



*INSTITUTO SUPERIOR DE CULTURA FISICA
"MANUEL FAJARDO"
FACULTAD DE VILLA CLARA*

*Trabajo de Diploma ara optar por el titulo de licenciado de
Cultura Física*

*TÍTULO: Proponer ejercicios técnico tácticos para la enseñanza y
perfeccionamiento de los golpes en la zona del fondo del terreno del
Bádminton 13 – 14 años masculina de Villa Clara.*

Autor: Yusiel Blanco Rodríguez

*Tutor: Lic. Rafael Blanco Jiménez
M. Sc. Carmelo Miranda Corrales.*

Curso: 2008-2009



No solo hacemos deporte para programar campeones, sino para garantizar el bienestar y la salud del pueblo.

Fidel Castro Ruz.



RESUMEN

El Bádminton es un deporte donde se incrementa la rapidez, la destreza y la Habilidad, se educan las cualidades psíquicas más importantes: la voluntad, el autocontrol, la iniciativa, la seguridad y la inteligencia. Esto permite situarla como un deporte valiosísimo para la formación de hábitos y cualidades necesarias en la actividad social. La gran influencia de la intuición táctica en el resultado del juego adorna esta clase de deporte, difundiendo en buena medida, su influencia educativa en la esfera intelectual del hombre.

La eficiencia en Bádminton puede considerarse como la habilidad de llevar el partido y está encerrada en uso racional y planeado de la aplicación de los distintos fundamentos del badmintonista, con el fin de vencer al contrario.

Se aprecia en el Bádminton un mejoramiento hacia preparación técnica táctica , pero los medios para llevar acabo el desarrollo de las acciones de golpeo desde el fondo del terreno se han visto limitado por las insuficiencias no solo en la cantidad de ejercicios a utilizar, sino también por los tipos de ejercicios, los contextos en que deben utilizarse y su ajuste a las características individuales de los badmintonistas, de manera tal que se respeten los ritmos de aprendizajes, el nivel de rendimiento individual, entre otros aspectos que marcan las diferencias objetivas que existen entre los badmintonistas.

El presente trabajo se mueve precisamente en el contexto de ofrecer los ejercicios con para el deporte de Bádminton en la provincia de Villa Clara. El trabajo se desarrolló en tres etapas, que se corresponden con los objetivos trazados. En este mismo sentido se emplearon los métodos y/o técnicas: histórico lógico, encuesta, entrevista estandarizada, revisión documental, observación científica, triangulación, matemático-estadístico, técnicas participativas (talleres) y sondeo de opiniones.



Introducción.

Cualquier ciclo de enseñanza comporta la interacción de los dos protagonistas, el profesor-entrenador y el alumno-jugador, así como sus diferentes sistemas de referencia, lo que determina tanto el planteamiento de objetivos y formas de llevarlo a cabo, como la acción a realizar por el individuo.

La metodología a emplear por el profesor desde un punto de vista genérico, es decir, el orden a seguir para enseñar debe valorar aquellos aspectos que faciliten una enseñanza más sobria y regulada con rigor. Es aquí donde, la utilización de medios a nuestro alcance (instalaciones, material específico y alternativo...) son determinantes para nuestro éxito.

A modo de esquema orientativo, establecemos las diferentes materias a valorar en la metodología de la enseñanza de los deportes (Antón, 1990):

- Establecimiento de niveles o etapas de aprendizaje, por categorías (benjamín, alevín, cadete) y/o niveles de aprendizaje (base, medio, alto).
- Elección de medios, juegos, situaciones pedagógicas (progresiones didácticas), ejercicios y competiciones (utilizando estas como un medio y no como un fin).
- Formas de enseñanza, grupos por nivel y/o grupos por intereses.
- Principios de enseñanza a aplicar, conseguir los objetivos, paso de lo sencillo a lo complejo, paso de lo conocido a lo desconocido.
- Formas de aprendizaje, por modelos, descubrimiento guiado (planteamiento de situaciones-problema)...

Por consiguiente, será necesario conocer los factores o elementos constituyentes de los deportes de raqueta, para poder correlacionarlos con el sujeto al cual se dirige la enseñanza.



Estas dos variables, naturaleza de lo que se va a enseñar (deportes de raqueta) y el niño como sujeto de la enseñanza, determinarán las pautas del proceso metodológico del aprendizaje básico en este deportes.

Hasta llegar cada uno de los deportes de raqueta específicos se valoran los diferentes elementos comunes que constituyen su estructura: *raqueta, móvil, pista o terreno de juego, adversario, reglas*, que se irán integrando progresivamente (Hernández, 1997).

Aunque desde el punto de vista didáctico a veces separemos estos elementos, la práctica nos llevará, con frecuencia, a formas de organización en las que los distintos componentes se planteen de forma indivisible, lo que debe constituir la vía fundamental de la metodología.

Por lo tanto hay que evitar situaciones de aprendizaje, reducidas a simples procesos de imitación o repetición de gestos más o menos perfectos como respuestas a problemas aislados, fomentando en su contra la creatividad en las actividades.

Nosotros apostamos por un tratamiento didáctico en el que se parte del enfoque llamado *conductual-constructivista*, es decir, de la observación de la actividad y comportamiento del alumno. Se toman, al mismo tiempo, elementos fundamentales del propio deporte (mantener el móvil en juego, golpear por delante del cuerpo, provocar situaciones de debilidad del contrario...), dejando a un lado las formulaciones técnicas precisas (ejecución técnica del clear a través de una abducción del brazo ejecutor, rotación externa del hombro...). Simultáneamente se da un desarrollo de la motricidad, no entendida como *modelo* perfecto de ejecución técnica, sino como dominio de las amplias posibilidades gestuales y de movimiento que engloban los deportes de raqueta (Hernández, 1997).

Este enfoque por tanto tendrá una repercusión mayor y más positiva sobre el desarrollo de las habilidades técnicas (aumentando su riqueza y cantidad) así como de las tácticas (permitiendo valorar en cada situación el golpeo, desplazamiento... más conveniente).



En lo relacionado con la enseñanza se observan un predominio de concepciones metodológicas encaminadas a formar y perfeccionar los fundamentos técnicos y un detrimento de la enseñanza de la táctica, algo que limita la calidad del aprendizaje o demora la adquisición de condiciones adecuadas par que el badmintonista se desenvuelva en el juego eficazmente.

Podemos plantear además a partir de nuestra experiencia y la observación efectuadas en los equipos que de las acciones individuales se pasa a diseñar acciones de equipo, olvidando trabajar en los núcleos fundamentales que deciden la acción en el juego, lo que evidencia una enseñanza fraccionada, trayendo como consecuencia que el jugador de Bádminton no pueda mostrar en el juego acciones tácticas que no han sido antes enseñadas ni entrenadas.

Por tanto nuestra principal intención se dirige a ofrecer ejercicios que nos permita la preparación técnica táctica de los golpes en el fondo del terreno de los jugadores en el Bádminton, puesto que no basta con que los entrenadores tengan conocimiento de cómo estructurar las partes, sino cómo enfrentarlas en forma más integral que abarque todos los elementos que la componen.

A pesar de que Cuba no exhibe importantes resultados en este deporte, muchos países también se desarrollan vertiginosamente en su preparación, además la inclusión de jugadores profesionales en eventos mundiales y juegos olímpicos exige perfeccionar cada vez más en el plano pedagógico la formación adecuada de los atletas desde edades tempranas y dirigir desde planos científico el perfeccionamiento técnico-táctico.

Se plantea por la comisión nacional de Bádminton como una necesidad imperiosa para abordarse en el próximo cuatrienio olímpico investigaciones relacionadas con: La preparación técnica táctica de los jugadores en el Bádminton.



En el orden técnico la preparación técnica táctica del Bádminton ha tenido una serie de insuficiencias y limitaciones derivadas a escasos estudios relacionados con este tema y los estudios que existen generalmente han estado relacionados con la selección de talento y la recreación física, no modelos utilizados tanto en la enseñanza como en el entrenamiento.

Sin embargo el tema de la preparación técnica táctica de los golpes en el fondo del terreno de los jugadores de Bádminton ha sido poco tratado tanto en el orden nacional como internacional y las soluciones que se le ha dado a este problema se ha sentado fundamentalmente en consideraciones acerca de la integración y selección de jugadores, así como la aplicación correcta de las funciones de dirección de forma general, sin particularizar en el tema que investigamos, por tanto a nuestro criterio esto constituye un tema aún no resuelto ya que no se ha tenido en cuenta las habilidades necesarias que debe poseer el entrenador para conducir este proceso

A ello se le suma que el programa de preparación del deportista de Bádminton son insuficientes las orientaciones que se brindan para la preparación técnica táctica de los golpes en el fondo del terreno de los jugadores en las diferentes categorías

La recopilación de una vasta información, deja ver con claridad que no se posee una generalización didáctica del enfoque contemporáneo del entrenamiento en el Bádminton para el perfeccionamiento táctico que oriente las direcciones esenciales en que debe desarrollarse dicho arsenal y que permita seguir elevando su eficiencia y calidad a planos superiores. Es por ello que, la contradicción fundamental de nuestra investigación radica en que los modelos actuales de entrenamiento en el Bádminton, no están en correspondencia con las exigencias y características del juego contemporáneo.



Se necesita encontrar formas que posibiliten que las acciones que realizan durante el entrenamiento ellos dispongan de todo lo que posee en cuanto a experiencias, conocimientos, motivaciones y las que aportan los demás miembros del equipo para realizar acciones colectivas tal como se dan en el juego, en la etapa de preparación que los conduzcan a lograr un juego más efectivos.

De esto se desprende que la **Situación Problémica** de la investigación se centre en:

Insuficiencias en la ejecución de las acciones técnico-tácticas en la zona de fondo del terreno de Bádminton categoría escolar 13 – 14 años masculina.

Teniendo como **Problema Científico**: ¿Cómo mejorar las acciones técnico-tácticas en la zona de fondo del terreno de Bádminton categoría escolar 13 – 14 años masculina?

Para dar respuesta a este problema teniendo en cuenta el objeto de estudio y el campo de acción se formularon los siguientes objetivos:

Objetivo General:

Proponer ejercicios técnico tácticos para la enseñanza y perfeccionamiento de los golpes en la zona del fondo del terreno del Bádminton 13 – 14 años masculina de Villa Clara.

Objetivo Específicos.

1. Diagnosticar el estado actual de las acciones técnico táctico en la zona de fondo del terreno de Bádminton 13 – 14 años masculina de Villa Clara.
2. Elaborar una propuesta de ejercicios técnico tácticos para la enseñanza y perfeccionamiento de los golpes en la zona del fondo del terreno del Bádminton 13 – 14 años masculina de Villa Clara.
3. Valorar la propuesta de ejercicios teniendo en cuenta el criterio de los especialistas.



El trabajo se desarrollara en tres etapas, que se corresponden con los objetivos trazados.

ETAPAS DE LA INVESTIGACIÓN.

Primera etapa: Diagnóstico del estado actual del conocimiento, desarrollo y tratamiento de las acciones técnica tácticas en la zona de fondo del terreno de Bádminton categoría escolar 13 – 14 años masculina.

Segunda etapa: Elaboración de los ejercicios para el tratamiento de las acciones técnica tácticas los golpes en la zona de fondo del terreno de Bádminton.

Tercera etapa: Valoración de la propuesta de ejercicio.



CAPITULO 1:

1.1. FUNDAMENTACIÓN TEORICA.

Síntesis histórica del bádminton nacional e internacional.

El Bádminton, ingresa a Cuba, alrededor de la década del 50, fundamentalmente se desarrolla en los Colegios Católicos existentes de esa época, como una actividad recreativa. Se comienza a desarrollar de forma masiva y organizada por el INDER, a partir del 70, formando parte de las actividades recreativas competitivas, al llevarse a cabo su ingreso en el Programa de los Juegos Olímpicos en Barcelona (1992), se determina por el Organismo Deportivo desarrollarlo como parte de los deportes que forman parte de las Unidades Estratégicas (Alto Rendimiento - Participativo) a partir de Abril de 1994. La Federación Internacional se funda en 1934 por 9 países (Canadá, Dinamarca, Inglaterra, Gales, Escocia, Nueva Zelandia, Francia, Irlanda y Holanda), este deporte surge en el siglo XVIII donde toma el nombre de la "CASA BADMINTON" en Gloucestershire en Inglaterra donde radica la casa del DUQUE BEAUFORT. Cuba ingresa a la Federación Internacional en 1994 con el No. 114, actualmente existen un total de 157 Federaciones en todos los Continentes. En el área Panamericana (ODEPA) de 42 países hay esta disciplina en 26 y en el área Centroamericana y del Caribe ODECABE en 16 países. Ingresa en los Juegos Olímpicos 1992 (BARCELONA) donde se juega nada más 4 modalidades de 5 existentes (DOBLES MIXTO) que se incorpora en Atlanta, en los Juegos Panamericanos participa por primera vez en Mar del Plata, Argentina y los Centroamericanos y del Caribe en 1990 en México (Desde esta fecha no se ha celebrado más).

Actualmente en Cuba se practica en 10 provincias y 47 municipios, con una fuerza técnica 75 y se han organizado en Cuba torneos internacionales y entre estos posee un torneo que forma parte del Circuito Mundial para Ranking (GIRALDILLA).

Cuba está considerada por la Federación Internacional, uno de los países de mayor desarrollo alcanzado en su corto período de creación.

"NO SE JUEGA CON EL ADVERSARIO, SINO CONTRA EL ADVERSARIO"
(LEMA Federación Internacional)



1. EL BÁDMINTON COMO ACTIVIDAD MOTRIZ .

Según Schmidt (1998), partiendo de la clasificación de Poulton (1957), el individuo es considerado como un servosistema, en el que la información juega un papel relevante en el comportamiento motor del ser humano (Schmidt, 1988; Oña, 1994; Oña y Martínez, 1995). Esta perspectiva distingue dos tipos de tareas motrices, abiertas y cerradas, en función del criterio de estabilidad del medio o su previsibilidad, para destacar el papel que el contexto espaciotemporal tiene en el aprendizaje y en la realización de las habilidades motrices. Tareas motrices de carácter abierto son aquellas en las que el medio es impredecible y, normalmente, es necesario el circuito de feedback externo o periférico, es decir, aquellas en las que el sujeto necesita recibir información del medio, como ocurre en bádminton. Exigen operaciones cognitivas que permiten anticipar y evaluar lo que puede, o no puede ocurrir, porque es difícil que se repitan las mismas acciones, una y otra vez, al tratar de que el oponente conozca lo menos posible cómo actuaremos (Ruiz, 1996). Según Riera (1989), la simulación, el engaño y la astucia son la esencia de estas tareas. Las tareas motrices de carácter cerrado son aquellas en las que el medio es estable o previsible, por ejemplo lanzamiento atlético. Desde esta perspectiva y siguiendo el análisis específico en bádminton, podemos afirmar que como deporte con predominio de habilidades abiertas, puede ser analizado desde varias perspectivas (Hernández, 1989; Cabello y cols, 1999).

1.1.1. Deporte individual y/o adversario

Los deportes pueden ser clasificados, según Moreno (1995), en función de diferentes aspectos, con dos grupos claramente definidos, los deportes individuales y colectivos. El bádminton se incluye en el grupo de deportes individuales, pero que se realiza con oposición. En el que existe un espacio separado por una red y una participación simultánea.

Según Grunenfelder (1998), el bádminton es una de las numerosas actividades físicas englobadas como deporte individual de oposición o también como deporte de adversario, aunque en el caso de las modalidades de dobles podría incluirse dentro de los deportes de cooperación-oposición, también llamados de equipo (mini



equipo de 2 personas), deporte de situación - juegos deportivos. En este sentido algunos estudios realizados por Waland (1999) y Kim (1999) muestran las grandes diferencias existentes entre las modalidades de individual y las de dobles, principalmente en el planteamiento táctico de los partidos y las ejecuciones técnicas específicas que requieren las modalidades de dobles.

Siguiendo la clasificación de los deportes en relación a su mecánica técnica, expuesta por Bompa en Cabello y cols (1999), también podemos encuadrar al bádminton como un deporte acíclico.

1. Deporte de raqueta

Este deporte se practica golpeando el móvil (volante) con un utensilio que prolonga el brazo a modo de raqueta. El bádminton se incluye dentro de los deportes de raqueta como el deporte de sala por excelencia (Hernández, 1997a), ya que para su práctica no se necesita de la construcción de una instalación específica exclusiva de su práctica, como ocurre con el resto de deportes de raqueta, sino que puede practicarse en cualquier sala de barrio o pabellón, en el que pueden ubicarse un número muy elevado de pistas.

1.1.4. Diferentes modalidades de juego (pruebas)

El bádminton a nivel competitivo puede ser practicado en cinco modalidades o según la denominación actual del Consejo Superior de Deportes (1999), pruebas diferentes, que se pueden agrupar en:

- I. Modalidades (pruebas) individuales:
 - Individual Masculino. o Individual Femenino.
- II. Modalidades (pruebas) de dobles:
 - Dobles Masculino. o Dobles Femenino.
 - Dobles Mixto.

En términos de reglamento, la única diferencia entre todas está en la diferente puntuación para el individual femenino, siendo el resto de características (altura de la



red, dimensiones del terreno de juego, características del volante, ..) igual para todas ellas, exceptuando algunas zonas de juego diferentes para individual que para dobles.

OBJETIVO DEL JUEGO

El juego consiste en mantener el móvil (volante), describiendo su peculiar trayectoria, de un lado a otro de la pista, pasando siempre por encima de la red y realizando su impulsión con el golpeo del mismo a través de la raqueta, con el objetivo de ganar la jugada y el punto.

La jugada, interpretando el reglamento de juego, la podemos definir como unidad competitiva del juego, que comienza cuando el volante se pone en juego en el saque y termina cuando éste cae al suelo, golpea la red y queda en ese lado del terreno de juego, o queda fuera de juego por alguna otra circunstancia regulada en el reglamento. Sin embargo la suma de un punto sólo se conseguirá cuando la jugada haya sido ganada por el mismo que sacó, siendo necesario para ganar la jugada que el volante toque el suelo en el lado del terreno de juego del adversario o el contrario lance el volante fuera del terreno de juego, contra la red o cometa alguna falta estipulada.

LAS FASES DEL JUEGO

El bádminton es un deporte donde se diferencian dos únicas situaciones de juego, la jugada y el descanso entre jugadas. Durante el transcurso de la jugada no existen interrupciones o paradas del juego ya que éste consiste en mantener el volante volando a través de golpes con la raqueta, siendo la posesión del móvil prácticamente nula o reducida a las milésimas de segundo en las que la raqueta contacta con él. Sin embargo en el transcurso de la jugada podemos diferenciar cinco situaciones distintas, que se producen de manera consecutiva y alterna (Jian, 1999).

Saque.

1. Recepción del saque.
2. Construcción del ataque – ataque.
3. Construcción de la defensa – defensa.



4. Transición entre ataque y defensa.

FUNDAMENTOS TÉCNICOS

La fundamentación y análisis de determinados aspectos de la técnica del bádminton es una parte muy importante del presente estudio, siendo de una profunda revisión en el punto 2 de fundamentación teórica del estudio, del presente capítulo. Este es el motivo por el que en este apartado sólo se realiza una definición de técnica y una clasificación de los fundamentos técnicos específicos.

Concepto de técnica en bádminton

En Cabello y cols (1999), es definida la técnica deportiva (Ozolín, 1970) como "la realización consciente y orientada de los movimientos y acciones del deportista, dirigidos a la consecución de un determinado efecto en los ejercicios relacionados con el despliegue de esfuerzos volitivos y musculares, con la observancia de un determinado ritmo y con la utilización y superación de las condiciones del medio exterior", y la habilidad motriz (Cratty, 1973) como "la capacidad de producir un resultado predeterminado con un máximo de certeza y un coste energético mínimo".

Uno de los pilares básicos del bádminton es la técnica, especialmente la amplia gama de golpes y desplazamientos que existen. Conocerlos y ejecutarlos correctamente es imprescindible para alcanzar grandes niveles de rendimiento. El golpeo es la habilidad más importante y sobre la cual se centran la mayoría de las investigaciones y estudios, conocer la realización correcta de cada uno de los golpes nos va a permitir progresar dentro del bádminton.

En función de las habilidades motrices del bádminton se puede establecer la siguiente clasificación (Cabello y Serrano, 1997):

Habilidades Cerradas: el ejemplo más claro es el saque, que se desarrolla bajo condiciones predecibles (zona de saque predeterminada, jugador contrario estático).

Habilidades Abiertas: Un ejemplo significativo son los golpes, ya que la respuesta motriz es difícil de prever y la decisión-respuesta ocurre en muy poco tiempo, siendo muy importante la percepción durante el juego, que puede cambiar fácilmente la situación, quedando condicionadas las respuestas al tipo de ejecución realizada.



Clasificación de los fundamentos técnicos (Cabello y Serrano, 1997)

1. Habilidades
2. Fintas
3. Presa de raqueta
4. Posiciones
5. Desplazamientos
6. Saques
7. Golpes básicos desde el fondo de pista.
8. Golpes básicos desde la red.
9. Golpes básicos desde el centro de pista.
10. Golpes especiales.

FUNDAMENTOS TÁCTICOS

La táctica es un elemento fundamental en cualquier deporte. En bádminton, algunos entrenadores y jugadores consideran que la táctica tiene una importancia especial debido a las particularidades de nuestro deporte, al interactuar el control con la potencia, la variedad con la constancia, el factor sorpresa con la consistencia en la lucha, .. Esta riqueza de matices hace de la táctica un fundamento básico para el éxito en la competición que se puede definir como "la actividad física de carácter psicomotriz, en la que la incertidumbre en su realización sólo puede provenir del adversario directo" (Kumar, 1999).

Las posibilidades técnicas en bádminton son muy elevadas y pueden crear una multitud de situaciones tácticas. No es suficiente que un jugador conozca todos los golpes, sino que tiene que escoger entre estos golpes a fin de dominar los intercambios y ganar el encuentro, siendo muy importante que encuentre lo más rápidamente posible las debilidades del contrario para elegir el tipo de juego conveniente para triunfar, tratando de disimular sus debilidades a fin de que el adversario no pueda aprovecharse de ellas (Rodríguez, 1991).

En bádminton la velocidad es tan elevada, que la comprensión inmediata de una situación de juego y la reacción adecuada para hacerle frente varían a un ritmo tal que, la inteligencia táctica de juego del jugador se convierte en el factor primordial para situar sus posibilidades tácticas.



Todo lo expuesto hace pensar en la necesidad de empezar el aprendizaje táctico desde el principio, integrándolo con el aprendizaje técnico, para así establecer un entrenamiento técnico-táctico conjunto

LA ACCIÓN TÁCTICA DE JUEGO.

Siguiendo a Sánchez Bañuelos (1996) en el análisis de las tareas motrices, en relación a la dificultad de las mismas respecto a los mecanismos de percepción, decisión y ejecución, consideramos al bádminton, en su máxima expresión, como una tarea motriz o un conjunto de ellas de una dificultad muy elevada, que se comporta según el esquema básico de procesamiento de la información de un acto motor complejo.

El análisis de la acción táctica en bádminton se resume en el análisis de la acción de juego del adversario y del propio juego. Para desarrollar el análisis del acto táctico en bádminton es necesario tener presente los componentes de la acción táctica definidos por Mahlo (en López, 1996), ver tabla

Aspectos básicos que inciden en la táctica del bádminton

A. La situación del jugador

- Distancia a la red
- Relación con el volante:

B. Las condiciones climáticas

C. Las características del oponente

D. Aspectos externos

A. Aspectos tácticos relacionados con la técnica

Se considera a la técnica como el soporte de la táctica y a su vez a las cualidades físicas como soporte de la técnica. Esta relación existente entre las cualidades físicas, la técnica y la táctica tiene una influencia directa en la realización de la práctica deportiva que en el caso del bádminton se puede resumir en los siguientes aspectos claves de la eficacia del juego (López, 1996):

- a) Rapidez de movimientos.
- b) Variedad en los golpes.



c) Seguridad en los golpes.

d) Precisión en los golpes..

El dominio y relación de todos y cada uno de estos aspectos va a determinar la realización o no de errores no forzados, que puede ser un índice del rendimiento de juego (Cabello y cols, 2000).

Ataque-defensa.

El ataque y la defensa son las dos situaciones básicas del juego en bádminton, es decir en un elevado tanto por ciento de las ocasiones se está en una situación o en otra.

La iniciativa de juego está determinada por el ataque o viceversa, siendo normalmente el que impone el ataque el que domina el juego, no dando esto como consecuencia la victoria pero si interviniendo de forma positiva (Cabello y cols, 1999).

Se considera que un jugador está atacando cuando consigue golpear el volante con una trayectoria descendente o que suponga al adversario golpearlo por debajo de la red. En algunas ocasiones se puede considerar ataque sin que se de esta situación, siendo la devolución del adversario semejante a un ataque normal.

Se considera que un jugador está defendiendo en la situación contraria a la anterior, es decir, cuando la trayectoria del volante es ascendente o el adversario lo golpea por encima de la red.

La relación entre ambas situaciones es un factor determinante del juego y por tanto del establecimiento de estrategias y su ejecución en tácticas. Durante el desarrollo de un partido van a darse constantes y rápidos cambios de una situación de ataque a una de defensa y viceversa, por lo que habrá que dominar ambas situaciones, así como la transición de una a otra que difiere entre las distintas modalidades. Para lograrlo será necesario entrenar todos los aspectos que influyen en la táctica. El control de esta relación va a determinar en gran medida la eficacia en el juego (Bime, 1997).

Se puede afirmar que el Bádminton, en su máxima expresión, es una tarea motriz o un conjunto de ellas de una dificultad muy elevada, sobre todo cuando hablamos del bádminton como deporte de competición.



Componentes de la acción táctica de juego en Bádminton.

COMPONENTES	PERMITE	EJEMPLO
Amplitud del campo visual	Percibir los elementos de cada situación de juego	Visualización del volante y jugador antes del golpeo
Cálculos ópticos motores	Medir las velocidades, distancias y tiempos	Muy importantes por las características tan particulares del vuelo del volante
Pensamiento táctico	Analizar las situaciones que se producen en el propio juego	El jugador se ha alejado mucho de la red, porque cree que voy a rematar
Conocimientos	Conocer y decidir la mejor solución	Es mejor realizar un drop cruzado que rematar paralelo
Tipo de reacción (Velocidad)	Actuar de la forma más rápida y en el momento justo	Para poder golpear el volante de forma atacante en la red
Cualidades físicas	Ejecutar todas las acciones motrices de forma repetida sin fatigarse	Desplazamientos, saltar y golpear repetidamente sin fatigarnos
Habilidades técnicas	Tener una gran variedad gestual que permita elegir la acción más adecuada	Saber ejecutar una gran variedad de golpes correctamente
Concentración	Controlar las diferentes situaciones	Para mantener el mismo nivel de juego cuando saco y cuando recibo
Voluntad y motivación	Tener deseo de competir y mejorar	Para poder rendir al 100% en cada partido
Espíritu colectivo	Hacer las acciones individuales justas	Muy importante en las competiciones por equipos, tan habituales en bádminton

Como afirman muchos autores, se considera a la técnica como el soporte de la táctica y a su vez a las cualidades físicas como soporte de la técnica. Esta relación existe entre las cualidades físicas, la técnica y la táctica tiene una influencia directa en la realización de la práctica deportiva que en el caso del bádminton se puede resumir en los siguientes aspectos claves de la eficacia del juego.

- Rapidez de movimientos.
- variedad en los golpes.
- Seguridad en los golpes.
- Precisión en los golpes.



El dominio y relación de todos y cada uno de estos aspectos va a determinar la realización de los mismos la principal diferencia entre los jugadores experimentados de gran nivel y los no experimentados de bajo nivel.

TÁCTICA DE LAS DISTINTAS MODALIDADES.

1-TÁCTICA DE INDIVIDUALES.

La táctica en el juego de individuales va a depender en gran medida del nivel al que nos refiramos, siendo el análisis global de una gran extensión y complejidad . Por todo ellos nos vamos a centrar de forma esquemática en los principios básicos y sistemas de juego de forma general en niveles básicos y medios de juego. También habría que realizar una diferenciación entre las modalidades de individual masculino y femenino, ya que por sus propias características implican una serie de diferentes tácticas que en este caso tampoco vamos a ver.

1.1- SERVICIO Y RECEPCIÓN.

El servicio en la modalidad de individual ha tenido una gran evolución técnico-táctico a lo largo de los años, lo que ha hecho que en la actualidad exista una gran variedad de saques e igualmente de devoluciones. No obstante, es necesario tener presente la importancia de este golpeo que pone en juego el volante, ya que una correcta ejecución puede ser el principio del éxito de la jugada.

Desde el punto de vista táctico y de forma muy básica se puede apreciar en los gráficos expuestos a continuación algunas posibilidades de saque y devolución del mismo que suelen ser bastantes eficaces, aunque nunca debemos olvidar la importancia de la variedad y sorpresa que deben poseer los jugadores para ambas situaciones.

1.2- PRINCIPIOS BÁSICOS DURANTE EL JUEGO.

A- Atacar al revés.

B- Juego alternativo y compensado delante-detrás.

C- No precipitarse y darse tiempo.

D- Juego cruzado.

E- Distancia más larga.

F- Punto débil.

G- Juego ofensivo.



H- Juego defensivo.

UTILIZACIÓN TÁCTICA DE LOS GOLPES EN LAS DISTINTAS MODALIDADES.

GOLPES	INDIVIDUAL	DOBLES
Saques	- Largo y alto. - Variantes: corto y en drive para sorprender.	- Corto y muy cercano a la red. - Variantes: drive para sorprender.
Clear	- Muy frecuente. - Se alternan clears ofensivos y defensivos.	- Solo se utiliza en ocasiones excepcionales y de hacerlo serán ofensivos.
Drop	- Es un golpe de ataque que se alterna con lobs.	- Utilizados con frecuencia. - Se alternan lentos y rápidos con remates.
Remate	- Se debe utilizar cuando se tiene seguridad de que es el momento correcto	- Es el golpe por excelencia y debe utilizarse siempre que se pueda.
Drive	- Es poco utilizado excepto para sorprender. - Es una forma de recepción del remate.	- Junto con el remate es el más utilizado. - Debe ser rápido y ajustado a la red para evitar el ataque del contrario.
Juego en red	- Es frecuente para ralentizar el juego y evitar el ataque. - Requiere gran destreza técnica.	- Se utiliza en ocasiones para pasar al ataque.
En general	- SABER ESPERAR. Decidir el golpe mas indicado en el momento más oportuno.	- ATACAR SIEMPRE. Bajar el volante siempre para conseguir el punto.



APRENDISAJE BÁSICO DE LOS ELEMENTOS DE LA TÁCTICA.

Algunos técnicos consideran que la táctica debe comenzar a enseñarse en el momento en que los alumnos empiezan sus primeras competencias. Sin embargo, siguiendo a Crespo y cols (1993), y basándonos en la idea de que técnica y táctica son distintas pero han de conocerse y practicarse al unísono, siempre que sea posible, creemos que es conveniente empezar a enseñar los elementos básicos de la etapa de iniciación.

Objetivos de la táctica en iniciación.

Los objetivos de la enseñanza de los fundamentos de la táctica en iniciación pueden ser, entre otros, los siguientes:

- Conocer los aspectos más relevantes de la pista, líneas, dimensiones, zonas, ...
- Saber las posiciones más habituales de los jugadores, posición básica, de saque y recepción, antes y después del golpeo, así como la importancia de la colocación y movimientos del contrario.
- Conocer las características básicas del volante, particularidades de la trayectoria, altura, dirección, profundidad, velocidad,..
- Conocer las situaciones tácticas básicas, ataque, defensa y transiciones.
- Saber y reconocer las diferentes fases de juego, saque y devolución, juego al fondo, juego en red,..
- Aplicar los principios tácticos expuestos a los ejercicios y juegos.

El profesor- entrenador debe ir introduciendo progresivamente los conceptos tácticos apropiados, siempre mediante la práctica de ejercicios y juegos relacionados con los fundamentos técnico-tácticos. Se trata de que los alumnos aprendan la táctica básica sin exposiciones teóricas complejas. Por ejemplo, ¿a ver quién pasa más veces el volante por encima de la red sin fallar?, lo que incluye características tácticas tan importantes como la consistencia y control del volante.

Progresiones tácticas básicas.

Según Crespo y cols (1993), del mismo modo que en el aprendizaje de la técnica básica se utiliza progresiones, también en el aprendizaje básico de la táctica hay que desarrollar los contenidos de forma gradual para que el jugador que se esta iniciando



los asimile correctamente. Algunas de estas progresiones tácticas pueden resumirse en:

- Golpear el volante.
- Pasar el volante por encima de la red.
- Meter el volante dentro de los límites de la pista.
- Aplicación de las trayectorias básicas del volante.

Características de la trayectoria del volante en el terreno.

a)- Altura.

b)- Dirección:

- Lado derecho e izquierdo.

- Zona de red y fondo.

- Áreas restringidas más específicas, señaladas con tizas o aros,...

c)- Profundidad y velocidad, estas características deben seguir el mismo sistema de ejercicios, entendiendo que ambas son más difíciles de llevar a la práctica por parte de un alumno de nivel de iniciación, ya que dependen en gran medida de la condición física, fundamentalmente de la fuerza.

Conceptualización, tratamiento y clasificación de los golpes en bádminton

El análisis de la bibliografía al respecto es bastante confusa, al no existir unos criterios taxonómicos claros, siendo muy diversas las formas de encasillar o denominar a unos determinados grupos de golpes.

Según Hernández (1989) los golpes básicos en bádminton se pueden clasificar en:

Golpes bajos en la red desde el lado derecho y de revés.

Golpes por el lado derecho a la altura del hombro.

Golpes por el lado izquierdo a la altura del hombro.

Golpes por el lado derecho por encima de la cabeza.

Golpes por el lado izquierdo por encima de la cabeza.

Golpes altos en la red por el lado derecho y por el lado izquierdo.

Según López (1990) los golpes básicos en bádminton se pueden clasificar en:

Golpeos desde el fondo de la pista.

Golpeos de media pista.

Golpeos desde la red.



CLASIFICACION DE LOS GOLPEOS FUNDAMENTALES

Golpeos Básicos	Lugar de Realización	Trayectoria del volante y Nomenclatura inglesa	Altura del impacto	Posición del jugador	Posición De la raqueta	Carácter Del golpeo
(CLEAR) Globo	Fondo de pista	Ofensivo (Attackin clear) Defensivo (defensive clear)	Mano alta (overhead)	Derechas (ForehandClear) Revés (backhandClear)	Plano	Paralelo (Straight Clear)y cruzado
(DROP) dejada	Fondo de Pista Centro de pista	Plana (straight Drop) Lenta (show Drop) Rápida (fast drop) Cortada (sliced drop) Inversa	Mano alta (overhead)	Derechas (forehand drop) Revé(backhand Drop)	Plano Cortado (Cut smash) Inverso	Paralelo (straight Drop)y Cruzado (cross court drop)
(LOB) Despeje	Centro de pista red	Defensivo(lob High defensive) Tenso Flick(fast flick from the net)	Mano baja Media altura	Derechas (forehand lob) Revés(backhand lob)	Plano	Paralelo (straight Lob) Cruzado (cross cour lob)
(PUSH)	Centro de pista Red	Push media pista(mid court push)	Media altura	Derechas(forehand Push) Revés(backhand push)	Plano	Paralelo (straight push)y Cruzado cross court push)
(KILL)	Red	(ned kill)	Media altura	Derechas(forehand Kill) Revés(back hand kill)	Plano	Paralelo (straight Kill) y Cruzado (cross court kill)
(BRUSH)	Red	(brush shot)	Media altura	Derechas(forehand Brush) Revés(backhand Brush)	Cortado	Paralelo (straight Brush) y (cross cour brush)
FINTAS	Fondo de pista Centro de pista Red	Cuerpo Raqueta	Mano alta Mano baja Media altura	Derechas Revés	Plana Cortada Inversa	Paralelo Y Cruzado



Modelos de enseñanza deportiva.

El estudio realizado por Méndez Giménez (1999) en su artículo “Modelos de enseñanza deportiva. Análisis de dos décadas de investigación” señala que: *“se viene contrastando la repercusión de los dos enfoques metodológicos más utilizados en la enseñanza deportiva, por un lado, el enfoque tradicional o técnico, y por otro, el enfoque alternativo o centrado en la táctica.*

ENTRENAMIENTO DE LA TÉCNICA:

Esta enseñanza de la técnica se centra en situaciones aisladas, en 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 enseñanza declina en una serie de factores poco favorecedores para los jugadores en categorías benjamines, alevines e incluso infantiles. Este tipo de actuación por parte del entrenador, anula una serie de valores indispensables para la correcta evolución del jugador. Cabe destacar que con la propuesta del entrenamiento de la técnica:

- a) Los jugadores no comprenden fácilmente la transferencia del aprendizaje de un fundamento a una situación de partido.
- b) Es una enseñanza muy directiva que ofrece escasas tomas de decisión al jugador/a; por tanto cabe la posibilidad de que los jugadores estén automatizados y no sean capaces de crear situaciones de peligro en los partidos.
- c) Requiere mucho tiempo para dominar los fundamentos.
- d) Es monótono para los jugadores, y consideramos necesario, sobre todo en estas edades, que los chicos y las chicas tengan un alto nivel de motivación y estén ilusionados por entrenar y jugar.

Este tipo de entrenamiento abarca totalmente la cuestión de ¿Cómo hacer los fundamentos? Sin embargo, presenta una gran incógnita al desarrollar el juego, y es la de ¿Cuándo realizar esos fundamentos en los partidos?; ¿Qué fundamento elegir en función de las circunstancias del juego?



ENTRENAMIENTO DE LA TÁCTICA:

El entrenamiento de la táctica fundamentalmente se basa en plantear tareas globales en donde los jugadores tengan que resolver situaciones y problemas planteados por los defensores o atacantes que impiden cumplir el objetivo previsto. Una vez que los jugadores "comprenden" la esencia del juego en el contexto global, el entrenador irá introduciendo los distintos elementos técnicos para que los puedan aplicar en esas situaciones de juego. Esta tendencia del trabajo global es más actual y parece más preponderante que la enseñanza analítica. Son muchos los partidarios de esta propuesta, entre otros Devís y Peiró (1992), Durán y Lasierra (1987), Zaragoza (1992), Junoy (1997).

Este planteamiento de iniciar el Hockey S/C por el aspecto táctico ofrece unos valores considerables:

- a) El entorno de aprendizaje de los jugadores es el mismo en donde se desarrolla la acción del juego, por tanto existe una clara transferencia.
- b) El entrenador/a "cede" al jugador/a en gran medida el bloque de tomas de decisión, elemento muy importante para potenciar el nivel de creatividad y la capacidad de elegir.
- c) Fomenta que los jugadores sean polivalentes; evita la especialización temprana.
- d) Tiene un alto nivel de motivación en los jugadores puesto que las actividades que realizan son grupales, 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 cuándo realizar una acción idónea en función de la situación que plantea el juego. Sin embargo, puede llegar una etapa del entrenamiento en que los jugadores deban conocer una gama más variada de fundamentos y de esta forma poder elegir cuál de ellos utilizar de modo correcto.

ENTRENAMIENTO TÉCNICO – TÁCTICO.

Este planteamiento considera importantes tanto el iniciar la enseñanza del Hockey S/C con un planteamiento técnico, como con un planteamiento táctico, por este motivo intenta la enseñanza aglutinando los dos bloques el de la táctica y la técnica,



sin que uno sea excluyente 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 primer lugar, o se inicia con el entrenamiento de la táctica. Castejón y López (1997), se plantean una serie de cuestiones: ¿para aplicar una correcta táctica es necesario dominar la técnica?; ¿cómo se puede realizar una buena técnica sin realizarla en un contexto global del juego?

Partiendo de la base de que técnica y táctica son indivisibles y que no puede existir un buen desarrollo de un elemento sin el otro, se plantea la posibilidad de realizar una enseñanza de ambas partes; es decir, situar a los jugadores en contextos globales, situaciones en donde ellos deban resolver los problemas que ofrecen atacantes o defensores, aplicando elementos técnicos más o menos básicos y necesarios para que dichos jugadores puedan elegir correctamente y obtengan el resultado deseado (French y col, 1996. Castejón y López, 1997. Castejón y col, 1997).

De este modo los partidarios de esta opción, consideran que existen mayores ventajas ofreciendo más beneficios tanto a los jugadores como entrenadores. No obstante es preciso destacar que en determinados momentos del entrenamiento se tendría que dar mayor consideración a los elementos tácticos y menor a los elementos técnicos, y viceversa, mayor consideración a los fundamentos técnicos y menor a los fundamentos tácticos.

Estos modelos presentados no tienen que estar enfrentados unos a otros. Dependiendo del momento en que se aplique y de su objetivo, puede que sea más idóneo uno que otro. Serán los entrenadores los que deban elegir el que más beneficio proporcione a sus jugadores atendiendo a las características del equipo. No obstante parece ser que el entrenamiento de la táctica y el entrenamiento de la táctica-técnica son los más completos en las categorías de iniciación.



La aplicación de la ciencia en este deporte posibilita que con la utilización de los resultados de sus estudios e investigaciones, pueda llevarse a cabo con éxito nuevos métodos de entrenamientos. Contribuyendo grandemente a que se alcance la forma deportiva en el menor tiempo posible y lograr soportar largos períodos de competencia. Las posibilidades del hombre son infinitas, pero solamente utilizando métodos científicos de entrenamiento es que este puede alcanzar altos resultados deportivos teniendo como objeto fundamental el cuidado del hombre como ser humano

El mejor especialista del mundo no puede prescindir de un entrenamiento continuo en esta importante situación estándar (sin contrario, con sus compañeros en ataque y con todo el equipo contrario.)

En nuestra facultad se han realizados varios trabajos de diploma acerca de las direcciones de la preparación física y selección de talentos en este deporte, nos toca a nosotros para contribuir complementar, resolver el problema del entrenamiento de las acciones técnica táctica de los golpes desde el fondo del terreno, desde el punto de vista pedagógico, es decir, con todos los elementos que compone el proceso de enseñanza aprendizaje.

Estas investigaciones han estado encaminadas solamente a conocer cual es el problema que nos afecta en el resultado deportivo, limitándose a dar la solución para resolver los mismos. Pero este trabajo que pretendemos investigar en el día de hoy, no se ha realizado de esta forma en el país, el mismo nos aportará la manera más eficaz por medio de una investigación y memorización de todas las acciones ofensivas de esta fase en esta situación real de juego tan importante y decisiva en la victoria y derrota de un badmintonista, y nos brindará detalladamente datos de mucho valor sobre las deficiencias o aciertos de jugadores como explicamos anteriormente, además de la efectividad del entrenamiento.

Las consecuencias de estas investigaciones en el campo del aprendizaje de este deporte son prácticamente ilimitadas, hasta convencer al jugador de la necesidad de modificar su técnica, algunos gestos y especialmente variar su comportamiento táctico en situaciones muy específicas como la de variar o buscar otras formas más eficaces de entrenamiento.



La correcta observación y análisis de una situación de juego es requisito para la determinar las opciones de actuación de un jugador, a la adecuada toma de decisión o elección de la opción más eficaz es producto del conocimiento del juego. Una vez tomada la decisión, el jugador debe realizar la acción sin la bola o la jugada con bola sin pérdida de tiempo. La velocidad con la cual se ejercita frecuentemente distingue al jugador experto del inepto y el éxito o no de la jugada. No tenemos que olvidar que especialmente en los entrenamientos se debe enseñar como responder a lo que esta sucediendo en las distintas situaciones del partido, obligando al jugador a consultar frecuentemente a sus conocimiento sobre el Bádminton y a sus experiencias acumuladas en muchos horas de entrenamiento.

Los ejercicios técnico tácticos de ataque que con anterioridad manifestaban los programas de preparación del deportista tienen un modelo de enseñanza de la forma tradicional o analítica, a demás no le proporcionaban tanta información y elección de los mismos para su entrenamiento; su presentación no aportaba información alguna al entrenador, el cual abusaba de su conocimiento anterior de atleta, de forma empírica.

Los que proponemos se ajustan al modelo técnico táctico y le proporcionaban mayor información y elección de los mismos para su entrenamiento y con variantes donde se le da al atleta que pueda elegir su actuación acorde con la situación real de juego en la golpes desde el fondo del terreno, con una estructura de presentación distinta a las anteriores y basados en la fundamentación de la ciencia aplicadas al deporte, que servirán como vía para solucionar estas limitaciones y de superación tanto profesional como metodológica.



CAPITULO 2.

2.1 FUNDAMENTACION METODOLÓGICA.

En este capítulo se describe la vía escogida en el diseño y la valoración de la propuesta, siguiendo las etapas de la investigación, en la metodología utilizada y el procesamiento de los datos.

Para el cumplimiento de los objetivos de la investigación en función de las etapas se emplearon diferentes métodos y/o técnicas.

Métodos y/o técnicas.

MÉTODOS TEÓRICOS.

- **El análisis histórico lógico:** Permitió realizar un estudio en torno a los conceptos existentes en relación al tema, así como la fundamentación del problema para la elaboración de los ejercicios, a demás conocer el estado actual del tratamiento y desarrollo de las acciones técnica táctica de golpeo en la zona de fondo del terreno de Bádminton.
- **Análisis y síntesis:** Este método posibilita descubrir las relaciones y características generales entre elementos de la realidad, es decir lo que conforma la situación problemática y explica como están las tratamiento y desarrollo de las acciones técnica táctica de golpeo en la zona de fondo del terreno de Bádminton.
- **La inducción y Deducción:** Es el razonamiento de lo particular a lo general reflejándose lo que existe de común en cada atleta y viceversa de lo general a un nivel medio, que sean razonamiento verdadero en lo inicial trabajando hasta el final con buenas conclusiones reales.
 - **Revisión documental:**
- Este nos facilitó el estudio de los modelos o medios utilizados para el proceso de entrenamiento de las acciones técnica táctica de golpeo en la zona de fondo del terreno de Bádminton, orientaciones metodológicas de los documentos oficiales que moderan el tratamiento y desarrollo de las acciones técnico tácticas ofensivas, buscando las bases teóricas para fundamentar, ampliar y profundizar los conocimientos obtenidos en nuestra indagación. Los documentos fueron revisados mediante la aplicación de la técnica de análisis de contenido planteada por Alfonso,



M. R. que consiste en la lectura global del texto, lectura analítica y selección de las categorías de análisis e interpretación. Estas categorías fueron:

- Tratamiento y atención al tema.
- Procedimientos que abordan.
 - **Encuesta escrita:**
 - Fue aplicada a los profesores con el objetivo de precisar las informaciones acerca del conocimiento y tratamiento de las acciones técnica táctica de golpeo en la zona de fondo del terreno de Bádminton, así como las potencialidades del propio proceso de entrenamiento.
 - **Entrevista estandarizada:**
 - Fue aplicada a los directivos con el objetivo de valorar el tratamiento de las acciones técnica táctica de golpeo en la zona de fondo del terreno de Bádminton y las necesidades de su perfeccionamiento, así como las demandas en la superación respecto al tema. (Ver anexo 3.)
 - **Observación científica:**

Se empleó con el objetivo de percibir, en el escenario natural, en la práctica todo el desarrollo de las acciones en la zona de fondo del terreno de Bádminton, reflejado fehacientemente. Las observaciones realizadas fueron del tipo no estructurada, abierta, de campo y casual. Se realizaron en total 10 observaciones en la etapa de preparación especial de la preparación de los Badmintonistas, donde el tratamiento y los procedimientos que se emplean para la preparación de estas acciones técnico - táctico en la unidad de entrenamiento, la organización y obtención de los datos se realizó de una forma directa donde nos apoyamos en una planilla y una guía de observación.

En la guía de observación, fueron constatado aspectos tales como:

- ❖ Tipos de ejercicios.
- ❖ Cantidad de ejercicios.
- ❖ Modo de planificación.
- ❖ Frecuencia durante la semana.
- ❖ Explicación y demostración.



- **Triangulación:**
- Permitirá, una vez realizados los análisis de los métodos y/o técnicas de manera independiente y desde diferentes ángulos, contrastar los datos y establecer tendencias en relación con el conocimiento acerca del tratamiento de las acciones técnica táctica de golpeo en la zona de fondo del terreno de Bádminton
- **Técnicas participativas (Talleres).**

Los talleres fueron dirigidos a los profesores deportivos con el objetivo de que nos permitieran la elaboración de los ejercicios a partir de su fundamentación y estructura de presentación.

- El **Criterio de Especialistas** conocer la opinión crítica y la valoración que tenían estos sobre la propuesta de ejercicios para el proceso de entrenamiento de las acciones técnica táctica de golpeo en la zona de fondo del terreno de Bádminton
- de diferentes categorías y de su aplicación. (Ver anexo 4).

Estos especialistas debían cumplir con los siguientes requisitos:

1. Tener como mínimo 15 años de experiencia en la dirección, tanto operacional como metodológica en diferentes campeonatos.
2. Haber dirigido en Campeonatos Nacionales e Internacionales de su deporte.
3. Tener experiencia Nacionales e Internacionales como atleta o en la dirección de equipos de alto rendimiento de cualquier nivel.

- **Sondeo de opinión**
- Este fue aplicado a los especialistas que no tomaron participación en los talleres, con la intención de conocer su opinión acerca de las posibilidades que brinda la propuesta de ejercicios para el tratamiento de las acciones técnica táctica de golpeo en la zona de fondo del terreno de Bádminton (Ver anexo 6.)

METODOS ESTADISTICOS MATEMATICOS.

Este permitió el procesamiento de la información obtenida por otros métodos y técnicas. De el Nos apoyarnos en la Distribución empírica de frecuencia y sus



correspondientes distribuciones porcentuales para el procesamiento de los datos registrados en la encuesta y la entrevista., realizando una valoración cualitativa de los criterios expresados por los técnicos participantes en la misma.

POBLACIÓN Y MUESTRA:

Se tomo el 100% de la población en estudio, conformada por los 6 atletas 13 – 14 años masculinos participantes en las 10 sesiones de entrenamiento observaciones en la etapa de preparación especial de los Badmintonistas.2008.

Se encuestó a 28 entrenadores, representando la totalidad de los participantes en el campeonato nacional escolar masculino de Bádminton del 2008 de las diferentes provincias.

Se selecciono 9 especialistas del deporte de Bádminton en el país, conociendo de antemano su alto nivel técnico y profesional.

2. Diagnóstico del estado actual del conocimiento, desarrollo y tratamiento de las acciones técnica tácticas en la zona de fondo del terreno de Bádminton categoría escolar 13 – 14 años masculina.

El diagnostico del estado actual constituyó el punto de partida e inicio de la primera etapa de la investigación. Ya que nos ofrece sus principales debilidades o potencialidades.

Dentro de este plano se utilizó la **revisión documental** como vía para la obtención de las informaciones al respecto. Fueron revisados los documentos siguientes:

- Indicaciones del Presidente del INDER.
- Programa de Preparación del Deportista.
- Planes de entrenamiento.
- Estrategia de desarrollo del Bádminton en Villa Clara.



Indicaciones del Presidente del INDER

En este documento se recogen los aspectos esenciales en los que hay que trabajar para alcanzar una alta preparación de los deportistas. En tal sentido, las prioridades que se destacan en las indicaciones se dirigen hacia dos recomendaciones fundamentales:

1. La obtención de la mayor calidad posible y propiciar un perfeccionamiento continuo en el proceso de preparación deportiva.
2. El proceso de integración científico técnica para propiciar la calidad y eficiencia en el proceso de preparación y formación de atletas tienen que tener un marcado énfasis.

Estas recomendaciones apuntan hacia la necesidad de realizar investigaciones que propicien un desarrollo de la preparación de los atletas con alto rigor científico. En este marco adquieren significativa importancia los estudios acerca de las vías para el cumplimiento de estas recomendaciones, y donde el abordaje del tema del tratamiento de las acciones técnico tácticas no escapa de esa realidad, pero que sea acorralada desde las perspectivas pedagógicas contemporáneas, que consideran a la individualización como principio básico para la enseñanza.

Programa de Preparación del Deportista.

El Programa de Preparación del Deportista, como bien se afirma en el documento, es un instrumento de trabajo de profesores y funcionarios del Bádminton en todo el país. Actualmente existe una nueva edición reelaborada a partir de la revisión crítica de todo su contenido, en el cual han participado representantes de todas las provincias, del ISCF, del IMD, de la ESFAAR y de la Comisión Nacional de Bádminton. También el programa se ha convertido en una vía para divulgar las nuevas y valiosas experiencias de carácter científico técnico que se emplean en la actualidad en el proceso de entrenamiento deportivo.

Se reconoce en el programa la necesidad de que las nuevas iniciativas constituyan un factor que debe impulsar a todos a la superación profesional, no solo en el campo de la metodología del entrenamiento, sino también en la pedagogía y en la psicología de manera que los profesores puedan manejar mas adecuadamente a los deportistas



escolares que son en definitiva los que constituyen la cantera de nuestros equipos nacionales.

Es de significar que en el programa, a pesar que orienta los contenidos de trabajo en cada preparación, en cuanto a la preparación táctica no se hace mucha referencia sobre su tratamiento, ella siempre se aborda desde la perspectiva de la preparación técnico-táctica, discurso que afecta, en gran medida, la profundización del trabajo sobre las habilidades tácticas, específicamente, por el caso que nos ocupa, en los diferentes tipos y ejercicios desde una visión individualizada.

Planes de entrenamiento.

Los planes de entrenamientos constituyen parte de los documentos oficiales que organizan la actividad del profesor deportivo. En ellos se concibe la planificación del entrenamiento para una determinada temporada, a partir de la distribución del trabajo dirigido a cada componente de la preparación y en función de las diferentes etapas.

En los planes de entrenamiento se observa como una fortaleza, desde el punto de vista del tratamiento de las acciones técnico tácticas, que ya los entrenadores hablan de la necesidad de un modelo de badmintonista más inteligente, creativo e independiente, y que por lo menos en estos momentos se están empleando, aunque todavía sin mucha fuerza y claramente concebidas, algunas formas de abordar la preparación técnica táctica, en este caso lo hacen básicamente según se constata en los planes, mediante la preparación teórica. Quiere decir, que los entrenadores se están preocupando más por los aspectos conceptuales de la temática, que por el cómo enseñar las acciones técnico tácticas de golpeo y a través de qué ejercicios.

Estrategia de desarrollo del Bádminton en Villa Clara.

La estrategia del deporte constituye un instrumento que sirve para orientar el cumplimiento de los objetivos y criterios de medida que se tracen para el desarrollo del deporte en el territorio. En ella aparecen la misión, lo objetivos y las áreas de resultados claves, así como la visión de la esgrima en la provincia.



Al revisar este instrumento nos percatamos que no se incluye una concepción que abarque el tratamiento de las acciones técnico tácticas de golpeo desde el fondo del terreno, incluso no forma parte ni de los objetivos de superación para los entrenadores, ni tampoco se refleja como una demanda de estos, por lo que hay que inducir este tipo de necesidad.

Proyecciones de los actores principales del proceso: profesores y directivos.

En este plano se aplicó **la encuesta** escrita para la recogida de la información. Esta técnica fue aplicada a los 28 entrenadores, participantes en el campeonato nacional que entrenan a los badmintonistas escolares, con el objetivo de precisar las informaciones acerca del conocimiento, desarrollo y tratamiento de las de las acciones técnico tácticas de golpeo desde el fondo del terreno.

En cuanto al primer grupo de preguntas, el 100 % de los encuestados reconoce que las acciones técnica tácticas los golpes en la zona de fondo del terreno son importantes para el badmintonista. Este hecho es muy significativo a los efectos de poder realizar acciones investigativas y de superación con estos profesores, porque ya el entrenador actuaría en un plano más consciente.

Teniendo en cuenta que el trabajo se dirige, principalmente, a la elaboración de ejercicios para el tratamiento las acciones técnica tácticas los golpes en la zona de fondo del terreno, es necesario conocer la opinión de los encuestados acerca de cuál ha de ser la estructura que se emplee para la presentación de los ejercicios. En este sentido los profesores coincidieron en señalar que los objetivos, la metodología y la fundamentación, todos alcanzando un 92 %, así como la forma de evaluar la ejecución, con un 98%, son los elementos que deben conformar la estructura.

Acerca de la priorización del trabajo sobre las acciones técnica tácticas los golpes en la zona de fondo del terreno en los entrenamientos, pregunta que tuvo la intención de revelar desde esta perspectiva, el conocimiento de cuáles pueden ser consideradas las acciones técnica tácticas los golpes en la zona de fondo del terreno, el Clear (81,8%), Drop (83%), Smacht (84%) fueron las de mayor consideración por parte de los profesores.



Acerca de las preguntas que respondían al tratamiento de las acciones técnica táctica los golpes en la zona de fondo del terreno es el siguiente. El 100 % de los encuestados alega trabajar estas acciones en los entrenamientos. De ellos el 45,3 % plantea que *siempre*, y el 54,5% lo hace *a veces*. Este resultado corrobora que realmente ellos le atribuyen gran importancia al tema. Las razones de los que dicen que “*siempre*”, se deben a que “son esenciales para obtener un tanto, luego el set para lograr la victoria”. Los que respondieron “*a veces*”, plantean que en “ocasiones no cuentan con ejercicios para aportar al trabajo de las acciones técnica táctica los golpes en la zona de fondo del terreno”.

A la pregunta de en qué momento del entrenamiento se trabajan las acciones técnica táctica los golpes en la zona de fondo del terreno, las respuestas se inclinaron, esencialmente, a resaltar la labor que se realiza en la parte principal de la clase, en el momento que corresponde al trabajo técnico-táctico. Esta respuesta representa el 81,8%.

Sin embargo, se reconoce que el trabajo sobre estas acciones es inherente a los objetivos tácticos (90.9%), y que posee objetivos específicos (81,8%). Es cierto, que los contenidos se desarrollan en la parte principal, lo que entendemos que no debe ser obviado es que el desarrollo de los golpes desde el fondo no es inherente solo a los momentos técnico-tácticos o tácticos. Hay que aprovechar el resto de los momentos en el entrenamiento de los badmintonista, de manera que se empleen ejercicios de este carácter en el resto de las preparaciones, para asegurar una adecuada base general en el desarrollo de estas acciones.

Por tanto, este criterio nuestro si actúa en correspondencia con el momento en que debe iniciarse el trabajo sobre las acciones técnica táctica los golpes en la zona de fondo del terreno, aspecto que se asocia a la pregunta 4 de cuándo comienza a trabajar las acciones de ataque y defensa de los golpes.

En este sentido, el 81,8% coincide en señalar que el trabajo debe comenzar desde los primeros momentos de inicio del macrociclo. Sin embargo, esta respuesta no corresponde, con la que se ofrece a la pregunta 7, sobre cuáles son los ejercicios que se utilizan para el desarrollo de las habilidades tácticas. El 90.9 % expresó que utiliza ejercicios específicos. Para que exista correspondencia tendría que iniciarse el



entrenamiento de los esgrimistas al mismo tiempo que comienza el macrociclo con ejercicios específicos, hecho que conocemos que no ocurre así, y menos en las categorías escolares, donde la prioridad en los inicios del entrenamiento le corresponde a los ejercicios de carácter general, que de igual manera pueden contribuir al desarrollo de las habilidades tácticas, basta solo con que el entrenador se lo proponga.

En este caso fueron **entrevistados** como se expuso en la parte metodológica del trabajo, el comisionado, otro miembro de la comisión provincial y el Metodólogo municipal que tiene que ver con el trabajo metodológico en el deporte.

En cuanto a la importancia del tema,

Plantean que “influye en alto grado en el resultado deportivo” y “ es fundamental en la preparación de los profesores”. Por tal motivo, ellos como directivos le exigen a los profesores que le presten atención al tema. Lo que ocurre, desde nuestro punto de vista que el profesor, por si solo, no está en condiciones de enriquecer sus conocimientos teóricos y prácticos sobre la temática. Se requiere para ello de un sistema de superación que contribuya a no solo decirles lo que hay que hacer, sino también que los orienten en cómo mediante el desarrollo de la capacidad de autoaprendizaje y autogestión, ampliar sus conocimientos respecto al tratamiento de las acciones técnico tácticas de los golpes desde el fondo del terreno, apoyándose en todos lo que le aportan las demás ciencias como la pedagogía, la psicología, entre otras. Cuando indagamos acerca de la correspondencia de la superación con las necesidades de los profesores, se observa que no existe correspondencia, la superación actual no incluye este tipo de tema, de ahí que lo que puedan hacer los profesores, en gran medida, responderá al conocimiento empírico o a veces espontáneo, lo que afecta el rigor pedagógico en el tratamiento del tema.

En el diagnóstico del estado actual del conocimiento, desarrollo y tratamiento de las acciones técnico tácticas de los golpes desde el fondo del terreno, se realizaron **observaciones** en el escenario natural, fueron visitadas diez (10) unidades de entrenamiento en la etapa de preparación especial. En las unidades de



entrenamiento observadas, se detectó que no se emplean ejercicios de para el desarrollo de las acciones técnico tácticas de los golpes desde el fondo del terreno, mientras que los ejercicios competitivos son los más empleados. En cuanto a la cantidad, se aprecia que se utilizan uno o dos ejercicios y vinculados esencialmente al trabajo en parejas como modo de planificación del tratamiento de la temática. Este trabajo se mantiene durante toda la semana, y se produce en el contexto de la preparación técnico-táctica.

Es nuestro parecer, al ser simplificado el proceso del desarrollo de las acciones técnico tácticas exclusivamente al empleo de ejercicios específicos y competitivos, emplearse el trabajo en parejas y solo en el contexto de la preparación técnico-táctica. A este deporte también le es inherente el empleo de ejercicios generales para el desarrollo de todas las capacidades y habilidades, más aún cuando se está hablando de la formación de atletas principiantes o en desarrollo. El enfoque multilateral debe apreciarse además, en la utilización de otros medios de preparación del badmintonista, como son los trabajos de ejercicios individuales, videos y las lecciones que se reciben del entrenador, así como también en los propios juegos de estudio. En este sentido, también es válido alertar, algo que anteriormente planteamos, y es el hecho de no ver únicamente el desarrollo de las habilidades técnicas solo a la preparación técnica. Este proceso es más complejo y abarca el resto de las preparaciones como factores determinantes o influyentes del rendimiento técnico táctico de los badmintonistas.

En cuanto a la explicación y demostración, se aprecia que es buena, ya que se plantean los objetivos del trabajo, se corrige, y el atleta toma participación en el proceso. La dificultad aquí radica en que, desde el punto de vista de las acciones técnico tácticas de golpeo desde el fondo del terreno, no queda claro que se está trabajando sobre ellas, ni sobre cuál específicamente se está haciendo énfasis en ese momento, es decir, cuáles son las acciones que determina el éxito en la solución de la situación de juego que se ha diseñado. Este proceder afecta el cumplimiento del principio pedagógico de la conciencia y la actividad, pues el alumno trabaja sobre ellas, quizás, pero no de un modo consciente.



Con el fin de recoger los datos desde diferentes ángulos, para contrastarlos e interpretarlos, se aplicó **la triangulación**, por ser esta considerada como una técnica que brinda credibilidad y neutralidad. Se utilizó esta técnica para contrastar las opiniones emitidas por los encuestados, los entrevistados y la observación, para de esta manera obtener la información coincidente sobre las principales insuficiencias que se presentan en el conocimiento, desarrollo y tratamiento de las acciones técnico tácticas de golpeo desde el fondo del terreno de los badmintonistas escolares.

Los resultados obtenidos en la triangulación fueron agrupados de la siguiente manera:

- Falta consenso en la definición de las acciones técnico- táctico golpeo desde el fondo del terreno, hecho que está determinado por los criterios en cuanto a su concepto.
- Existe déficit en la cantidad de ejercicios para el tratamiento de las acciones técnico tácticas de golpeo desde el fondo del terreno.
- Se tiene la idea de que el desarrollo de las acciones técnico tácticas de golpeo desde el fondo del terreno. le es inherente solo al trabajo técnico- táctico.
- Se emplean exclusivamente ejercicios de carácter específico para el desarrollo de acciones técnico tácticas de golpeo desde el fondo del terreno.
- Se reconoce la importancia que tiene la temática para el logro de altos rendimientos, pero no se concibe como parte de la superación de los profesores.
- Al no existir claridad sobre cuáles son las habilidades que se están trabajando, se corre el riesgo de violar el principio de la conciencia y la actividad.



CAPITULO III: PROPUESTA DE EJERCICIOS

III. 1. INTRODUCCION.

El deporte escolar, crea las bases del relevo, para nuestros equipos nacionales, es decir, esto no es que se produzca una evolución de hechos. Si no que para lograrlo hay que desarrollar toda una serie de aspectos que van implícitos desde que el niño, hace su entrada en una instalación deportiva por primera vez, hasta que es capaz en su trayectoria de colgar en su cuello una medalla.

Y para esto es necesario se mantenga la aplicación de nuevas vías de concepciones y aspectos que traigan consigo elevados resultados deportivos y debido a ello podemos decir, que el eminente desarrollo alcanzado en el deporte, por diversos países, es muestra de una lógica conducción de la actividad, llevada a cabo por nuestras formas de dirección, métodos, medios, contenidos, etc., los cuales son factores indispensables, unidos al elemento humano para lograr sus conquistas.

De ahí que nuestro organismo se haya enfrascado en la búsqueda de nuevas y mejores concepciones que nos permitan un mayor desarrollo deportivo en todos los niveles de enseñanza y en vía de esta importancia, se han elaborado nuevos programas para la preparación del deportista, lo cual conjuntamente al esfuerzo abnegado de los atletas, entrenadores, dirigentes, etc., harán que logremos marchar seguros de nuestro futuro.

La participación de todo el potencial de Especialistas Deportivos que laboran desde la base, nos ha permitido llegar a una etapa en que ha primado el análisis profundo, la sistemática documentación y la necesaria actualización, posibilitándonos encauzar el desarrollo deportivo a través de los distintos niveles de enseñanza, cuyo orden lógico de contenido tiene una sólida base pedagógica científica.

Con los argumentos de las respuestas, y lo más importante que trata la poca bibliografía encontrada en algunos de estos documentos revisados y con los aportes de los autores se conformaron ejercicios las acciones técnica tácticas los golpes en la zona de fondo del terreno de Bádminton., en atletas de las categorías 13-14 y 15-



16 años, por la falta de orientaciones metodológicas en la teoría, técnico - táctica en nuestro Programa de preparación del deportista.

Fundamentos que deben conocer el entrenador y el atleta al realizar los diferentes golpes desde el fondo del terreno.

El Clear.

El clear es un golpe que se ejecuta desde el fondo de la pista, describiendo una trayectoria que va de fondo a fondo, con el objetivo de desplazar al contrario hasta el final de la pista, de manera que (Luhtanen y Blomqvist, 2000):

Tengamos tiempo suficiente para volver a una posición de completa cobertura de todas las zonas del campo desplazemos al contrario del centro de la pista para crear zonas débiles o ángulos de caída del volante.

B. Clasificación

Según los criterios establecidos por Cabello y Cols (1999).

a) En función de la posición del jugador con respecto al volante:

Clear de derechas

Clear de revés

b) En función de la altura del impacto:

Clear en mano alta

Clear a media altura

Clear en mano baja

c) En función del carácter del golpeo:

Clear ofensivo:

Clear defensivo

d) En función de la trayectoria del volante.

e) En función de la posición de la cabeza de la raqueta: la posición de la cabeza de la raqueta no resulta determinante en la efectividad del golpe, ejecutándose preferentemente un clear plano.



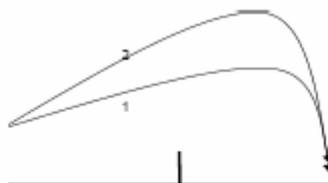
Fases en la descripción del movimiento:

a) **Fase de preparación:** el cuerpo se coloca con la línea de hombros perpendicular a la red, el pie izquierdo adelantado, el peso del cuerpo sobre la pierna derecha ligeramente flexionada, el brazo izquierdo levantado y ligera flexión de codo, que sirve como "punto de mira" hacia la trayectoria que trae el volante. El brazo ejecutor, con el codo flexionado y dirigido hacia atrás, apunta con éste hacia el suelo formando un ángulo de 45°.

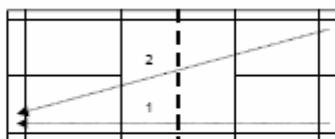
b) **Fase de ejecución:** empieza llevando la raqueta hacia atrás al mismo tiempo que el codo del brazo ejecutor va hacia arriba y adelante, para lanzar el brazo ejecutor por encima de la cabeza hacia el lugar de impacto, realizando una extensión del brazo que permite impactar con el volante lo más alto posible y delante del eje transversal del cuerpo. El peso del cuerpo se traslada de atrás adelante pasando de la pierna derecha a la izquierda, acompañado de un giro del tronco en el sentido del movimiento y una extensión del pie derecho para elevar el centro de gravedad y facilitar esta rotación.

c) **Fase de recuperación:** el brazo ejecutor continúa el movimiento de manera que termina cruzando completamente el cuerpo, recuperando el equilibrio del cuerpo para poder enlazar un siguiente desplazamiento o golpeo.

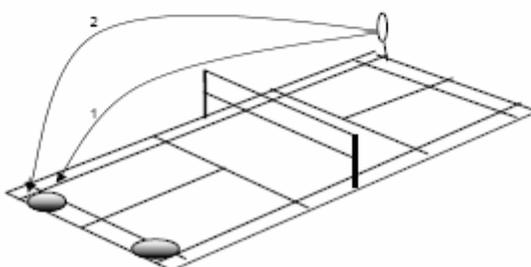
1-Clear Ofensivo
2-Clear defensivo



1-Clear paralelo
2-Clear cruzado



1-Ofensivo
2-Defensivo





Los ejercicios para preparación de técnica tácticas de los golpes en la zona de fondo del terreno en los badmintonistas escolares se tendrán en cuenta los siguientes aspectos:

1. Clear de derecha con desplazamiento cruzado.

Objetivos: Golpear volantes lanzados, con desplazamiento cruzado desde zona 5 del terreno mediante el Clear, haciendo énfasis en la coordinación de brazos y piernas.

FUNDAMENTACIÓN: Basado en una situación real de juego. El atleta desde la zona 1 se desplaza con pie cruzado hacia la 5 y realiza el clear.

Ídem al anterior pero por la zona 7.

METODOLOGÍA: Este se realiza con la ayuda del profesor y en parejas. Sirve de base a otros ejercicios y variantes más complejas en su ejecución. 5 volantes 6-8 repeticiones

Forma de valoración.

B. Realice la ejecución técnica con 2 errores.

R. Realice la ejecución técnica 3 - 4 errores.

M. Realice la ejecución técnica con mas de 4 errores

2. Clear de revés con desplazamiento



3. Clear de derecha y revés en desplazamiento

Objetivos: Golpear volantes lanzados, con desplazamiento desde zona 7 del terreno. Mediante el Revés, haciendo énfasis en la coordinación de brazos y piernas.

FUNDAMENTACIÓN: Basado en una situación real de juego. El atleta desde la zona 1 se desplaza hacia la 7 y realiza el clear de revés.

Variantes:

Golpeados por un compañero desde la otra cancha y el atleta realiza el golpeo de revés libre.

METODOLOGÍA:

Este se realiza con la ayuda del profesor y en parejas. Sirve de base a otros ejercicios y variantes más complejas en su ejecución. 5 volantes 6-8 repeticiones

Forma de valoración.

B. Realice la ejecución técnica con 2 errores.

R. Realice la ejecución técnica 3 - 4 errores.

M. Realice la ejecución técnica con más de 4 errores



Objetivos: Golpear clear de derecha y revés en desplazamiento mediante volantes golpeados enfatizando en la coordinación de brazos y piernas.

Fundamentación : El atleta se desplaza desde la zona 1 a la 5 y golpea clear de derecha recto y un compañero le devuelve a la zona 7, este se desplaza y golpea nuevamente de revés recto.(Basados en una situación real de juego)

Variantes:

El atleta ha de realizar los clear derecha y revés diagonales a su compañero.

Metodología: Este se realiza con la ayuda del profesor y en parejas o tríos. Sirve de base a otros ejercicios y variantes más complejas en su ejecución.

4 repeticiones para el ejercicio.

Variante- 3 repeticiones

Forma de valoración.

B. Realice la ejecución técnica con 2 errores.

R. Realice la ejecución técnica 3 - 4 errores.

M. Realice la ejecución técnica con mas de 4 errores

EL DROP.

El drop o dejada es un golpe de precisión que se realiza desde el fondo de la pista en mano alta con trayectoria descendente para pasar lo más cerca de la red y caer cerca de la línea de saque, con la intención de (Gowitzke y Waddell, 1978):

Conseguir que el volante caiga en una zona próxima a la red.

El volante describa una trayectoria muy cerca de la red en altura y a veces en profundidad

Conseguir punto directo o desplazar al contrario del centro de pista.

B. Clasificación

Según los criterios establecidos por Cabello y cols (1999), ver figura 1.16:

a) En función de la posición del jugador con respecto al volante:

Drop de derechas

Drop de revés

b) En función a la altura del impacto:

1-Drop mano alta



2-Drop media altura

3-Drop mano baja

c) En función del carácter del golpeo:

4-Drop paralelo

5-Drop Cruzado

d) En función de la trayectoria del volante:

6-Lenta.

7-Rápida.

8-Drop shot.

9-Inversa.

e) En función de la posición de la cabeza de la raqueta:

Drop plano

Drop cortado "drop shot"

Drop inverso

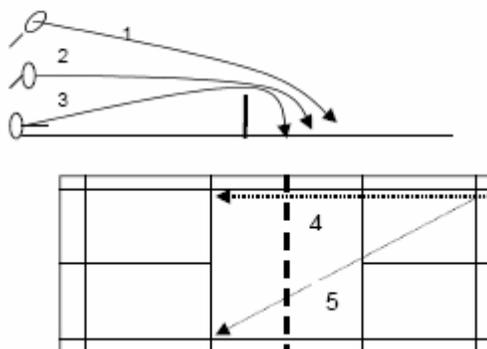
C. Descripción del movimiento

Siguiendo a Sakurai y cols (1989) en su estudio cinematográfico de los golpes en bádminton, podemos diferenciar tres fases en la descripción del movimiento:

a) Preparación o inicial: colocación del cuerpo con la línea de hombros perpendicular a la red, quedando el pie derecho ret rasado con respecto al izquierdo y apuntando hacia el lateral. El peso del cuerpo recae sobre la pierna atrasada con ligera flexión de rodilla. El brazo ejecutor con el codo ligeramente flexionado y apuntando hacia el suelo y el izquierdo elevado, con ligera flexión de codo y apuntando hacia el volante.

b) Ejecución o golpeo: la pierna derecha impulsa hacia delante elevando el centro de gravedad y provocando el giro del tronco y cuerpo hacia delante como continuación de la cadena cinética. El peso del cuerpo se traslada hacia delante a la vez que la

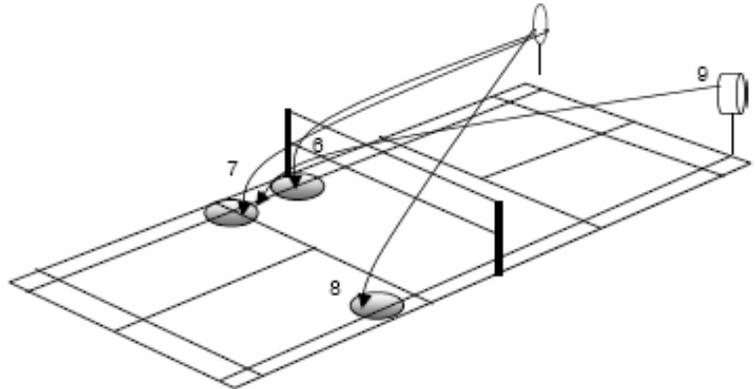
- ✓ Drop plano
- ✓ Drop cortado "drop shot"
- ✓ Drop inverso





pierna derecha inicia su movimiento para sobrepasar a la izquierda que actúa de pivote. El brazo ejecutor inicia un movimiento hacia arriba del hombro y codo hasta lograr la extensión del codo y pronación del antebrazo. El impacto con el volante se realiza un poco mas adelante que en el clear, sobrepasando la línea del eje longitudinal del cuerpo (Gowitzke y Waddell, 1991a).

c) Recuperación o final: después del impacto con el volante la raqueta sigue su trayectoria hacia delante y abajo, continuando el movimiento hasta su total deceleración. El cuerpo recupera rápidamente la posición de equilibrio para iniciar el siguiente movimiento.



4. Drop de derecha con desplazamiento



Objetivos: Golpear en drop con desplazamiento a las zonas 3 y 9 del terreno haciendo énfasis en la colocación de brazos y piernas.

Fundamentación : Un compañero se desplaza desde la zona 1 hacia la 5, hace la dejada de mano alta y el otro la devuelve, después de mano baja y luego hacia las zonas 3 y 9

Metodología: Este se realiza con la ayuda del profesor y en parejas. Sirve de base a otros ejercicios y variantes más complejas en su ejecución.

5 volantes 6-8 repeticiones

Variantes:

Golpear mediante volantes lanzados desde diferentes posiciones con la mano.

Forma de valoración.

B. Realice la ejecución técnica con 2 errores.

R. Realice la ejecución técnica 3 - 4 errores.

M. Realice la ejecución técnica con mas de 4 errores

5. Drop de revés con desplazamiento desde la zona 7



Objetivos: Golpear drop de revés de volantes lanzados hacia las zonas delanteras de la cancha enfatizando en la coordinación de piernas y brazos.

Fundamentación: Basado en una situación real de juego. El atleta se desplaza desde la zona 1 a la 7 y realiza el drop de revés mediante volantes lanzados.

Variantes: Un compañero le sirve y el atleta realiza en golpeo de revés y el servidor le devuelve nuevamente para que vuelva a realizar el golpeo (mano alta y media) basadas en una situación real de juego.

Metodología: Este se realiza con la ayuda del profesor y en parejas. Sirve de base a otros ejercicios y variantes más complejas en su ejecución. 5 volantes 7-9 repeticiones

Variantes: (3 repeticiones)

Forma de valoración.

B. Realice la ejecución técnica con 2 errores.

R. Realice la ejecución técnica 3 - 4 errores.

M. Realice la ejecución técnica con mas de 4 errores

6. Drop diagonales de derecha.

Objetivos: Golpear drop diagonales de derecha con desplazamientos hacia las zonas tácticas exigidas, enfatizando en la coordinación de brazos y piernas.

Fundamentación: Basada en una situación real de juego, un compañero sirve, el atleta se desplaza desde la zona 1 a la 5 y golpea diagonalmente a la zona 3, el compañero le devuelve lob recto a la zona 7 y este golpea nuevamente drop diagonal a la zona 9.

Variantes: Se coloca un compañero en la zona 3 y uno en la 9 y realizan lob recto y el atleta realiza drop diagonales

Metodología: Este se realiza con la ayuda del profesor y en parejas o tríos. Sirve de base a otros ejercicios y variantes más complejas en su ejecución. 6 volantes 5-7 repeticiones

Variante- 3 repeticiones por cada lado

Forma de valoración.

B. Realice la ejecución técnica con 2 errores.

R. Realice la ejecución técnica 3 - 4 errores.



M. Realice la ejecución técnica con mas de 4 errores

El remate

Es el golpe ofensivo por excelencia. Se ejecuta desde cualquier parte de la pista y siempre en mano alta. La trayectoria es descendente, pudiendo caer a media pista o en el fondo a gran velocidad y con trayectoria rectilínea (Jack y Adrian, 1979),

La potencia del golpe que va a determinar la velocidad de salida del volante.

El ángulo de caída debe de tener la mayor inclinación posible.

Las zonas de caída del volante más idóneas son las más cercanas a las líneas laterales.

B. Clasificación

Según los criterios establecidos por Cabello y cols (1999) y el análisis cualitativo del remate en jugadores internacionales (Gowitzke y Waddell, 1979), podemos diferenciar

a) En función a la posición del jugador con respecto al volante:

Remate de derechas.



Remate de revés.

b) En función de la altura del impacto: encontramos solamente remate en mano alta.

c) En función del carácter del golpeo: por definición sólo existe el remate ofensivo.

d) En función de la trayectoria del volante:

1-Remate paralelo.

2-Remate cruzado.

e) En función de la posición de la cabeza de la raqueta:

Remate plano.

Remate cortado - drop-shot.

Remate inverso.

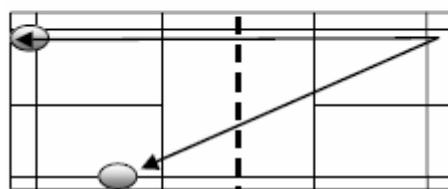
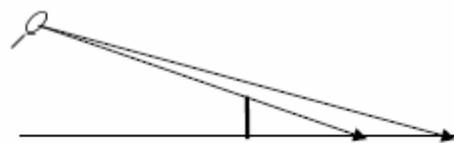
C. Descripción del movimiento

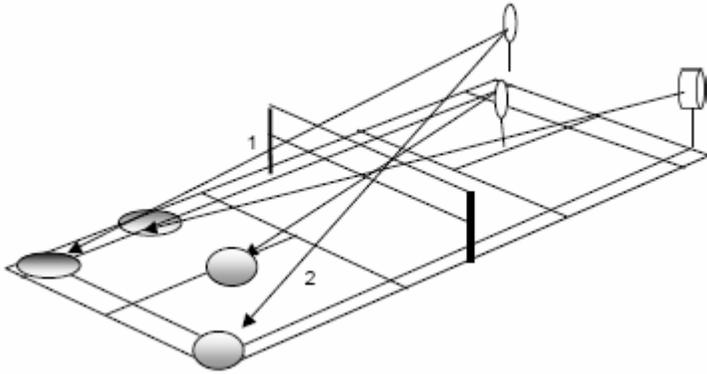
Siguiendo a Hong (1993) en el análisis de la técnica del remate o smash, podemos diferenciar tres fases en la descripción del movimiento:

a) **Fase de preparación o inicial:** el cuerpo, caderas y hombros se colocan perpendicular a la red con el pie contrario al brazo ejecutor adelantado y el peso del cuerpo sobre la pierna retrasada con la rodilla ligeramente flexionada. El brazo izquierdo se levanta y con el codo ligeramente flexionado apunta hacia la trayectoria del volante, mientras que el brazo ejecutor se encuentra abducido unos 80° con el codo flexionado y dirigido hacia el suelo.

b) Ejecución o golpeo: el codo del brazo ejecutor se eleva y se dirige hacia arriba y delante a la vez que la raqueta avanza por encima de la cabeza hacia el volante, acompañada de una distorsión del tronco, con el giro de hombros y caderas para adelantar el peso del cuerpo y golpear el volante lo más alto posible y en la perpendicular del cuerpo. El brazo no ejecutor con el codo flexionado y pegado al costado realiza una extensión del hombro para ayudar a la distorsión del tronco en el sentido del golpeo y mejorar el equilibrio del gesto.

c) Recuperación o final: después del contacto el brazo ejecutor continúa el movimiento cruzándose por delante del cuerpo, al mismo tiempo que la pierna del brazo ejecutor amortigua la continuación del movimiento para recuperar el equilibrio y seguir las acciones del juego.





7. Smash de derecha con desplazamiento cruzado.



Objetivos: Golpear smash de derecha con desplazamiento mediante volantes lanzadas, enfatizando en la coordinación de brazos, piernas y caderas.

Fundamentación: El profesor se ubica en el centro de la cancha sobre una silla y lanza los volantes. El atleta se desplaza desde la zona 1 a la 5 y golpea.

Variantes: El profesor golpea los volantes desde el otro lado de la cancha y el atleta se desplaza y golpea desde la zona 5, Ídem al otro de la zona 7

Metodología: Este se realiza con la ayuda del profesor y en parejas. Sirve de base a otros ejercicios y variantes más complejas en su ejecución.

10 volantes 3-5 repeticiones

Forma de valoración.

B. Realice la ejecución técnica con 2 errores.

R. Realice la ejecución técnica 3 - 4 errores.

M. Realice la ejecución técnica con mas de 4 errores

8. Smash recto de revés con desplazamiento en la zona 7.

Objetivos: Golpear smash de revés en la zona 7 mediante volantes golpeados, enfatizando en la coordinación del tren superior e inferior.

Fundamentación: Un compañero se coloca a media cancha y golpea volantes hacia la zona 7 contraria, el atleta se desplaza desde la zona 1 a la 7 y realiza en smash de revés y así sucesivamente.

Variantes: El profesor realiza multivolantes desde diferentes zonas del terreno y el atleta realiza smash de revés.

Metodología: Este se realiza con la ayuda del profesor y en parejas. Sirve de base a otros ejercicios y variantes más complejas en su ejecución.

De 5 a 7 repeticiones. 1- 2 volantes.

Variante: 10 volantes 3 repeticiones desde la zona 4 y 5 contraria.

Forma de valoración.

B. Realice la ejecución técnica con 2 errores.

R. Realice la ejecución técnica 3 - 4 errores.

M. Realice la ejecución técnica con mas de 4 errores



9. Smash diagonal de revés con desplazamiento.

Objetivos: Golpear smash diagonal con desplazamiento mediante volantes lanzados enfatizando en la posición de brazos y piernas y su coordinación.

Fundamentación: El profesor se coloca en la zona 8 de la misma cancha y lanza volantes hacia la zona 7, el atleta se desplaza desde su la zona 1 hacia la zona 7, realizando el golpeo a la zona 8 del otro lado de la cancha.

Variante: Un compañero colocado en la zona 8 de un lado de la cancha golpea hacia la zona 7 del otro extremo, el atleta se desplaza desde la zona 1 a la 7 y realiza el smash diagonal.

Metodología: Este se realiza con la ayuda del profesor y en parejas. Sirve de base a otros ejercicios y variantes más complejas en su ejecución.

10 volantes 3-5 repeticiones. Variante- tantas veces como sea necesario.

Forma de valoración.

B. Realice la ejecución técnica con 2 errores.

R. Realice la ejecución técnica 3 - 4 errores.

M. Realice la ejecución técnica con mas de 4 errores

10. Define tus golpes de fondo con desplazamiento



Objetivos: Utilizar los diferentes golpes desde el fondo del terreno en dependencia de la situación presentada enfatizando en la coordinación de brazos y piernas.

Fundamentación: Este ejercicio es a partir de una situación real del partido donde se van incorporando los diferentes golpes desde el fondo en dependencia de la trayectoria, velocidad y golpeo del volante.

Metodología: En parejas, Trío y cuarteto. Sirve de base a otros ejercicios y variantes más complejas en su ejecución.

1- 2 volantes, de acuerdo al ejercicio. 3-5 repeticiones.

Variante- tantas veces como sea necesario y a la indicaciones del entrenador.

Forma de valoración.

B. Realice la ejecución técnica con 2 errores.

R. Realice la ejecución técnica 3 - 4 errores.

M. Realice la ejecución técnica con mas de 4 errores

VALORACIÓN DE CRITERIO ESPECIALISTA. SOBRE LOS EJERCICIOS ELABORADOS.

La valoración de los ejercicios como se planteó en el capítulo metodológico fue abordada mediante un sondeo de opinión a los 7 especialistas, los cuales no participaron en los talleres.

En cuanto al nivel de aplicación de los ejercicios los especialistas *valoran de altamente necesaria la implementación de los ejercicios con esa concepción.* Desde nuestro punto de vista, esto demuestra que la práctica profesional está adoleciendo de vías que contribuyan a la satisfacción de las necesidades educativas de cada educando de manera que ellas materialicen y profundicen en el principio de la individualización de la enseñanza.

En este sentido, todos consideran que la implementación de los ejercicios *contribuye a la mejora de las prácticas pedagógicas de los profesores de Bádminton,* de manera que se reafirma el criterio de que las prácticas existentes arrastraban limitaciones que impedían el logro de los objetivos desde las perspectivas individuales de cada hockeistas.



Partiendo de la necesidad de elevar el nivel de conocimientos de los profesores de Hockey Sobre Césped, se considera por los especialistas que la concepción propuesta de ejercicios *enriquece la bibliografía especializada*. Los profesores *podrán contar desde ahora con un material de estudio que no solo oriente su proceder pedagógico, sino que al mismo tiempo les permita profundizar en sus conocimientos teóricos sobre el tema*.

La originalidad de la propuesta metodológica quedó demostrada cuando los especialistas consideraron que *es muy original*. Este criterio se fundamenta en la manera en que se presentan los ejercicios y que brindan una información desde sus objetivos, la explicación y relación de esos ejercicios con el juego de Bádminton, su metodología así como elementos que actúan como retroalimentación del proceso de enseñanza, como es el caso de las formas de evaluación.

Si tenemos en cuenta, como ha quedado demostrado en el trabajo se que adolecen de limitaciones que se vinculan a la insuficiente capacidad metodológica para cubrir esta laguna en el conocimiento y práctica profesional de los profesores, es comprensible la total coincidencia, al considerar que la propuesta *si representa una contribución metodológica en el enfrentamiento del problema que se aborda*.

También los especialistas se refirieron a las ventajas que ofrecen estos ejercicios con relación a la manera en que ellos lo concebían anteriormente. Al respecto plantean que *“el trabajo le ha permitido hacer más énfasis en encontrar los ejercicios de menor grado de dificultad, que en ocasiones los que utilizábamos no cumplían con estas exigencias”*.

Por otra parte, se *reconoce que la esencia del trabajo no está en proponer ejercicios novedosos, sino, en parte, demostrar las potencialidades de los ejercicios que comúnmente utilizamos, para con una concepción más científica lograr altos aprovechamientos individuales en los alumnos, en cuanto a la manifestación de las acciones técnica tácticas los golpes en la zona de fondo del terreno de Bádminton*.

Otra de las ventajas que ofrecen los especialistas es en torno a la estructuración que presentan los ejercicios. Al respecto destacan que *esa concepción facilita que el atleta trabajara en función del nivel que le corresponde, y debe esforzarse para vencer los objetivos de cada uno de los niveles, ayudado por el entrenador quien*



cada vez se ve más comprometido en encontrar formas más asequibles a los alumnos.

En este mismo sentido, ya refiriéndose a uno de los aspectos que hace que las diferencias entre los deportistas sean objetivas, los especialistas consideran que *con los niveles propuestos a ellos les queda más claro el ritmo de aprendizaje de los esgrimistas, porque los que asimilan rápido, podrán pasar a otro nivel, de lo contrario, el que no lo logre, se queda trabajando hasta tanto cumpla con los objetivos.*

Los especialistas también reconocen en la propuesta *la manera en que se van concibiendo los ejercicios, donde uno sirve de base al otro, y nos orienta en la búsqueda de ejercicios generales para el desarrollo de aspectos técnico tácticos de los golpes, que anteriormente no lo hacíamos.*

Todos los criterios analizados, permiten expresar que los ejercicios propuestos poseen una alta utilidad en la práctica social.

En torno a las recomendaciones para el perfeccionamiento de los ejercicios, los profesores propusieron incluir no solo criterios para evaluar el cumplimiento de los objetivos propuesto en cada ejercicio sino *que se incluyeran pruebas que permitieran conocer y evaluar el estado de desarrollo de las acciones técnico tácticas de golpes en los badmintonistas.* Ante esta solicitud se le explicó a los especialistas que los objetivos del trabajo llegaban hasta donde fueron concebidos, pero que no obstante, se incluirá esa petición como parte de las recomendaciones del trabajo para futuras investigaciones.

Haciendo un análisis exhaustivo de nuestra propuesta de ejercicio por los especialistas que laboran en esta disciplina deportiva en la nación estamos seguros que sabrán hacer un uso eficiente para que nuestro equipo en posteriores temporadas pueda llegar a la cúspide de nuestro deporte nacional y dar esa alegría al pueblo villaclareño que ansía este anhelado triunfo.



CONCLUSIONES.

1. El estado actual del conocimiento y tratamiento de las acciones técnico táctico en la zona de fondo del terreno de Bádminton 13 – 14 años masculina de Villa Clara, se caracteriza, por una parte, falta de claridad, e imprecisiones en el proceder metodológico, y por otra parte, por la no existencia de acciones de ataque específicamente esta zona y la ausencia de cómo hacerlo.
2. Los elementos que deben conformar la presentación de los ejercicios han de ser, según los criterios de los profesores, el objetivo, la metodología, la fundamentación y la forma de valorar la ejecución, cuyo fundamento y estructura propician el desarrollo de las acciones técnico táctico en la zona de fondo del terreno de Bádminton 13 – 14 años masculina de Villa Clara
3. Según los criterios de los especialistas la concepción de la propuesta de ejercicios posee una alta utilidad práctica, se mejoran las acciones pedagógicas de los entrenadores, se enriquece la bibliografía especializada, y la estrecha relación entre los ejercicios, facilita la revelación de las diferencias en cuanto al ritmo de aprendizaje.



RECOMENDACIONES.

1. Realizar investigaciones que permitan elaborar otros instrumentos de evaluación del cumplimiento de los objetivos que se planteen en los ejercicios para otras zonas.
2. Continuar trabajando en los niveles de complejidad de los ejercicios sobre la base de la concepción propuesta.



ANEXO 1

REVISIÓN DOCUMENTAL

OBJETIVO: Valorar la proyección asumida con relación al tratamiento de las acciones técnica tácticas de los golpes en la zona de fondo del terreno de Bádminton.

CATEGORÍAS DE ANÁLISIS:

- Tratamiento y atención al tema.
- Procedimientos que abordan.

DOCUMENTOS A REVISAR:

- Indicaciones del Presidente del INDER.
- Programa de Preparación del Deportista.
- Planes de entrenamiento.
- Estrategia de desarrollo del Bádminton.



ANEXO 2

ENCUESTA ESCRITA

Compañeros entrenadores:

Atendiendo a las exigencias actuales del combate de los esgrimistas, nos hemos dado a la tarea de investigar acerca de las acciones técnicas tácticas de los golpes en la zona de fondo del terreno de Bádminton para de esta forma lograr una formación de atletas más inteligentes, creativos e independientes. Necesitamos su colaboración, por ello solicitamos sea usted sincero, cuidadoso y proporcione respuestas amplias. Esta encuesta es anónima. Muchas gracias.

Centro de trabajo: _____

Graduado de: _____

Años de experiencia como entrenador: _____ como atleta: _____

Principales resultados alcanzados _____

1. ¿Cree ud. que las acciones técnica tácticas los golpes en la zona de fondo del terreno son importantes para el badmintonista?

Mucho: _____ Poco: _____ Nada: _____

2. ¿Trabaja ud. Las acciones técnica tácticas los golpes en la zona de fondo del terreno de Bádminton en los entrenamientos?

Siempre _____ A veces _____ Nunca _____

Fundamente: _____

3. ¿Cuáles son las acciones técnica tácticas los golpes en la zona de fondo del terreno de Bádminton que más usted trabaja?. ¿Por qué?.

4. ¿En qué momentos del entrenamiento usted trabaja las habilidades tácticas?.

5. El trabajo sobre las acciones técnicas tácticas los golpes en la zona de fondo del terreno:

Posee **objetivos** específicos ____

En cuales.



6. ¿Cuándo comienza a trabajar acciones técnica tácticas los golpes en la zona de fondo del terreno?

Desde comienzos del macro ____ A mediados ____ Cercano a la etapa competitiva ____ Solo en la etapa competitiva ____

7. ¿Cuáles son los ejercicios que utiliza para el desarrollo de las acciones técnicas tácticas los golpes en la zona de fondo del terreno ?

Específicos ____ Competitivos ____ Generales ____

8. ¿Qué elementos usted cree que deben conformar la estructura de presentación de un ejercicio para las acciones técnica tácticas los golpes en la zona de fondo del terreno?

____ Objetivos.

____ Metodología.

____ Fundamentación

____ Forma de valorar la ejecución.

Otros _____

9. En los entrenamientos prioriza el trabajo sobre las siguientes acciones técnica tácticas los golpes en la zona de fondo del terreno:

Golpes con

Clear ____ Drop ____ Smacht ____

otros golpes _____

10. Para mí una habilidad táctica es:

Un elemento técnico ____

Un elemento táctico ____

Un principio de la táctica ____

Saber hacer ____

Una condición necesaria para ejecutar los elementos técnicos ____

Una situación de combate ____

Operaciones para resolver las situaciones creadas ____



ANEXO 3

ENTREVISTA ESTANDARIZADA APLICADA A LOS DIRECTIVOS.

OBJETIVO: Valorar el tratamiento que se le brinda a las acciones técnica tácticas los golpes en la zona de fondo del terreno de Bádminton.

DIMENSIONES:

- Importancia que le atribuye al tema.
- Exigencia a los entrenadores sobre la necesidad de atención al tema.
- Correspondencia de la sesiones de superación con las necesidades de los entrenadores.



ANEXO 4

GUIA DE OBSERVACION.

Objetivo de la observación:

- Valorar el tratamiento de las acciones técnicas tácticas los golpes en la zona de fondo del terreno de Bádminton en los entrenamientos.

Unidad de observación:

- La utilización de los ejercicios para las acciones técnica tácticas los golpes en la zona de fondo del terreno de Bádminton.

Tipos de observación:

- No estructurada, abierta, de campo y casual.

Indicadores a observar:

- Tipos de ejercicios.
- Cantidad.
- Modo de planificación.
- Frecuencia durante la semana.
- Explicación y demostración.

Instrucción general:

Los observadores registrarán los indicadores señalados a partir de la consideración de la manifestación de cada uno de ellos en el proceso de entrenamiento. En el tipo de ejercicio se valora el carácter general y especial y su relación con el objetivo del entrenamiento. En la cantidad, se tiene en cuenta el número de ejercicios que se emplean durante la sesión. El modo de planificación alude a la forma en que se le presenta el ejercicio al alumno. La frecuencia durante la semana se refiere a cuantas veces se emplean en el transcurso de las sesiones correspondientes a la semana de entrenamiento. Por su parte, la explicación y la demostración son indicadores que apuntan hacia la comprensión del ejercicio y sus intensiones.



ANEXO 5

SONDEO DE OPINIÓN PARA LOS ESPECIALISTAS:

Estimado especialista:

Necesitamos conocer su opinión acerca de los ejercicios para la enseñanza y perfeccionamiento de las acciones técnicas tácticas los golpes en la zona de fondo del terreno de Bádminton. Puede basar su criterio en los siguientes aspectos:

- Nivel de aplicación práctica (economía y facilidades)
- Ventajas y desventajas en comparación con las formas anteriores.
- Recomendaciones para su perfeccionamiento.



ANEXO 6

RELACIÓN DE DIRECTIVOS QUE PARTICIPARON EN LA INVESTIGACIÓN.

Directivos.

	NOMBRE Y APELLIDOS	Nivel Cultural	CENTRO DE TRABAJO
1			Comisión Provincial
2			Metodólogo



ANEXO 8

RELACIÓN DE ESPECIALISTAS.

	Nombre y apellidos	N. C.	A. E.	Función	Centro de Trabajo.
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					

Simbología

A. E: Años de experiencia

N. C: Nivel Científico

EIDE.: Escuela de Iniciación Deportiva Escolar.

ESPA: Escuela de Superior de Perfeccionamiento Atlético.

E. N.: Equipo Nacional.

F. C. F.: Facultad de Cultura Física.

C. A.: Ciego de Ávila.

V. C.: Villa Clara.

C. H.: Ciudad Habana.

ECDER: Escuelas Comunitarias de Deporte Educación Física y Recreación.