica de introducción al tope y de participación en competencias, es necesario y útil confeccionar entrenamientos comunes con los luchadores de otros equipos, es decir, invitar a los entrenamientos a compañeros de otros gimnasios.

En el perfeccionamiento de la preparación es negativa la evaluación excesiva del entrenador en cada caso.

Si el luchador ejecuta mecánicamente la tarea, no manifestando actividad e iniciativa, no utilizará la experiencia y la efectividad como regla será muy poca. Tal deportista no estará capacitado para resolver independientemente las tareas tácticas complejas. En tal desviación de las circunstancias planeadas por él, como frecuentemente ocurre en las competencias, tal luchador se confunde y no sabe encontrar la salida de la situación creada.

El luchador que tiene iniciativas y una idea creadora puede adquirir rápidamente la experiencia táctica necesaria y posteriormente la enriquecerá. El perfeccionamiento de la maestría táctica del luchador sucede en las etapas de Preparación Especial y fundamentalmente en el período Principal del entrenamiento, donde se le presta una atención mayor a la introducción al tope.

Análisis crítico

Según el criterio expresado por los autores del material de referencia González S y cañedo .I plantean tres tipos de táctica específicas para la lucha.

La primera esta relacionada con la táctica empleada para la ejecución de las acciones técnicas y en ella se agrupan seis variantes o variables tipológicas que ha nuestro juicio se vinculan mas a condiciones que favorecen la aparición de las mismas , ya que se remiten a como aprovechar los esfuerzos del contrario, el debilitamiento físico del mismo, la mala preparación psicológica , como aprovechar las condiciones favorables por medio de la aplicación de la fuerza etc.

Asumimos el criterio de que la preparación táctica estará en función de la actividad competitiva, ya que la preparación táctica transita por el entrenamiento hasta la competencia y qué en nuestro deporte las acciones se desarrollan de tres formas específicas, ellas son :(acciones ofensivas ò para el ataque) (acciones defensivas) y (acciones a la riposta ò de contraataqué).

Para citar algunos ejemplos que fundamentan nuestro planteamiento podemos referirnos a:

El atleta tanto en la fase de preparación como en la propia actividad competitiva- considerará los tipos de táctica que citan los autores antes mencionados como elementos para la formulación de acciones propiamente ofensivas las cuales se trabajarán durante el proceso preparatorio a través de clases teóricas, y en los entrenamientos o clase practicas.

- a) La posición del cuerpo del adversario.
- b) Los esfuerzos del oponente.
- c) El debilitamiento físico del oponente.
- d) La mala preparación psicológica del oponente.
- e) Las condiciones favorables por medio de la acción de fuerza.

Los autores citan en el grupo de acciones tácticas de conducción de un combate los tres elementos base que reconocemos como los elementos esenciales que definen la táctica a nuestro juicio (ofensiva, defensiva, y contraataqué). Debemos señalar que los autores plantean al mismo tiempo, (la táctica de ataques incesantes), (táctica de ataque por episodios), estas dos variantes las consideramos netamente ofensivas. Se reseña dentro del mismo grupo, (la táctica con enmascaramiento), esta a nuestro criterio puede ser ofensiva o de contraataque ya que puede enmascara una acción para propiciar un ataque y contraatacar al mismo tiempo.

El trabajo táctico en la zona de pasividad puede adquirir en ocasiones, dadas las circunstancias en que arribemos a dicha zona de trabajo características ofensivas y en otros momentos característica defensiva

Cuando los autores se refieren a la táctica que se emplea aprovechando las condiciones favorables surgidas como resultado de los errores del contrario estamos en presencia de una combinación de táctica defensivas con tácticas ofensivas; aquí se relacionan o tipifican dos tipos mas de táctica que relacionan condiciones favorables ocurridas en el transcurso del combate y condiciones favorables ocurridas en el transcurso del combate como resultado de la defensa la primera la clasificamos como ofensivas y la segunda la incluimos en el grupo de acciones tácticas para el contraataque.

En el tercer grupo que relacionan los autores se habla de la táctica de participación en competencias y no señalan aspectos determinantes que incidan directamente con la preparación específica del luchador sino que se refiere a los aspectos esenciales a tener en cuenta para la conformación de los equipos para los torneos. Respecto a la participación en eventos eliminatorios se refiere a como debe elaborarse el plan táctico para la participación en dicho evento considerando las características de los contrarios, el sorteo, el número de combates a efectuar, el orden en que aparecerán los contrarios.

Como resumen de este aspecto señalamos, que donde se habla de táctica de participación en competencias lo interpretamos como un proceder que guarda relación, y esta muy estrechamente vinculado con acciones estratégicas a considerar para lograr un buen resultado en competencias eliminatorias o por equipos

TIPOS DE TACTICA

TIPOS DE TACTICA		TIPOS DE VARIANTES
OFENSIVAS	1-	Ataques por episodios
	2-	Ataques Incesantes
	3-	Enmascaramiento
	4-	En la Zona de Pasividad
	5-	Condiciones Favorables surgidas en el transcurso del combate
	6-	Condiciones Favorables surgidas por la acción de la fuerza
DEFENSIVAS	1-	En la Zona de Pasividad
	2-	Condiciones surgidas como errores del oponente
	3-	Condiciones ocurridas en el combate consecuencia de la defensa
CONTRALLAVES	1-	Enmascaramiento
	2-	Condiciones surgidas como errores del oponente
	3-	Condiciones surgidas en el combate como consecuencia de la defensa

Dentro de este propio artículo refieren los autores algunas consideraciones sobre los métodos que están vinculados directamente con la preparación táctica, ellos son, (la observación, y el análisis verbal). Referente al primero “La

observación” la consideramos para el caso como medio y no como método. Es el instrumento por excelencia que posee el entrenador para adueñarse de la información necesaria y conocer hasta donde ha llegado el conocimiento impartido, El análisis verbal, en este caso lo valoramos como medio y no como método para ambos, el atleta cuando este ultimo sea capaz de verbalmente articular una explicación lógica, coherente y articulada, adamas de completa y acabada estará en mejores condiciones de enfrenta el trabajo táctico al que nos referimos. En le caso del profesor la explicación verbal juega un roll determinante como medio esencial en la comunicación de las tareas que deben cumplimentar los atletas de la misma forma sucede con las explicaciones complementarias y la corrección de errores .No obstante ambos están incluidos de forma diluida en la propuesta que asumimos para este trabajo y que nombraremos en este momento pero que explicitaremos más adelante, (la modelación, problematización, progresividad, reciprocidad)

1.4 Criterios para enfrentar el problema de la táctica.

Las características de los escenarios actuales en el sistema de preparación de los deportistas, no han resultado ajenas ni desconocidas para otros investigadores. La presencia del fenómeno del reloj detenido en el tiempo ha constituido tema de reflexión y estudio, fundamentalmente, desde el año 1995, donde se aprecia una actitud alentadora y critica en los investigadores, pues los aportes teóricos y prácticos han servido para unir criterios y fortalecer los estudios futuros. En este sentido es justo destacar los criterios y resultados más recientes de algunos autores entorno a la temática de la táctica, como componente afectado por el fenómeno.

En esa misma lógica de pensamiento, en cuanto a la preocupación de los métodos de enseñanza analítica, centrados en el profesor y basados en la repetición de los elementos técnicos en contextos aislados del juego real, Lanza, A. (2004), propone el empleo de bloques de enseñanza, con incremento

de la complejidad en situaciones de juegos en terreno reducido, como una alternativa para el aprendizaje de los fundamentos tácticos que sustentan las acciones de juego en el fútbol. Tras la aplicación de la alternativa se observó en los niños investigados, un nivel cualitativamente superior de aplicación de fundamentos tácticos de juego, así como en la ejecución de la técnica.

Andux (2004), en su trabajo destinado al tratamiento de la preparación táctica, como una dirección determinante de entrenamiento en los juegos deportivos, destaca que hasta el momento, en los niveles de alto rendimiento, la preparación ocupa un lugar privilegiado en el entrenamiento de los juegos deportivos, su proceder metodológico se orienta a la formación del hábito motor. Si se cumple las 3 etapas o fase de formación técnica, entonces ¿Cuándo se cumplen las etapas en la formación táctica? ¿Por qué se debe seguir repitiendo y solo repetir sin ningún sentido táctico el movimiento técnico en los equipos estelares? Ante esta situación, el autor demuestra en su trabajo que partiendo de la preparación táctica, como condición rectora y dirección determinante del entrenamiento de los juegos deportivos, se logra de manera efectiva el desarrollo cognitivo, de actitudes y de la estructura del movimiento.

A los efectos del reto que se ha impuesto, cobra gran vigencia la idea de Dewey, J. (1996) Mencionando... " La habilidad o destreza práctica y las modalidades de eficacia técnica solo pueden utilizarse inteligentemente, es decir, no mecánicamente. Cuando la inteligencia ha desempeñado algún papel en su adquisición.

Tomando en consideración la idea de Dewey es importante la alternativa, propuesta por Morales (2003) la cual según el autor nos permite formar atletas inteligentes, creativos e independientes, a partir de la manifestación de estas actitudes en el proceso de adquisición de habilidades tácticas específicas para cada deporte.

CAPITULO II ESTADO ACTUAL DE CONOCIMIENTO Y TRATAMIENTO DE LA PREPARACIÓN TÁCTICA

Este representó el punto de partida para el inicio de la investigación, pues aquí se dieron a conocer las principales limitaciones o particularidades en el conocimiento o tratamiento de la preparación táctica en la Lucha hasta nuestros días. En nuestro trabajo se realizó un profundo estudio a los antecedentes relacionados con el trabajo de la táctica, su conocimiento y aplicación. La información fue recopilada mediante, revisiones, bibliográficas, encuestas, entrevistas, observaciones etc.

En este apartado haremos referencia a los resultados obtenidos mediante la aplicación de diferentes métodos y técnicas, en los que se encuentra la encuesta, revisión de documentos y la observación.

II.1. Resultados de la encuesta

Los aspectos de significación están dados en la división de criterios en torno a la unidad en el trabajo de la técnica y la táctica, pues el 75% plantea que siempre la trabajan unidas y un 25% hace referencia a que a veces realiza este trabajo por separado..

Respecto a la dosificación de la preparación táctica el 62.5% refiere que si la dosifica, el 12.5% no la dosifica y el 25% a veces.

a) Acerca de la Relación entre el proceder metodológico y lo que definen:

En este aspecto es importante destacar lo que definen como táctica y los procedimientos que emplean para el desarrollo de la misma. En este sentido se realiza un análisis de los planes de entrenamiento gráficos, escrito de clases donde se pudo constatar con claridad que no existe contradicción entre lo que definen los profesores y los procedimientos, ya que se evidencia el tratamiento que se le da es eminentemente técnico por cuanto los ejercicios y correcciones que se hacen apuntan a este aspecto de la preparación. Esto se traduce en que la definición de táctica que ofrecen se relaciona con el uso racional de los elementos técnicos.

Otro aspecto de importancia a valorar resulta la forma de evaluar la táctica. El 50% utilizan la observación, el 25% la medición, un 12.5% las pruebas y el resto 12.5% refiere que no utiliza ninguna.

Cuando se realiza la revisión de documentos podemos constatar que en las planillas que utilizan para el control, se refieren a acciones específicas de defensas, contraataques y la efectividad en los mismos tanto en la posición de pie como en cuatro puntos, pero no se valoran aspectos relacionados con la táctica.

b) Acerca de los métodos de la táctica:

En este importante aspecto pudimos constatar que existe falta de claridad por parte de los entrenadores, debido a que refieren como métodos de la táctica, el juego, variables y estándar, siendo estos métodos para el desarrollo del trabajo físico y técnico y que su dosificación responde al criterio de dosificación y empleo de la carga y el descanso y no aluden a métodos que desarrollen la táctica.(pensamiento).

c) Los medios (ejercicios) tácticos:

En los profesores se aprecia un buen dominio de los medios que se emplean para la preparación táctica. Hacen referencia a las características de los mismos, sin embargo, la dificultad radica en que es limitado el empleo de los mismos y no se fundamenta sobre la base del conocimiento de las exigencias tácticas en la actividad del Luchador.

d) Inicio del trabajo táctico:

El 100% de los profesores plantean que comienza a trabajar la táctica en la etapa especial, por lo que no reconocen la existencia de ejercicios de carácter general como base de los ejercicios que se emplean en la etapa especial y competitiva.

e) Las exigencias y contenidos tácticos:

Con relación a este aspecto los entrenadores refieren algunos de los elementos de la táctica que deben ser dominados por los atletas, hacen referencias a situaciones de combate, enmascaramiento, cebo, la obstrucción entre otras, pero no existe claridad en que enseñar desde el punto de vista táctico.

f) Limitaciones por parte de los atletas de los aspectos tácticos determinantes en el combate:

II.2. Resultados de la observación a los entrenamientos.

La observación reveló la carencia que poseen los atletas en cuanto al comportamiento táctico, por cuanto existen deficiencias en torno al sentido de la distancia y el tiempo, no se manifiesta la habilidad de anticipar al adversario y falta de preparación de las acciones, los atletas actúan mecánicamente, el análisis de las diferentes situaciones que se presentan en el entrenamiento son estructuradas derivas de un pensamiento vertical o lógico y no de un pensamiento divergente e inteligente ya que en múltiples ocasiones se dan situaciones favorables que no son aprovechada debido a que se obvia el segundo aspecto de la fase psicológica de la preparación táctica que se refiere a la búsqueda de la, o las posibles soluciones mentales a las diferentes situaciones de variación de las acciones que se presentan dentro del propio proceso preparatorio.

Los entrenamientos son muy frontales y dirigidos, el papel creativo e independiente de los atletas es algo limitado, el trabajo con planteamientos de situaciones problemáticas no se aborda como método y medio con la frecuencia requerida de aquí que el pensamiento creador se encuentre limitado.

3.2.1 Resultados de la observación a la competencia.

Para llevar a cabo la observación de la competencia creamos una guía donde fuimos tomando todas las acciones tácticas efectuadas por los luchadores tanto en el trabajo de pie como en tierra.

-Evento observado: Copa Nacional Villa clara 2008.

-Fecha del evento: 19 al 21 de diciembre 2008

-provincias participantes: (7) (1-equipo nacional juvenil, ciudad habana Camagüey, Santispiritus, Ciego de Ávila, Matanzas, y Villa clara).

-Sistema de competencia: Todos /Todos.

-Divisiones observadas:(8)(42,50,54,58,63,69,76,85),Falto (48y +85)

- Total de atletas evaluado por Villa Clara-(14)
- Total de combates efectuados: (26)
- Total de victorias: (6)
- Total de derrotas: (20)
- Total de acciones tácticas efectuadas:(157)
- Total de acciones efectivas:(69)
- Porciento de efectividad:(44)
- Total de acciones tácticas de pie efectuadas (77)
- Total de acciones tácticas de pie efectuadas efectivas: (40)
- porciento de efectividad: (51.9)
- Total de acciones tácticas en tierra:(80)
- Total de acciones tácticas efectivas:(29)
- Porciento de efectividad :(36.2)

Como resultado de la observación efectuada en la competencia podemos señalar que en sentido general los resultados de manera general no fueron buenos, sin embargo la semana anterior este mismo equipo topo en una copa en Ciudad de la Habana y los resultados fueron mejores que los obtenidos en este caso; Como resultado de la observación que se efectuó al certamen competitivo se tomó como referencia para evaluar el comportamiento de la táctica nos aportó el siguiente resultado:

1-No se concibe un plan táctico con antelación para subir al tapiz a combatir considerando las debilidades y fortalezas del contrario (antes de comenzar el combate se le pregunto al atleta ¿si ya lo había elaborado?, al mismo tiempo se le pregunto ¿Que Acciones ejecutaría?, ¿por que y para que? (Nueve negativo y

Cinco positivo).

2-No se elabora el plan táctico considerando la aplicación de las técnicas preferidas del atleta. Antes de comenzar el combate se le pregunto al atleta

¿Cómo aplicaría su plan y como introduciría las técnicas preferida? ¿En que momento y con que elemento la conjugaría? (Ocho negativo y Seis positivo).

3-La anticipación a las acciones del contrario se puso de manifiesto en treinta y dos ocasiones de forma positiva y en treinta y nueve negativas en este aspecto la incidencia más notable la tuvo la anticipación en el trabajo en tierra a la señal del árbitro para iniciar el combate

4- El plan táctico seguido para trabajar en la zona de pasividad y ganar el punto técnico a la ofensiva o sacar al contrario del área de competencia, propiciando la amonestación al adversario, fue ganado en diecinueve ocasiones y en contra, en treinta y dos oportunidades.

5-El plan táctico seguido en el transcurso del combate propiciado mantener la ventaja en las acciones cuando el marcado esta a nuestro favor nos favoreció en cuatro ocasiones.

6-El plan táctico seguido en el transcurso del combate propiciado remontar la ventaja en las acciones cuando el marcado estaba por debajo, nos favoreció en dos ocasiones.

7-Nuestros atleta lograron articular de forma combinada dos o más acciones y propiciar su continuidad desde la posición de pie al trabajo en tierra en treinta y ocho ocasiones

II.3. Resultados de la revisión de documentos.

El primer documento que nos dimos a la tarea para revisar detenidamente y poder conocer las indicaciones precisas que del mismo se derivaron fue el programa de preparación del deportista, que como en todos los deportes es o constituye el órgano directivo y rector para las indicaciones de trabajo técnicas y técnicas metodológicas de cada especialidad deportiva.

Queremos señalar que este documento no cuenta con una indicación uniforme para su elaboración en todos los deportes de aquí que los contenido difieran de un programa a otro y que en algunos casos se omitan cuestiones elementales que a nuestro juicio son imprescindibles para poder llevar un trabajo más completo y acabado para cada una de las categorías de edades en que se subdivide la practica y participación competitiva para cada modalidad y

evento. Queremos señalar que en el programa para esta categoría solo vienen indicaciones para el trabajo con el primer año de la misma, para el resto de las edades se orienta que el profesor debe elaborarlo.

PROGRAMA DE ENSEÑANZA PARA LUCHADORES

PARA 16 AÑOS LUCHA GRECO

Dando cumplimiento a uno de los enunciados de la Comisión Técnica Nacional de Lucha Deportiva que esta basado, en que cada cuatrienio el contenido de los programas de preparación del deportista (P.P.D) deben ser analizados y actualizados, comenzamos la fundamentación de este programa P.E.L categoría. 15-16 años L.G (para 16 años) mencionando los distintos aspectos contemplados en el mismo y que fueron motivo de análisis como:

- a) Elementos técnicos y acrobáticos.
- b) Test-Pedagógicos.
- c) Capacidades físicas priorizadas.
- d) Divisiones de pesos.
- e) Métodos y medios de enseñanza.
- f) Pruebas técnicas.
- g) Aspectos del reglamento FILA a estudiar.
- h) Preparación política ideológica.
- i) Formulas evaluativas.
- j) Concatenación con el programa 13-14 años L.G.

1-Si analizamos los contenidos que relaciona el programa de referencia nos daremos cuenta que como bien planteamos el mismo carece de los aspectos cualitativos que deben formar parte indisoluble del mismo.

2-Aparece en el programa detallado el grupo de llaves o elementos técnicos que se debe trabajar con esta categoría, con los elementos que forman la defensa de dichos movimientos técnicos y sus correspondientes contra llaves

por grupo de divisiones tomadas según clasificación definida para nuestro deporte en estudios realizado con anterioridad.

3- Aparece la definición de las partes que se consideran fundamentales para cada movimiento técnico y las principales observaciones o recomendaciones a tener en cuenta desde el punto de vista técnico así como las correspondientes indicaciones metodológicas para la correcta formación de los hábitos habilidades y destrezas motrices

4-Se recoge la escala para evaluar a través de test el resultado alcanzado en el dominio y en la ejecución de dichos elementos técnicos y la combinación de los mismos tanto de pie, como en tierra y de ambos, así como la continuidad de los movimientos de pie a cuatro puntos

5-Como aspecto relevante a señalar y que queremos puntualizares que en el programa de preparación para luchadores el tratamiento que se le da al componente táctico esta fundamentado a través de la preparación técnica focalizándolo fundamentalmente en la ejecución reiterativa de elementos aislados o combinación de movimientos ofensivos defensivos o de contra ataques que son ejecutados esquemáticamente.

6-Debemos apuntar que no aparece el papel que debe jugar el desarrollo del pensamiento lateral o divergente, la inteligencia creadora, la creatividad, el planteamiento de situaciones Problemica, la independencia en la búsqueda de encontrar diferentes soluciones a una misma situación o encontrar una nueva solución a determinada situación táctica.

7-Los test que aparecen en el programa responden a los intereses de conocer el desarrollo de las capacidades físicas y motrices del atleta, así como a conocer el dominio alcanzado en el perfeccionamiento de los movimientos técnicos o de alguna que otra combinación, sus defensas y contra llaves estos elementos técnicos son establecidos o fijados con antelación, dirigidos y orientados por el profesor, no aparecen test para evaluar el desempeño táctico.

8-No se relaciona tratamiento al componente táctico a través de clases teóricas que contribuirían a enriquecer el perfil cognoscitivo en el tratamiento al componente antes mencionado

Resultado obtenido de la revisión del plan de entrenamiento diseñado para la preparación del equipo (16-18) años de lucha grecorromana de Villa Clara para el ciclo de preparación correspondiente al evento nacional juvenil a celebrarse en Abril del año 2009.

2- En el plan grafico la dosificación del componente táctico aparece diluido con el componente técnico, de ahí que se infiera el no poder conocer con exactitud el tiempo real de trabajo que se le dedique a este elemento tan importante, objeto de análisis en esta investigación.

2-En el análisis del macrociclo anterior se relaciona positivamente como debilidades en la preparación los problemas presentados con el desarrollo del pensamiento táctico así como los problemas referentes a la defensa en cuatreo puntos y la dificultad con el trabajo de la continuidad de las acciones de pie a cuatro puntos

3-En el análisis colectivo surgido del diagnostico inicial se relacionan dentro de la valoración los componentes técnico tácticos como una mezcla de dos elementos que permanecen indisolublemente ligados y no se realizan las oportunas observaciones por separados cada una de ellas por su lado.

4- Aunque en la formulación de los objetivos y tareas de los periodos, etapas y mesociclos aparecen relacionados los contenidos para el trabajo técnico táctico continuamos dándole un tratamiento muy superficial al trabajo de la preparación táctica en correspondencia con el análisis que se le da al otro componente.

5-En el planteamiento de los objetivos que se propone la dirección técnica del equipo para materializar los test en el macrociclo, se refiere solo a exámenes físico –técnico el componente táctico tiene aquí un tratamiento de Cenicienta como lo evaluara Moralez.A en su artículo por lo que corrobora la escases de exploraciones en tal sentido.

6-En la formulación de los objetivos de las competencias preparatorias solo aparece un objetivo que se refiere a la evaluación de la tactica y de igual forma aparece unido a lo técnico

7-En la planificación personalizada o individualizada no aparecen los subgrupos establecidos para desarrollar el trabajo táctico y no aparecen los objetivos a vencer ni los contenidos

CAPITULO III ALTERNATIVA METODOLÓGICA PARA EL TRATAMIENTO A LA PREPARACIÓN TÁCTICA EN LA LUCHA DEPORTIVA.

La alternativa metodológica se sustenta en la propuesta de Morales (2003) que tomaremos como referencia para llevar adelante nuestro trabajo, en el planteamiento de la misma pretendemos abordar todos los aspectos metodológicos, y desarrollar todos los componentes metodológicos que se relacionan en la misma.

Debemos señalar que en reciente trabajo realizado por el Rodríguez (2006) abordo el tema que relacionamos, también de forma específica en la disciplina de lucha, pero solo se remitió a la definición de los contenidos tácticos en el deporte de lucha los cuales fueron retomados y enriquecidos.

ALTERNATIVA METODOLOGICA PARA LA PREPARACIÓN TÁCTICA

ASPECTOS METODOLÓGICOS	-NÚCLEO METODOLÓGICO
Aspectos conceptuales	-Táctica y Estrategia
Psicopedagógico Básico	-Fases de la Acción táctica
Categorial del Proceso de Desarrollo	-Exigencias tácticas del Deporte -Contenido táctico- -Medios generales y especiales
Premisa esencial del proceso de desarrollo	-Pensamiento Táctico (particularidades) -Creatividad -Enseñanza Problémica.
Integrador del proceso de desarrollo	-Métodos
Preventivo del proceso de desarrollo	-Consejos Tácticos(entrenadores y - Alumnos)

Morales (2003) Titulo del articulo

III.1. Aspectos conceptuales básicos de la preparación táctica en la lucha deportiva.

La táctica.... (Morales Águila A) (2004) Es la habilidad preferentemente de tipo mental, manifestada no solo en el saber hacer algo (elemento técnico), sino también de crear las condiciones para ejecutarlo (Morales, A.) y tomar la decisión de manera efectiva,

Estrategia. (Del lat. *strategĭa*, y este del gr. στρατηγία). f. Arte de dirigir las operaciones militares. || **2.** Arte, traza para dirigir un asunto. || **3. Mat.** En un proceso regulable, conjunto de las reglas que aseguran una decisión óptima en cada momento.

Relación y diferencia existente entre Estrategia Táctica y Técnica.

En el siguiente análisis relacionamos el concepto de técnica solamente con el objetivo de mostrar con plena claridad la relación existente entre estos tres componentes que se encuentran estrechamente vinculados, aunque no sea objetivo de nuestro trabajo manejar directamente el mismo.

Definición: Estrategia.

" La estrategia es el proyecto o programa que se elabora sobre determinada base, para alcanzar el objetivo propuesto."

Características de la estrategia deportiva

1-Se determina a partir de una caracterización preliminar de los factores que condicionan el establecimiento de objetivos.

Para conocer dichos factores debemos realizarnos las siguientes interrogantes, referente a los competidores fundamentalmente:

-¿Con qué contamos?

-¿A qué nos enfrentamos?

-¿Bajo qué condiciones externas se realizará el enfrentamiento?

Tales interrogantes podrán ser respondidas teniendo en cuenta los siguientes indicadores:

1-Pueden ser aplicada por todo los miembros del deporte.

2-La persona que la realiza se relaciona con la globalidad de los aspectos.

3-Tiene como finalidad, alcanzar el pronóstico.

4-La evaluación se hace relacionando el resultado competitivo con el pronóstico dado.

5-Se pone de manifiesto en todos los deportes.

6-Exige de una planificación lógica, pero sin inmediatez.

Ejemplos

- a) La elaboración de proyectos, planes y programas de entrenamiento .
- b) La selección de los jugadores que saldrán a jugar el próximo partido.
- c) El reajuste que hacen los entrenadores y directivos al determinar en que peso competirá cada luchador, según le vea posibilidades.
- d) Las orientaciones que ofrecen los entrenadores durante los tiempos solicitados o parciales reglamentados.

La Táctica

Mientras que la estrategia presupone la actuación de los contrarios, mediante un análisis teórico que permite establecer planes posteriores, la táctica es el conjunto de componentes que se integran para satisfacer toda una serie de situaciones durante los enfrentamientos. La cual está dirigida a la utilización racional de las posibilidades del atleta, y al aprovechamiento total de las deficiencias y errores del contrario.

Definición

La táctica es el proceso en que se conjugan todas las posibilidades físicas, técnicas, teóricas, psicológicas y demás, para dar una solución inmediata a las disímiles situaciones imprevistas y cambiantes que se crean en condiciones de oposición.

Características de la táctica deportiva.

- 1-Se determina a partir del accionar del oponente.
- 2-Solo puede ser aplicada por el atleta en condiciones de oposición.
- 3-La persona que la realiza se relaciona con el oponente.
- 4-Tiene como finalidad el logro de objetivos parciales, a partir de situaciones.
- 5-La evaluación se hace a partir de la efectividad lograda.
- 6-Se pone de manifiesto en los deportes de combate y juegos deportivos.

7-Exige de acciones lógicas, con extrema inmediatez.

Ejemplos.

1-Combinacion de derribe con arqueo con sacrificio a tacle al tronco .

2-combinacion de derribe con alón de brazo a proyección con arqueo con agarre de tronco y brazo.

3-Combinacion de virada con desbalance a proyección con agarre de turca

4-Convinacion de derribe con agarre de cabeza y brazo a virada con agarre de cabeza y brazo.

La Técnica

Una vez aclarados los términos anteriores, llegamos a la técnica con menos confusiones. La técnica al igual que la estrategia se presenta constantemente en la vida cotidiana. Se puede hablar de la técnica para; bailar, correr, escribir, saltar, etc. Resultando la técnica el medio que concreta la táctica. y la estrategia.

Definición

La técnica se define como la ejecución de movimientos estructurales que obedecen a una serie de patrones tempo-espaciales modelos, que garantizan la eficiencia.

Características de la técnica deportiva.

1-Se determina a partir de la estructura funcional modelo.

2-Solo puede ser aplicada por el atleta.

3-La persona que la realiza se relaciona con factores tempo-espaciales.

4-Tiene como finalidad la ejecución de estructuras funcionales.

5-La evaluación se hace a partir de la cantidad de errores que se realicen en su ejecución con respecto a la estructura modelo.

6-Se ponen de manifiesto en todos los deportes, pero de forma determinante, en los pertenecientes al grupo de arte competitivo (Gimnasia, Nado sincronizado, Patinaje artístico, etc.), ya que todas las ejecuciones técnicas realizadas durante la competición son evaluadas por los jueces, definiendo en gran medida el resultado final de cada competidor. 7-Exige de ejecuciones bajo determinado patrón estructural, a diferentes velocidades.

Ejemplo

La realización de elementos técnicos en cualquier deporte, sin que se manifieste la táctica. (<http://www.rqboxinginstitute.com>)

Tabla resumen que relaciona a través de indicadores la relación y diferencia de Estrategia táctica y Técnica

Indicadores.	Estrategia	Táctica	Técnica
Se determina a partir de:	Una caracterización preliminar	Accionar del contrario.	La estructura funcional modelo.
Puede ser aplicada por:	Todos los miembros del deporte.	El atleta en condiciones de oposición.	El atleta.
La persona que la realiza se relaciona con:	La globalidad de los aspectos.	El oponente	Los factores tempo-espaciales.
Tiene como finalidad:	Alcanzar el pronóstico.	El logro de objetivos parciales.	La ejecución de estructuras funcionales.
Se evalúa a partir del:	Cumplimiento del pronóstico.	La efectividad.	Número de errores que se realicen en su ejecución.
Se pone de manifiesto:	En todos los deportes.	En los deportes de combate y los juegos deportivos.	En todos los deportes, pero determinan en el grupo de arte competitivo.
Exige de:	Una planificación lógica sin inmediatez	Acciones lógicas inmediatas.	Ejecuciones bajo determinado patrón estructural.
Palabra que resume el término.	Proyección	Solución	Realización

III.2. Aspectos psicopedagógicos básicos

Fases Psicológicas de la Acción Táctica.

La base estructural (facilitadora), están constituidas por las fases psicológicas de la Acción táctica (F.Manhlo 1974):

1-Percepción y análisis de la situación.

Es el volumen de información que llega al cerebro del atleta a través de los analizadores propioceptivos, auditivos y visuales con el contenido de la pesquisa efectuada sobre una situación dada.

2-Solución mental:

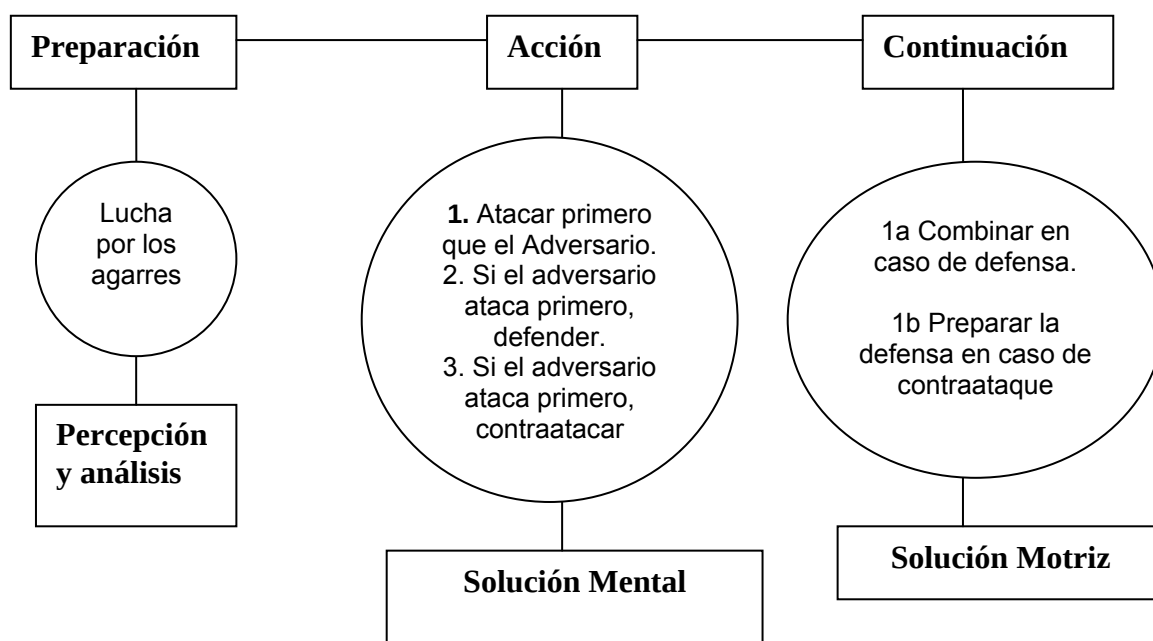
Es el procesamiento de la información que llega al cerebro por vía aferente como respuesta a un estímulo percibido desde el exterior, el cual es procesado hasta obtener la consiguiente respuesta, la que descenderá por vía eferente hasta la neurona muscular.

3-Solución motriz:

Es la ejecución de la mecánica de los movimientos, es la respuesta del proceso de la representación mental, es el aspecto más sensible a la visión y por el cual nos formamos un criterio más acabado sobre la ejecución de la técnica

A continuación exponemos un ejemplo de cómo deben ser utilizados los conocimientos en torno a las fases, incluyendo su relación:

Gráfico 1



En el gráfico 1 se aprecia una acción que comienza con la preparación, mediante la Lucha por los mejores agarres. El atleta tiene tres alternativas para actuar de ellas, una de ataque y dos para defenderse de los ataques. La continuación de la acción se representa en este ejemplo, solo para la primera acción de ataque del atleta, de manera que pueda percibirse el tratamiento de las fases. Por tanto si el atleta falla la acción de ataque tiene otras alternativas para continuar y provocar la anulación de las acciones del adversario.

Durante la preparación de la acción el atleta debe percibir y analizar las reacciones del adversario, sus posiciones, la distancia del combate y sus gestos para obtener mayor información acerca de sus verdaderas intenciones. El atleta debe descifrar las intenciones del adversario, en su mente se abre todo un abanico de posibilidades de acción pero sólo ejecuta una. He aquí el momento de relación de las fases de solución motriz con la ejecución de la acción.

Cuando el atleta comienza a ejecutar la acción no deja de continuar percibiendo y analizando las intenciones del adversario, y no obstante se decidió por lo que paso en su mente en ese momento, la distancia y la posición en el colchón.

Si sus apreciaciones finales no coinciden con lo previsto, entonces tiene hasta la posibilidad de cambiar la decisión, gracias a su flexibilidad de pensamiento, hasta que finalmente la acción concluye. Teniendo en cuenta dos desenlaces, si la acción es fallida o si la acción es valida, desde el punto de vista táctico, estará obligado a proseguir la acciones y para ello requerirá de nuevas percepciones y análisis, ejecutar soluciones a nivel mental, y finalmente ejecutar una de ellas.

El ciclo será repetido tantas veces sea necesario de esta forma queda demostrado que en cada fase pedagógica están presente las fases de tipo psicológica, donde en esta relación se pudo valorar, no sólo lo que se ve externamente en el transcurso de la acción, sino también se puede inferir, indirectamente, lo que pasa por la mente del Luchador. Es de suponer que estas fases se suceden de una forma muy rápida casi instantánea, lo cual esta muy relacionado con el déficit de tiempo en las acciones de la Lucha deportivas.

En este ejemplo desde el punto de vista metodológico y con fines tácticos, el entrenador deberá puntualizar en el atleta cuales son los detalles que debe percibir y analizar, que acciones debe valorarse desde el punto de vista mental, como elegir y aplicar la correcta, en dependencia del tiempo, la distancia, el marcador, el estado de efectividad de la acciones y la características del adversario.

Etapas Pedagógicas de la Acción Táctica

Las etapas pedagógicas de la acción táctica (Morales A. 2001)

1-Preparación de la acción:

Este dado por el conjunto de movimientos preparatorios que realiza el luchador donde se incluyen desplazamientos agarres cambios de posturas, y posiciones, controles que se efectúan a las diferentes partes o segmentos del cuerpo o las extremidades del adversario con la finalidad de preparar una acción ofensiva, estar listo para defender si es atacado y contra atacar en caso que lo requiera

2-Ejecución de la acción:

Esta estrechamente vinculado con la ejecución propiamente dicha, el atleta después de tomada la decisión la pone en práctica, dando cumplimiento a los patrones o planes tácticos elaborados se hace efectiva la acción motriz.

3-Continuación de la acción:

El luchador dado las características de la reglamentación del deporte se educa en la continuidad de los movimientos de la posición de pie al trabajo en tierra, pues la definición de la pegada es la expresión máxima de victoria en el combate y es el principal fin que persigue todo gladiador.

Desarrollar con ejemplos de Lucha.

Ejemplo: El luchador a la ofensiva lucha por el control de los agarres tratado de controlar un brazo con ambos brazos, su contrario se defiende tratando de sacar el brazo, si el que defiende lo logra, podrá combinar, el que esta a la ofensiva con tacle al tronco, el luchador a la ofensiva, bota el brazo controlado hacia arriba y con entrada profunda al tronco lo derriba con empujón al lado atrás , aquí aparecen dos variantes de ataque para el que esta a la ofensiva.

Condiciones de ejecuciones:

- 1-La enseñanza debe transcurrir de la fijación a la variación, a la acción.
- 2- La acción debe ir de lo sencillo y simple a lo mas complejo.
- 3- Del lugar al semi-movimiento al movimiento.
- 4-Del trabajo sin iniciativa al trabajo con iniciativa.
- 5-De la ejecución del ejercicio solo, con compañero, con adversario.
- 6-De los ejercicios condicionados a los incondicionados.
- 7- De la distancia corta, a la media, a la larga.
- 8- Del acercamiento al alejamiento.
- 9-Del mantenimiento, aprovechamiento a la elección de la distancia
- 10-Del movimiento lento, al moderado, al rápido.
- 11-De la enseñanza, a la consolidación, al perfeccionamiento.
- 12-De la ejecución dentro del área de combate, a la zona de pasividad, al área fuera de competencia.
- 13-De la ejecución de pie y su continuidad hasta el trabajo en tierra.
- 14-De la ejecución de los movimientos sin resistencia, a media resistencia, a resistencia total.
- 15-De la ejecución de las acciones de estudio, estudio-entrenamiento y competencias.

III. 3. Aspectos para el proceso desarrollo de la preparación táctica en la lucha deportiva.

Exigencias tácticas

Respecto a las exigencias que se le recomiendan a los profesores tenemos:

- Las acciones se suceden en una constante variación y en dos distancias fundamentales (corta y media):

Los especialistas plantean que las acciones en la Lucha se suceden en la corta y la media distancia, siendo la primera la manera más eficaz, porque

permite sentir las interacciones del contrario, además de posibilitar una mejor cercanía para el ataque, la defensa y el contraataque.

- Predecir las intenciones del contrario y disimular su verdadero plan:

El Luchador tiene que ser capaz de descubrir las intenciones del adversario, siendo capaz de sorprender y no ser sorprendido y a su vez ocultar sus planes, para ello deberá establecer un duelo entre el desenmascaramiento y el enmascaramiento de las verdaderas intenciones.

- Disminuir el esquematismo en las acciones:

El Luchador tiene que dominar las acciones y poseer diferentes maneras de llegar a ellas (a través de las posturas, desplazamientos, agarres amagos, fintas, o cebos), teniendo en consideración el nivel del adversario, el marcador y las reglas.

- La respuesta debe ser hallada en el menor tiempo posible:

Las acciones en la Lucha deportiva se realizan en un breve tiempo, por tanto el Luchador actúa bajo acciones y reacciones, de ahí que el sentido del tiempo es vital para responder a las exigencias del combate

- Las acciones se realizan teniendo en cuenta las del adversario:

En la Lucha deportiva ambos contrincantes tienen las mismas posibilidades tanto de atacar como de ser atacado, defender, contraatacar, ser defendido, contraatacado, lo cual demanda una elevada concentración de la tensión durante el desarrollo de los periodos de combate.

- Hacer actuar al contrario de acuerdo a tus intenciones :

Aquí el Luchador tiene que imponer su manera de combatir lo que implica que aplique con mayor facilidad su plan táctico y por tanto estar más cerca de la victoria.

- El combate se realiza en diferentes áreas del colchón:

El combate de Lucha es dinámico, activo y variable, por lo que se desarrolla en toda la superficie de Lucha e incluye la zona de pasividad, teniendo en cuenta que por las reglas actuales esta última se convierte en

un lugar más ventajoso, por lo que es importante el dominio de las dimensiones del tapiz.

- El combate se define teniendo en cuenta el marcador, el tiempo, el valor de las acciones, el número de castigos y la última acción:

El Luchador debe tener en cuenta que en dependencia del marcador concluyen los periodos de tiempo. Pero debe poseer un gran sentido del tiempo, del marcador, del valor de las acciones y el número de castigos porque en casos de empate se decide por estos últimos.

- El árbitro y el público influyen sobre el desarrollo del combate :

Estos dos factores externos influyen en la conducta del Luchador, de ahí la importancia de la presencia del cuerpo arbitral y público durante la preparación como parte de la preparación psicológica. El cuerpo arbitral es el que regula la validez de las acciones y el público favorece o desfavorece las emociones de los atletas

- El proceso de preparación atlética así como el de competencias debe realizarse en condiciones medio ambientales favorables

El entrenador debe tener en cuenta las condiciones higiénicas sanitarias del local de entrenamiento y competencias la iluminación, la ventilación o climatización, la organización, la limpieza, la pintura, la decoración etc. , de tal forma que resulte agradable y acogedor la estancia en el lugar por todo el tiempo que sea necesario permanecer en el mismo

Contenidos tácticos:

Tomando a consideración estas exigencias se propone como contenido (conocimientos y habilidades), a enseñar en la Lucha deportiva las siguientes:

-Observar: Posibilita persistir, analizar el momento, la distancia, la acción del contrario, las posiciones de este y se encarga de informar al Luchador del estado de la situación competitiva. La habilidad de observar emplea como vías fundamentales las acciones de preparación, cebo, maniobras, incitaciones, exploraciones, provocaciones etc.

-Engañar: Se apoya en desvirtuar las verdaderas intenciones, de manera que permita al Luchador confundir, distraer o sorprender al contrario. Para ello las

acciones de preparación son las fintas, enmascaramiento, ataques doblados, en series y el cebo

-Anticipar: Permite adelantarse a las iniciativas del contrario lo que hace obstruir sus acciones y romper con sus alternativas de combate, para ello es importante tener en cuenta la posición del cuerpo y la ubicación en el colchón.

Combinar: La combinación posibilita la unión de dos o mas acciones que permiten sorprender, confundir e interrumpir las acciones del contrario. La combinación exige una gran variabilidad en las acciones.

-Elegir: Trae consigo la decisión a partir de percibir, analizar y valorar la posibilidad, en ella se refleja la independencia cognoscitiva e implica el momento de ejecutar la solución.

-Conducir: Es una habilidad mental de las más generales pues en ella se manifiestan las demás. La misma requiere de conocimientos acerca de la planificación y previsión de las acciones competitivas, distribución en dependencia de las situaciones y circunstancias así como del control de los resultados y efectividad de las acciones propias, del contrincante y de los compañeros en caso de competiciones por equipos. La conducción permite al Luchador guiar, explorar y sorprender.

-Crear: Se refiere al poder resolutivo que debe demostrar el atleta dado las situaciones variables que se le presenten tanto en la competencia como en el entrenamiento las cuales Debe solucionar con un grado de eficacia y eficiencia satisfactoria.

-Aplicar: Esta relacionado con la selección o respuesta adecuada de ejecución acertada de acciones ofensivas, defensivas o de contraataque con un grado de efectividad satisfactorio

Medios tácticos Generales:

- ✓ -Juegos pre-deportivos
- ✓ -Juegos Deportivos
- ✓ -Juegos con espacios reducidos
- ✓ -Actividades con tareas pre-determinadas
- ✓ -Solución de problemas.

Medios tácticos Especiales:

- -Enmascaramiento
- -Cebos
- -Fintas
- -Ataques dobles
- -Ataques en series
- -Lucha en la zona de pasividad
- --Bloqueo
- -Inmovilización
- -Obstaculización
- -Luchar a la ofensiva
- -Lucha a la defensiva
- -Lucha al contraataque
- -Luchar contra tiempo con tareas
- -Luchar manteniendo la ventaja
 - Luchar con desventaja en el marcador
- -Problematización de la enseñanza táctica
- -clases teóricas sobre táctica

III. 4. Premisas esenciales para el desarrollo de la preparación táctica en la lucha

1- Pensamiento táctico:

2- Creatividad

3- Enseñanza Problemática:

Creatividad: Morales. A “El camino del éxito hacia el deporte elite” (noviembre 2002): Puede entenderse como la propiedad de las personas para encontrar relaciones y nuevas formas de solucionar problemas partiendo de sus vivencias e informaciones ya conocidas .Incluso puede abarcarla posibilidad de encontrar nuevos problemas, no solo solucionarlos.

Situaciones que favorecen la creatividad:

1-Encontrar una “nueva “solución a una determinada situación táctica.

2- Encontrar diferentes soluciones a un a misma situación táctica.

3-Ejecutar diferentes variantes de un mismo ejercicio.

Situaciones que frenan la creatividad

1-Ideas preestablecidas referentes al fenómeno u objeto que se analiza.

Estas constituyen un esquema referencial o modelo mental obtenido mediante la experiencia anterior y son una frontera para examinar el problema desde un nuevo Angulo.

2-Escasez de tiempo.

Desarrollar un nuevo enfoque o perspectiva requiere tiempo y detenimiento suficientes para permitir el necesario despegue y vuelo imaginativo

3- Temor al ridículo.

Siempre que el individuo exprese una idea, solución o forma de conducta novedosa, se expone a severas criticas por partes de los otros.

4- Renuncia a abandonar el esfuerzo realizado.

Luego de haber invertido determinado tiempo, esfuerzo capacidad en una dirección, es más difícil abandonar y recomenzar en otra nueva, dado el nivel de implicación que posea el individuo con la primera

5-Facilismo.

Es mucho mas fácil seguir haciendo lo mismo que preguntarse ¿.?.Resulta mas cómodo desarrollar una idea conocida y vieja, que descubrir o hallar una sola idea o enfoque novedoso.

6-Seguridad.

Lo viejo, en tanto es conocido, entraña confianza y ofrece seguridad. En cambio lo nuevo es incierto, desconocido y genera ansiedad.

7-Excesiva e indebida utilización del pensamiento vertical o lógico.

El pensamiento lógico es aquel que permite clasificar en clases y categorías a los objetos. Arriba a la solución de problemas , acercándose paso a paso a la misma Este tipo de pensamiento es inigualable para organizar ideas y resumirlas como sistema repetitivo de la memoria ,y si bien es mas idóneo para profundizar en una dirección ,no es el mas adecuado cuando se requiere

encontrar soluciones a una situación Problemática nueva .En este caso es mas conveniente el uso del pensamiento lateral o divergente ,el cual a diferencia del anterior va a saltos y en vez de clasificar ,reúne información, saca el conocimiento de sus categorías y clases cotidianas ,conectándolas y relacionándolas de forma inusual .el pensamiento vertical o lineal ,va siempre a favor de la corriente ,y el lateral o divergente va en contra buscando lo nuevo.

La enseñanza Problemática Según Bécquer G. (1996) es en la que los alumnos asimilan todo el material solo mediante la solución independiente de problemas y el descubrimiento de nuevos conceptos.

Según Majmutov (1983) existen fundamentos para hablar del desarrollo por etapas de la teoría y práctica de la enseñanza Problemática.

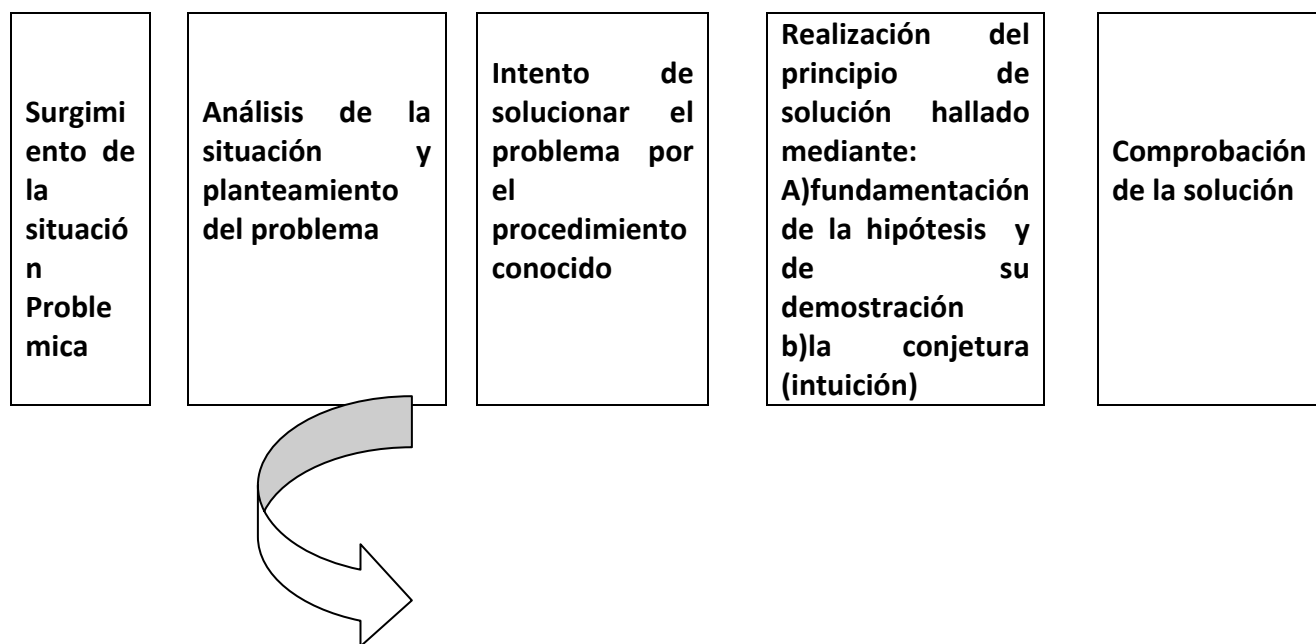
La primera etapa es el período de activación del proceso docente mediante la aplicación más eficaz de los procedimientos de variación del material docente, de su exposición emocional y de la intensificación de los elementos novedosos del material expuesto.

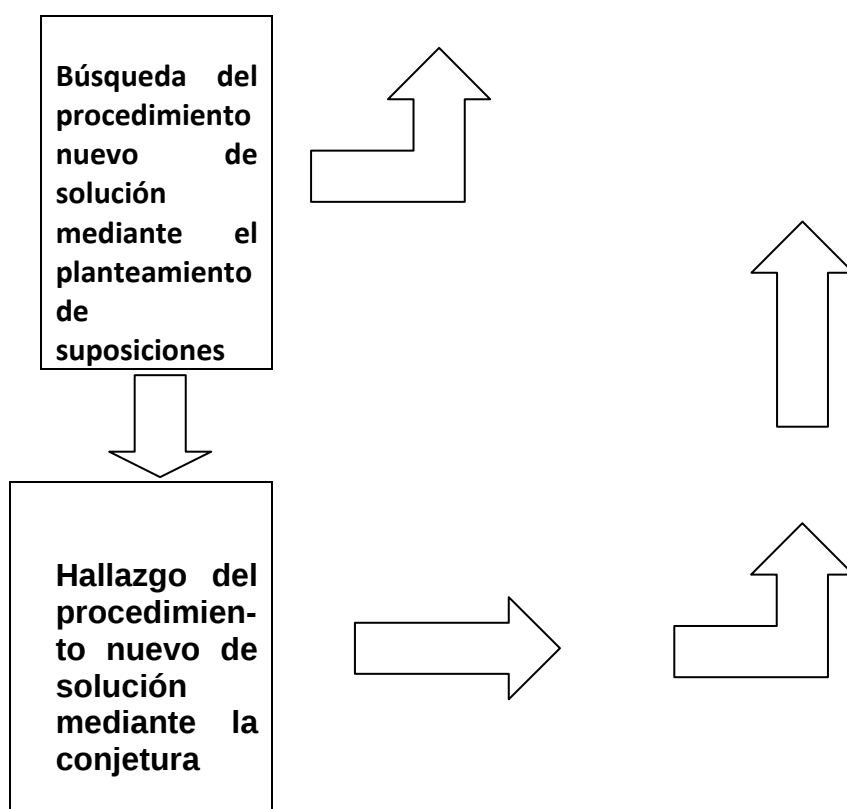
La segunda etapa se caracteriza por la búsqueda ulterior de vías para activar la enseñanza sobre la base de los nuevos postulados teóricos tomando en consideración los logros de la práctica en la primera etapa.

La tercera etapa es esencial en este proceso ya que en ella tiene lugar la interiorización teórica del papel y el lugar de las situaciones polémicas en el proceso docente así como la estructuración de la teoría de la enseñanza problemática El objetivo de la activación de los alumnos mediante la enseñanza Problemática consiste en elevar el nivel de la actividad mental del alumno y en enseñarle no aisladas operaciones en un orden casual y espontáneo, sino un sistema de acciones mentales que sea característico de la solución de tareas no estereotipadas , que exijan la aplicación de una actividad mental creativa , El dominio paulatino del sistema de acciones mentales creativas por los alumnos, conducirá el cambio de calidad de la actividad mental del alumno y elaborará un tipo especial de pensamiento que habitualmente se denomina científico ,crítico y dialéctico Majmutov.M 1983

La siguiente gráfica expone el orden de las etapas de un proceso cognoscitivo problemático.

**ESQUEMA GENERAL DEL ORDEN DE LAS ETAPAS DE UN
PROCESO COGNOSITIVO PROBLEMICO:(M. I. MAJMUTOV**





III. 5. Aspecto integrador del proceso de preparación táctica en la lucha

Métodos:

Modelación: Consiste en las abstracciones de las situaciones y soluciones que con mas o menos frecuencia se dan en el combate en correspondencia con la categoría de edad y el nivel competitivo de los atletas.

Problematización: Cada situación es un problema que hay que resolver y la solución se convierte al mismo tiempo en un nuevo problema. Un mismo problema puede tener diferentes soluciones y una misma solución puede ser utilizada para diferentes problemas.

Progresividad: La complejidad de las situaciones y las soluciones aumentan en dependencia de los objetivos y volumen técnico.

Reciprocidad: Obliga al atleta a pensar no solo como el sino también como el adversario, de manera que cada situación que cree el atleta, el mismo sea capaz de solucionarlas emplean preferentemente con las acciones preferidas de los atletas.

A continuación se describen ejemplos de cómo se manifiestan estos métodos en la lucha deportiva.

Modelación:

Un atleta durante la Lucha por los agarres, en la preparación y el ataque, y el otro soluciona y contraataca

Problematización:

Un atleta plantea una situación de preparación y ataque, el otro soluciona defendiendo y contraatacando, ante esta solución el atacante resuelve el nuevo problema realizando otro contraataque

Progresividad:

Un atleta plantea la situación de preparación, si el adversario no reacciona entonces resuelve con ataque, pero si el adversario ataca, entonces resuelve realizando defensa y contraataque.

Reciprocidad:

En la Lucha por los agarres un atleta está en la situación de preparación y ataque, el otro soluciona defendiendo y contraatacando, después se cambian los roles

III. 6. Aspectos preventivos

Consejos tácticos

3.2.2 Criterios de los entrenadores

Los entrenadores entrevistados plantean que la alternativa constituye una propuesta de solución eficaz a una problemática existente en el deporte actual y que en la lucha deportiva se presenta como uno de los aspectos más difíciles de tratar dada su

complejidad. Su introducción en la práctica permitirá mejorar su organización, planificación y control dentro del proceso de preparación del deportista.

Entre las ventajas principales destacan, la asequibilidad de la misma pues es entendible, útil y necesaria para llevar a cabo el proceso de preparación táctica.

3.2.3 Criterios de los atletas

Otro elemento importante es el criterio de los atletas, los cuales plantean dentro de los beneficios que para ellos pudiera reportar la aplicación de la alternativa en su proceso de entrenamiento los siguientes:

- Los aspectos tácticos se tratan claramente
- La forma de su tratamiento puede garantizar mayor seguridad en los combates.
- Cuando se refieren a la mejoría de los aspectos tácticos ellos sienten que:

Dominarán más las acciones en situaciones de posesión de la iniciativa.

Se ajustarán mejor a las situaciones de utilizar una preparación para diferentes acciones, y no como hasta el momento, que hacer todo tipo de acción preparatoria.

Dominar mejor el tiempo de combate y tener una idea mayor y más

CONCLUSIONES

1. Se evidencia carencia en lo referente al conocimiento y como planificar el aspecto táctico durante el proceso de preparación, producto del desconocimiento de la existencia de medios tácticos generales y de que inician la preparación táctica en la preparación especial.
2. Existe un papel rector del entrenador tanto en entrenamiento como en competencias, lo cual limita la independencia de los atletas y su desarrollo táctico.
3. Existen carencias desde el punto de vista táctico en los luchadores, mostrando deficiencias en cuanto al sentido del tiempo, distancia, anticipación, toma de decisiones y creatividad.
4. Los componentes conceptuales y psicopedagógicos de la alternativa metodológica, toman en consideración los aspectos esenciales de la táctica así como las fases psicológicas y pedagógicas de la acción táctica y del proceso de enseñanza problémica, como elementos que permiten solucionar situaciones desde el punto de vista mental y motriz.
5. Se obtuvieron criterios favorables acerca de los beneficios de la alternativa para el desarrollo de la preparación táctica del luchador, pues ofrece las herramientas necesarias para llevar a cabo dicho proceso de forma planificada en los diferentes momentos de la preparación.
6. La alternativa metodológica para la preparación táctica del luchador juvenil del estilo grecorromana, permitirá erradicar las insuficiencias existentes en la preparación táctica del luchador juvenil en Villa Clara.

RECOMENDACIONES.

Por la importancia que posee el desarrollo del pensamiento táctico y su complejidad consideramos oportuno recomendar se continúe con el estudio de sus características en la lucha grecorromana, lo que sin dudas permitiría enriquecer la alternativa metodológica propuesta.

Sugerir se investigue la posibilidad de aplicación de la alternativa propuesta en las diferentes categorías y estilos de la lucha en la provincia, haciendo los respectivos ajustes a las edades y nivel de desarrollo de los atletas.

Dada las características cambiantes en el mundo actual debido al desarrollo de las tecnologías de la información se hace necesario establecer acciones encaminadas a la superación de los entrenadores con el objetivo de la futura aplicación de la alternativa metodológica

Bibliografía

- Arosiev. Sistema de Formación de la Preparación Especial. Resumen Tesis Doctoral 1976. En Planificación del entrenamiento físico del nadador./ F. Navarro.—Edit. Cte. Olimpico Español. Fed. Esp. Nat.
- Andux, C. La preparación táctica como dirección determinante del entrenamiento de los juegos deportivos. Resúmenes del Congreso internacional, Matanzas, mayo del 2004
- Bécquer, G. La enseñanza Problemica en la Educación Física. Habana 1996.
- Betancourt, J. Y colectivo de autores. La creatividad y sus implicaciones.
- Buceta, J.M. Psicología del Entrenamiento Deportivo. Dykinson-Psicología.1998.
- Bejerano Agramontés, O : Clasificación de los juegos en la lucha deportiva <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital - Buenos Aires - Año 08 - N° 47 - <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital
- Bonitch, J.; Macarro, J. (2002). La enseñanza del judo suelo mediante el descubrimiento guiado. Una propuesta para Hon Kesa Gatame. *Lecturas: Educación Física y deportes*. Revista Digital. Año 8. N° 50. Buenos Aires.
- Bulletin Officiel. FILA # 71,72 y 87 Lausana Suisse. 1982.
- Castellano Simons, D.: aprendizaje Desarrollador II , editorial pueblo y Educación, la Habana Cuba 2002.
- Castejón, F.J. Una reflexión sobre la iniciación deportiva con exigencia táctica, exigencia técnica o exigencia técnico táctica. Comunicación realizada en el tercer Congreso de Educación Física. INEF, Lerida, Octubre, 1997.
- Microsoft® Encarta® 2008. © 1993-2007 Microsoft Corporación

- Fabio Martínez, H y Blandón Mena, M. Enseñanza preposicional para la formación de la táctica en fútbol. Revista digital. Efedepportes, # 65, Octubre 2003.
- Figueroa Jiménez M. Programa de Enseñanza para Mini-Lucha
Categoría 11-12 años LL y LG. Escuela Provincial de Gimnástica de Camagüey, 1999
- Forteza, A. Entrenamiento Deportivo. Alta Metodología. / Armando Forteza.- - La Habana : s/e, 1997
- Forteza, A. Tendencia Contemporánea de la Planificación de la Estructura del Entrenamiento Deportivo. / Armando Forteza.-- Colombia: Universidad INCCA. Oct. 1999. Conferencia Mimeografiada.
- González, S. I. Cañedo. Planificación del entrenamiento en la lucha deportiva. Libro digital disponible en: <http://www.indes.cu>
- Mahlo, F. La acción táctica del juego. la Habana pueblo y Educación 1985.
- Mazur, A.G. Lucha Clásica. Manual Metodológico. La habana. Editorial Ciencia y Técnica.1985.
- Jurgen Weineck. Manual de Entrenamiento Deportivo. Today. 1985
- Majmutov, M.I. La enseñanza problémica. Editorial Pueblo y Educación. La Habana. 1983
- Matveev, L. Fundamentos del entrenamiento Deportivo. / Leonid Matveev.-- Moscu: Editorial Raduga. 1983.
- Mayer, C.: Learning strategies an: overview. En C.E, Westein, El goltz y P, Alexander. Learning and Study Strategies. New York: Academic Press.
- Méndez Giménez, A. Modelos de enseñanza deportiva. Análisis dos décadas de investigación. Lecturas de Educación Física y Deportes. Buenos Aires Revista digital, Marzo 1999
- Morales, A. Entrenamiento Deportivo Personalizado, Material mecanografiado, 1998.

- Morales, A. El camino del éxito hacia el deporte elite. Editorial Cultura, Tegucigalpa. 2002
- Morales, A. El reloj detenido en el tiempo: una realidad que frena la formación del deportista inteligente, creativo e independiente. <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital - Buenos Aires - Año 10 - N° 79 - Diciembre de 2004
- Ozolin, N.G. Sistema Contemporáneo de Entrenamiento Deportivo./ N.G. Ozolin.-- Ciudad de La Habana: Editorial Científico Técnico. 1983.
- Platonov V, N.: Teoría y Metodología Entrenamiento Deportivo, Editorial Rádula, Moscú, URSS, 1987.
- Raïko Péetrov (1967). Principios de lucha libre para niños y adolescentes. Ed. Federación Española de Lucha, Madrid.
- Rodríguez, M. Determinación de los contenidos tácticos en la lucha deportiva. Trabajo de Diploma. Tutor: Alirio Pérez Muñoz. Antonio Morales Aguila. Liván Fernández Pérez. Facultad Cultura Física Villa Clara. 2006
- Subiría, M. :Mentefactos/.Vega empresas, Colombia, 1998..
- Silvestre, m y Zilberstein. Hacia una Didáctica Desarrolladora, editorial Pueblo y Educación, La habana Cuba, 2002.
- Stankov, A.G. La individualización de la preparación de los luchadores /A.Pismenkij y V.P. Klimin.-Moscú: Ed. Cultura Física y deportes, 1984.-- 240 p.-- (Texto en ruso)
- Tschiene, P. El Estado Actual de la Teoría del Entrenamiento. Scuolla dello Sport (Roma). Julio-Sept. P. 42-47. 1990
- Verjoshansky, I Entrenamiento deportivo. Planificación y programación. Barcelona. Ediciones Martínez – Roca 1990

ANEXO 1

Encuesta para conocer el estado actual del conocimiento y tratamiento de la preparación táctica en la lucha deportiva.

Estimado profesor: Atendiendo a las exigencias actuales del sistema competitivo, al constante cambio en el reglamento, así como la elevada rivalidad en los combates de lucha, en la F.C.F de V.C se desarrolla una investigación que tiene entre otras tareas la de determinar el estado actual de la preparación táctica con el propósito de profundizar, sintetizar y generalizar criterios que permitan una formación de atletas mas inteligentes, creativos e independientes.

Es por ello que le pedimos responda lo mas sincero posible esta preguntas y así contribuirá a perfeccionar el nivel científico, teórico y practico de la lucha deportiva. De antemano le damos las gracias.

Datos generales:

- Años de experiencia como
entrenador _____
- Categoría _____

- Provincia _____

- Resultados mas relevantes como entrenador

Preguntas:

- 1) ¿Qué puede entenderse por táctica?
- 2) ¿Para usted que es la preparación táctica?
- 3) ¿Trabaja usted la táctica unidad a la técnica?

Siempre _____ A veces _____ Nunca _____

- 4) ¿En que etapa de la preparación comienza a trabajar la táctica?
- 5) ¿Utiliza algún método? ¿Cuales?
- 6) ¿Dosifica la preparación táctica?

Si _____ No _____ A veces _____

Si la dosifica. ¿Cómo?

- 7) De los ejercicios que mencione 3 características.
- 8) ¿Qué forma emplea para evaluar la táctica?

Medición _____ Prueba _____ Observación _____

Ninguna _____ Otras _____ (Explique la esencia)

- 9) ¿Tiene alguna sugerencia para el tratamiento de la táctica?
- 10) ¿Cree usted que exista la preparación táctica?

Si _____ No _____ Depende _____

Si marca depende especifique de que

- 11) ¿Qué es la preparación técnico-táctico?
- 12) ¿Qué es la preparación técnica?
- 13) ¿Qué enseña desde el punto de vista táctico?

Anexo 2

Relación de los entrenadores que participan en la investigación

Nombre y Apellidos	Años de experiencia	Centro
Abdel Bécquer Arbolaes	13	EIDE
José Alberto Moreira	5	EIDE
Arturo Rodríguez	32	ESPA
Alberto La Rosa	27	ESPA
José Orlando Ordóñez	12	ESPA
Alberto Feliú	15	ESPA
Tomas Herrera	25	EIDE
Hipólito Prieto	25	EIDE
Miguel Hernández	4	EIDE
José Despaigne	20	ESPA
Alfredo Carrillo	15	EIDE
Yosvany Fill	3	EIDE
José Denis Cárdenas	32	ESPA
Adolfo Chacón	24	EIDE
Francisco Wuilford	20	ESPA

Anexo 3

Entrevista Abierta

Estimado profesor:

Como parte del proceso de valoración de la Alternativa Metodológica propuesta para el tratamiento a la preparación táctica del luchador juvenil de Villa Clara quisiéramos conocer su criterio respecto a la misma, ya que sus aportes serán de gran utilidad para el mejoramiento constante de dicha propuesta.

Anexo 4

Entrevista Abierta

Para los atletas.

Estimado atleta: Como parte de una investigación que se desarrolla en la Facultad de Cultura Física de Villa Clara, necesitamos conocer su opinión acerca de la propuesta de la alternativa para el desarrollo de su nivel táctico, así como para el logro de sus aspiraciones.

Anexo 5 Incluir los aspectos nuestros

Guía de observación

Objetivos:

1. Valorar las características de la preparación táctica de los luchadores

Unidad de observación: El comportamiento táctico de los luchadores juveniles en los combates de entrenamientos y competencias.

Tipo de observación: Directa, abierta o estructurada

Indicadores

- 1) Sentido de la distancia y el tiempo
- 2) Correspondencia entre la situación combativa y las acciones
- 3) Creación de situaciones para actuar
- 4) Conducción del combate

Instrucción General

Cada observador controlara un solo luchador y en el indicador 4 valorara la variabilidad y la alternativa de las acciones.