



Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el deporte

“Comandante Manuel Fajardo Rivero”

Filial: Caibarién

Villa Clara

Título: Propuesta de acción metodológica para ordenar los contenidos de la preparación técnica que serán evaluados en la prueba técnica del equipo de Judo categoría 9-10 años, en el municipio Remedios.

TRABAJO DIPLOMA

Autor: Yoandry Madrigal Bruzains.

Tutor: MsC. Jesvict Rojas Abreu.

„ Año 54 de la Revolución”.

2011-2012.

PENSAMIENTO:

El verdadero objeto de la enseñanza es preparar al hombre para que pueda vivir por sí decorosamente, sin perder la gracia y generosidad del espíritu, y sin poner en peligro con su egoísmo o servidumbre la dignidad y fuerza de la patria.

(José Martí, Diccionario del pensamiento Martiano)

AGRADECIMIENTO:

La gratitud es una de las virtudes más lindas del ser humano, es un rasgo esencial del que todos alguna vez necesitamos. Cuando alguien da las gracias siente que la ayuda o los consejos fueron importantes. Por otra parte, cuando es uno el que agradece, algo dice desde muy adentro que está haciendo bien, pues ser agradecidos es como abrir una puerta a la satisfacción espiritual de los demás y de nosotros mismos. Por tanto, se agradece este trabajo:

- A la Revolución que ha permitido tantos logros en mi trayectoria profesional.
- A mi tutor cuyo apoyo fue fundamental en la consecución de este proyecto, alguien quien puso a mi disposición sus valiosos conocimientos, su preciada experiencia y sus horas de descanso.
- A mis compañeros de trabajo que de una forma u otra han brindado su apoyo en la realización de este proyecto.
- A mi esposa
- A mis padres por su apoyo incondicional
- A todos los que de una forma u otra han realizado aportes críticos, sugerencias y recomendaciones a esta investigación científica, con el propósito de perfeccionarla.

A todos, mis más sinceros agradecimientos.

DEDICATORIA:

Este trabajo esta dedicado a los profesores Enrique Bofill y José Luís Duque Cuellar y a todos los que se una forma u otra han permitido el desarrollo del deporte en el municipio Remedios.

A los cinco héroes prisioneros del imperio que constituyen ejemplo a imitar por las presentes y venideras generaciones de cubanos y cubanas.

Y a todas aquellas personas que de una forma u otra han aportado su grano de arena para la realización de este trabajo.

RESUMEN.

El trabajo de diploma titulado Propuesta de acción metodológica para ordenar los contenidos de la preparación técnica que serán evaluados en la prueba técnica del equipo de Judo categoría 9-10 años, en el municipio Remedios responde a la línea de investigación La planificación en el entrenamiento deportivo y la iniciación deportiva. Respondiendo a la búsqueda de una metodología que indique un orden en la preparación técnica y a unificar los criterios de los técnicos al evaluar el vencimiento de los objetivos pedagógicos al concluir cada etapa y al enfrentar cada evento competitivo que tenga implícito prueba técnica.

Definiendo como objetivo general Proponer acción metodológica, para ordenar los contenidos de la preparación técnica que serán evaluados en la prueba técnica de la, categoría 9-10 años de Judo, en el Municipio de Remedios. Y definiendo los objetivos específicos que guiaron la investigación utilizando los diversos métodos de investigación que permitieron elaborar la propuesta y aplicar la misma, y de esta forma arribar a las siguientes conclusiones No existe en el municipio ninguna acción metodológica que permita ordenar los contenidos de la preparación técnica que serán evaluados en la prueba técnica. Para determinar la acción metodológica se hace necesario tener en cuenta los documentos rectores del proceso de enseñanza, las definiciones de las técnicas rectoras y las técnicas a fines”, así como los indicadores para la evaluación de la prueba técnica.

Como resultado de la aplicación de la propuesta se logro un mejor criterio valorativo desde el punto de vista cuantitativo y cualitativo de la marcha del proceso de preparación técnica,

INDICE

I INTRODUCCIÓN.

II DESARROLLO

CAPITULO 1: MARCO TEÓRICO REFERENCIAL

1.1 Diseño metodológico vigente para la enseñanza del judo en Cuba.

1.2 Apuntes sobre el entrenamiento deportivo y la preparación técnica.

1.3 Fundamentos metodológicos de las pruebas técnicas en el judo en la categoría 9 – 10 años.

1.4 Criterios de evaluación correspondientes a la prueba técnica según la comisión nacional de Judo.

1.5 Acciones metodológicas.

1.6 Consideraciones en torno a los controles en la etapa de iniciación del judo.

1.7 Características a tener en cuenta para el trabajo con los niños de estas edades.

CAPITULO 2: MARCO METODOLÓGICO DE LA INVESTIGACIÓN

2.1 Población y/o Muestra.

2.1.2 Criterios para la selección de la muestra.

2.2 Métodos y técnicas de recogida de datos.

2.3 Procesamiento de la información

CAPITULO 3: ANÁLISIS DE RESULTADOS.

3.1 Diagnóstico inicial

3.2 Presentación de la propuesta de acción metodológica para ordenar los contenidos de la preparación técnica que serán evaluados en la prueba técnica de la, categoría 9-10 años de Judo, en el Municipio de Remedios.

3.3 Análisis de los resultados de la aplicación.

III Conclusiones y recomendaciones.

IV Bibliografía.

V Anexos

I INTRODUCCIÓN

Por el valor de la teoría para la práctica y las exigencias epistemológicas del desarrollo científico, asumimos los cambios que exige el actual desarrollo de la formación de los judokas para realizar la presente investigación.

El judo fue introducido en Cuba en 1951 en la persona de Andrés Kolychkin entonces primer dan, procedente de Bélgica. Ya en aquellos momentos existían los gokios o formas de ordenamiento de las técnicas, digamos el Gokio Kodokan creado por un grupo de antiguos maestros de la escuela que lleva este nombre, el método Kawaishí, quien fuera promotor del judo en Europa, particularmente en Francia y que en su afán de insertar el judo en la cultura occidental, hizo sus propias modificaciones. Este último influyó notablemente en el modo de enseñanza durante los primeros momentos en Cuba. Sin embargo, con la llegada del profesor Han Chang Ji en 1966 y la participación de Cuba en eventos internacionales se ha ido creando una nueva versión, no tan solo del judo como objeto en sí, también del proceso de enseñanza y aprendizaje.

La primera guía metodológica oficial para la enseñanza del judo fue el “Programa para Áreas Deportivas Masivas y Especiales”, cuyos autores fueron Santiago China Y Juan M. Mesa, donde se plasmaron las indicaciones metodológicas para el trabajo en el nivel de base, se plantearon los conceptos fundamentales sobre la materia y se dieron las orientaciones pertinentes para la dosificación de las tareas de los practicantes.

En 1984 surge el Subsistema del Deporte de Alto Rendimiento, elaborado por un colectivo más amplio de especialistas miembros de la Comisión Nacional. Este constituye un marcado perfeccionamiento del antiguo programa y expresa de forma más detallada las acciones metodológicas de los profesores frente a sus alumnos en las áreas de iniciación y perfeccionamiento.

En 1991, se edita el Programa de Preparación del Deportista elaborado por José S Jiménez. Este documento retoma las concepciones planteadas en el Subsistema del Deporte de Alto Rendimiento y aporta nuevas pautas en las formas de planificación y dosificación de las cargas en el entrenamiento de los practicantes, en las orientaciones metodológicas del proceso de preparación técnica, en los controles a aplicar según los componentes del proceso de preparación de los judokas y otros aspectos.

Más recientemente en el año 2007 se edita la mas reciente versión del Programa de Preparación del Deportista" cuya estructura está conformada en tres partes.

Este importante manual se ha logrado gracias a la colaboración de los expertos de la Comisión Nacional de Judo, de la cátedra de Judo del Instituto Superior de Cultura Física, de los colectivos de entrenadores de las preselecciones nacionales juveniles y de mayores, de los autores de las ediciones anteriores, de los cuales se tomaron las partes que mantienen actualidad y vigencia, y de los profesores de base.

El judo, también es ciencia, pues implica el dominio de varias leyes de la naturaleza. No solamente, es desarrollado en el ámbito de la práctica sistemática, sino que su verdadero significado se descubre a través de actitudes mentales y de comportamiento.

Esta disciplina como ciencia es estudiada e investigada por numerosos especialistas y expertos, que en su actividad buscan y desarrollan vías y formas para cada elemento o contenido, con el propósito de mejorar su nivel teórico práctico.

La práctica del Judo debe adaptarse sin cesar al contexto en el cual se interviene. Los métodos y programas de enseñanza deben tener movimiento y dinamismo. La dirección del trabajo requiere de una participación activa del practicante sistemático que permita penetrar la totalidad de la riqueza de esta disciplina, para lograr un completo desarrollo.

Según la concepción teórica que sustenta la formación del judoka cubano, el diseño metodológico descansa en gran medida en la selección de los elementos básicos del judo para el Tachi Waza, entiéndase judo desde la posición de pie y para el Ne Waza, judo desde la posición de tendido.

En nuestra provincia, al igual que en el resto del país, se desarrolla un profundo trabajo con vistas a mejorar los resultados del proceso de enseñanza deportiva que se manifiesta en los resultados del vencimiento de los objetivos pedagógicos y prueba técnica en cada uno de los eventos calendariados.

En este sentido, durante el estudio diagnóstico realizado partiendo de las indicaciones del programa de preparación del deportista y los programas de enseñanza confeccionados por los profesores, así como los resultados de la prueba técnica del municipio Remedios en la categoría 9 – 10 años y otra serie de documentos se identificó la siguiente **situación problemática**: falta de una propuesta metodológica que permita la organización de los contenidos de la preparación técnica que serán evaluados en la prueba técnica de la categoría 9 – 10 años de Judo, en el municipio Remedios.

Es importante señalar que en este rango de edades se crean las bases psicofisiológicas y motrices necesarias para enfrentar las actividades competitivas en las categorías siguientes.

La realización de este trabajo responde a la búsqueda de una metodología que indique un orden en la preparación técnica en los programas de enseñanza en las áreas deportivas del municipio de Remedios y a su vez unificar los criterios de los técnicos al evaluar el cumplimiento de los objetivos pedagógicos al concluir cada etapa y al enfrentar cada evento competitivo que tenga implícito prueba técnica.

Para el desarrollo del trabajo se definió que el problema de investigación está asociado con la necesidad de mejorar el proceso de enseñanza aprendizaje del Judo, en la iniciación deportiva en el municipio de Remedios.

En este punto, se plantea el **problema científico** que permitió configurar los elementos del diseño teórico, relacionados con la organización metodológica de

la investigación: **¿Como ordenar los contenidos de la preparación técnica que serán evaluados en la prueba técnica de la categoría 9-10 años de Judo, en el Municipio de Remedios?**

Objetivo general:

- Proponer acción metodológica, para ordenar los contenidos de la preparación técnica que serán evaluados en la prueba técnica de la, categoría 9-10 años de Judo, en el Municipio de Remedios.

Objetivos específicos:

- Caracterizar el enfoque de los contenidos de la preparación técnica que serán evaluados en la prueba técnica de la categoría 9-10 años de Judo, en el Municipio de Remedios.
- Determinar acción metodológica que permita ordenar los contenidos de la preparación técnica que serán evaluados en la prueba técnica de la, categoría 9-10 años de Judo, en el Municipio de Remedios.
- Valorar acción metodológica que permita ordenar los contenidos de la preparación técnica que serán evaluados en la prueba técnica de la, categoría 9-10 años de Judo, en el Municipio de Remedios.

-

II DESARROLLO

CAPITULO 1: MARCO TEÓRICO REFERENCIAL

1.1 Diseño metodológico vigente para la enseñanza del judo en Cuba.

Según la concepción teórica que sustenta la formación del judoka cubano, el diseño metodológico descansa en gran medida en la selección de los elementos básicos del judo para el tachi waza, entiéndase judo desde la posición de pié y para el ne waza. (Judo desde la posición de tendido).

Así mismo la estructura de la técnica, que según el Programa de Preparación del Deportista es "la división en fases que se realiza en las técnicas de judo, tanto en tachi waza como en ne waza", es considerada como fundamento principal para la selección de los pasos metodológicos durante la enseñanza de los diferentes elementos técnicos, concretamente las fases de la acción coinciden con las partes en que se simplifica la técnica para facilitar su asimilación. Por la misma razón es utilizada como referencia para la valoración de la calidad de la ejecución.

Los elementos básicos son entendidos como una condición metodológica ineludible para abordar todas las formas de proyección y control; se estudian con mayor especificidad durante la iniciación, pues son una condición para asimilar el sistema de elementos técnicos propios del judo. Además, son en todas las acciones fundamentos de la ejecución y punto de referencia para la corrección de errores.

En el judo desde de la posición de pié, (tachi waza) los elementos básicos tienen su origen a partir de la fragmentación de la estructura de la técnica, se

trata de esas fracciones temporales (momentos) a las que se le ha atribuido un papel rector en el proceso de formación y preparación del judoka. Se considera que cada una de esas partes de la estructura tiene un valor metodológico, que no se limita al estudio de los movimientos técnicos en particular, sino que además constituyen en forma aislada, eslabones del proceso de iniciación.

En cambio, aunque es la disposición estructural es la misma para el judo desde la posición de tendido, (ne waza) la selección de los elementos básicos se fundamenta en otras razones no explicadas concretamente, pero se infiere que se trata de aquellos elementos técnicos más reiterados e “importantes” de esta forma de la actividad. Debe agregarse además, que se encuentran clasificados en ofensivos y defensivos.

Otro soporte del modelo didáctico de la formación del judoka está dado por el criterio de “técnicas rectoras”, concepción muy utilizada en el proceso de enseñanza del judo. Las técnicas rectoras son el resultado de una investigación conjunta realizada por el Dr. Kolychkine y el Lic. Conrado Martínez ex profesor de la cátedra de Biomecánica del ISCF. Ellos tomaron de cada grupo afín, el patrón que en su estructura funcional, presentara la mayor cantidad de movimientos elementales comunes a todas las acciones y, la propusieron como primera de ese grupo para el aprendizaje, de manera que pudiera optimizarse el proceso de enseñanza, al aprovechar al máximo, el fenómeno neurofisiológico de la transferencia de hábitos.

A partir de todos estos criterios se elabora el programa de grados kyu, que viene siendo el modelo curricular de organización del contenido a partir del cual se orienta el trabajo con los principiantes, este programa incluye además de lo planteado, las formas de contra ataques y ataques combinados, así como otras habilidades complementarias.

En Cuba el programa de grados kyu, es un documento anexo al Programa de Preparación del Deportista, en el mismo se orienta el contenido a impartir a los practicantes, según el nivel alcanzado, estos niveles están representados por el color de la cinta, del modo en que popularmente se le conocen.

Es sobre la base de estas concepciones, donde descansa el cuerpo teórico del proceso de formación y preparación de los judokas cubano.

1.2 Apuntes sobre el entrenamiento deportivo y la preparación técnica.

Toda la metodología que se aplica en el proceso del entrenamiento deportivo y que por supuesto está orientada hacia los triunfos competitivos en el deporte, tiene una base científica y está rigurosamente regida por leyes objetivas que reflejan la realidad, preceptos que determinan tal o cual paso a seguir en el camino hacia la victoria deportiva.

El entrenamiento deportivo es un fenómeno biológico, psicológico y social, extremadamente complejo. Social por su naturaleza misma, con un contenido pedagógico concreto y una orientación educativa, que tiende a transformar hábitos y normas de conducta y ejerce un efecto biológico, generalmente funcional, en el organismo del deportista. En el proceso del entrenamiento

deportivo, la capacidad obtenida por los deportistas estará directa y únicamente relacionada a las cargas de preparación.

Al mismo tiempo, debe orientarse y concebirse teniendo en cuenta los problemas pedagógicos que definen la naturaleza social de la actividad deportiva. El proceso de entrenamiento deportivo varía constantemente de tal forma que contribuya al desarrollo de la capacidad de trabajo del atleta. Eso se logra por los cambios periódicos de todos los elementos durante el proceso de entrenamiento en los límites de un tiempo determinado, planificados con anticipación, que acaban la preparación del deportista.

En la actualidad este proceso se encuentra integrado por un conjunto de componentes indispensables en la preparación del deportista como son: La preparación técnica, la preparación táctica, la preparación psicológica, la preparación teórica y la preparación física.

L. Matveev plantea que se denomina “preparación técnica” del deportista a la enseñanza de las bases de la técnica de acciones, relacionadas en las competencias o que sirven de medio para el entrenamiento, y el perfeccionamiento de las formas elegidas de técnicas deportivas. La preparación técnica del deportista representa el proceso de dirigir la formación de los conocimientos, habilidades y hábitos.

Según Ozolin, se llama preparación técnica al modo de realización de los ejercicios físicos. El conjunto de movimientos secuenciales y simultáneos de los

cuales está formado cualquier ejercicio físico, puede ser fácil o difíciles en virtud de la suma de acciones que realizan durante un prolongado período de tiempo. Es preciso que para el logro de un buen resultado una buena técnica, es decir, el modo más racional y efectivo posible de la realización del ejercicio.

En nuestro trabajo asumimos como preparación técnica, el concepto enunciado por Antonio Morales, y Álvarez, M. E. (2000), cuando plantean que es: "el proceso encaminado a la enseñanza y perfeccionamiento de las principales posiciones, movimientos y acciones propia del deporte específico".

La táctica se estudia simultáneamente con la técnica puesto que en el proceso de entrenamiento se hacen interdependientes, y a medida que enseñamos debemos enseñar, simultáneamente, las defensas y las diferentes formas tácticas de contraataque, ya que durante la acción del combate, el atleta se encuentra constantemente en situaciones inesperadas.

Según Navelo Rafael "En el modelo sobre el proceso de preparación técnico-táctica, se determina que: la preparación técnico- táctica es un proceso pedagógico donde se produce la transmisión y asimilación de la técnica y la táctica deportiva en una unidad dialéctica, de manera que el atleta logre de forma efectiva la solución de las tareas motrices. En el mismo se cumple con el desarrollo, estabilización y perfeccionamiento de los hábitos, habilidades o destrezas deportivas, tomando en consideración la ejecución del trabajo".

1.3 Fundamentos metodológicos de las pruebas técnicas en el judo en la categoría 9 – 10 años.

Este arte marcial devenido disciplina deportiva de combate según el maestro Jigoro Kano es el modo más efectivo de emplear la fuerza, tanto física como mental, el entrenamiento de ataques y defensas fortalece el cuerpo y la mente y nos ayuda a hacer de la esencia del Judo una parte integrante de nosotros mismos, de esta forma el practicante sistemático puede perfeccionarse y aportar algo valioso al mundo, esta es la máxima aspiración del judo.

En la actualidad se forma un judoka con un alto nivel técnico y excelente condición física respecto a los objetivos pedagógicos que conforman el programa de enseñanza hasta llegar al grado cuarto kyu (o cinturón verde) en Judo, con cierta capacidad coordinativa especial de integrar conocimientos (elemento susceptible de mejorar).

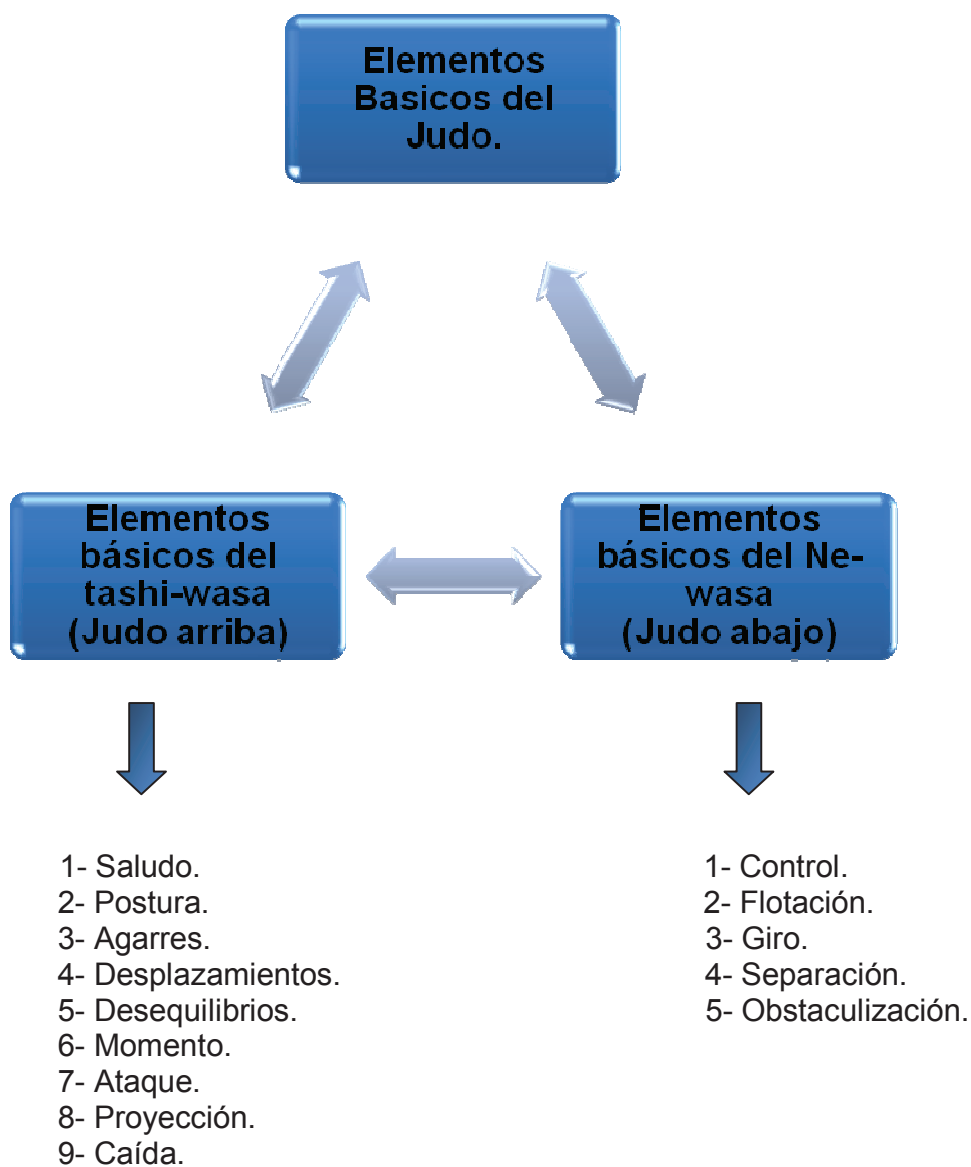
Todo parte de los elementos básicos que, según se afirma, son el fundamento del proceso. (Copello J., M. (2001))

Son de estructura simple: en el sentido de que se trata de la forma más elemental en que puede descomponerse cualquier técnica.

Asequibles: Por lo menos en sus formas elementales no resulta complicado ejecutar los elementos básicos y la exigencia para su aprendizaje es mínima.

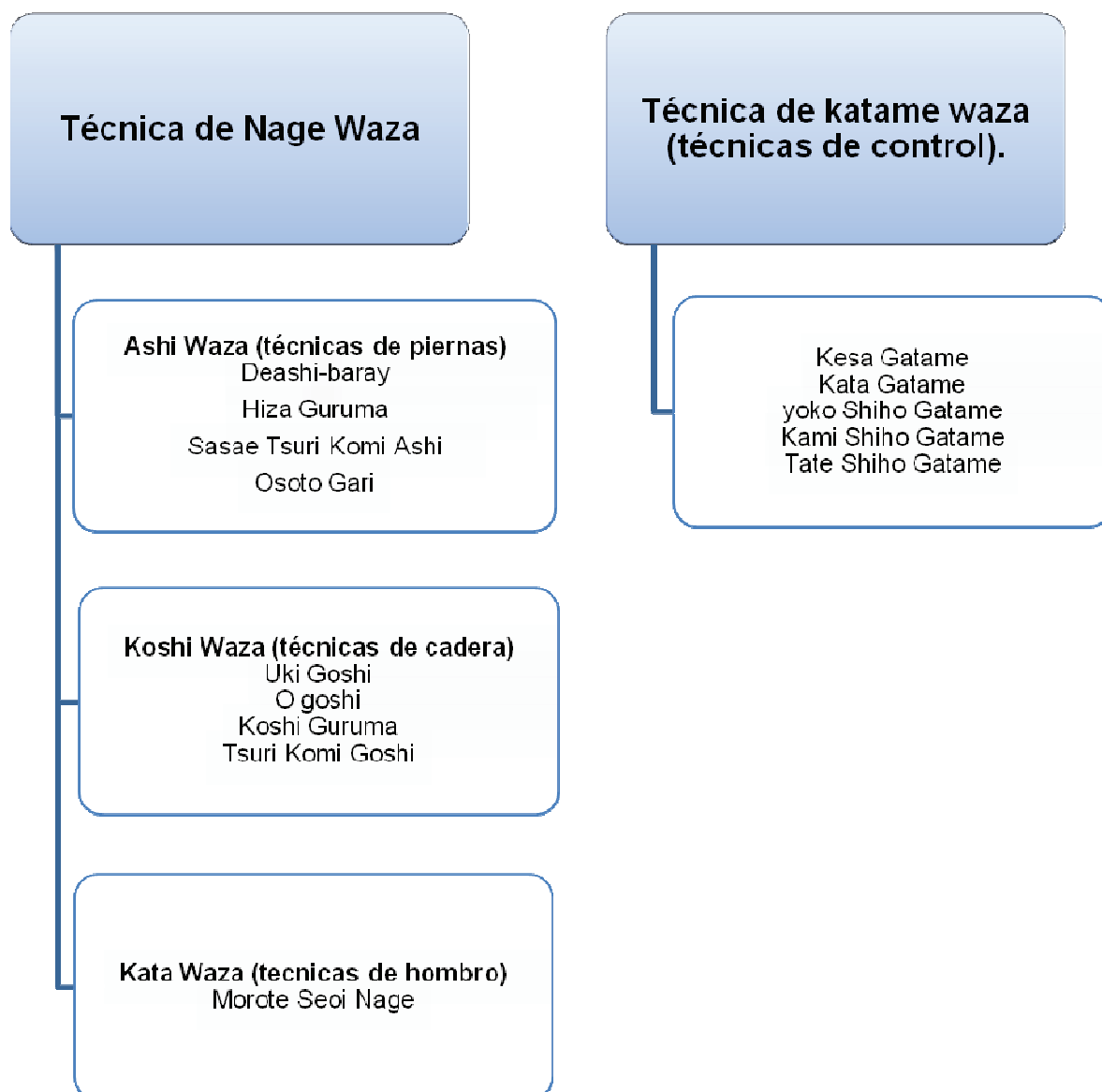
Universales dentro del Judo: La relación entre los elementos básicos es en todas las acciones fundamentos de la ejecución y punto de referencia para la corrección de errores, ellos son aplicados para dar lugar a los numerosos elementos técnicos que conforman el Judo. Cuando por primera vez comienza

la enseñanza, los elementos básicos son el puente entre la ignorancia de todo lo relacionado con el Judo y las acciones técnicas que son el punto de partida hacia formas más complejas.



Dentro de la evaluación de la prueba técnica correspondiente a esta categoría, encontramos los siguientes grupos técnicos pertenecientes al sistema de grados Kyu.

Los grupos técnicos están compuestos por Técnicas de Nage Waza (técnicas de proyección) y Técnicas de katame waza (técnicas de control).



Estas técnicas rectoras son de gran movimiento y amplitud, atendiendo a su grado de dificultad presentan en su interior grandes movimientos de complejidad que solo es posible su dominio con la práctica sistemática desde el eslabón de base en edades tempranas, Es de destacar, que estas técnicas son fundamentales en el aprendizaje del niño en la iniciación deportiva, de ellas parte un grupo de conocimiento como base teórica y práctica de las demás técnicas correspondientes a la siguiente categoría.

Se hace necesario indicar que a esto se le suma la ejecución de esquivas y defensas básicas de las técnicas y combinaciones simples.

Otro de los aspectos que también es medido dentro del desarrollo de las pruebas técnicas es el relacionado con los conocimientos teóricos, el cual tiene implícito los temas de surgimiento, historia y desarrollo del deporte en el mundo y en Cuba y lo referente al conocimiento de las bases de las reglas y arbitraje del deporte.

1.4 Criterios de evaluación correspondientes a la prueba técnica según la comisión nacional de Judo.

Caídas (Ukemis).

- No colocar correctamente las piernas (-2ptos)
- En las caídas laterales y atrás, no realizar el balanceo (-3ptos)
- La posición incorrecta de la cabeza (-1pto)
- En las caídas de frente no voltear sobre brazos y hombros (-2ptos)
- Iniciar las caídas de frente con el pie contrario (-3ptos)

Desplazamientos (Taisabakis)

- Cruzar los pies (-3ptos)
- Unir los pies (-2ptos)
- No saltar y no mantener el centro de gravedad a un mismo nivel (-1pto)
- Postura incorrecta en el desplazamiento (-1pto)

Técnicas de proyección (Nage Waza)

1. Agarre incorrecto (-1pto)
2. Mal desplazamiento (-2ptos)
3. Mala selección del momento de ataque (-2ptos)
4. Postura incorrecta (-1pto)
5. No realizar los desequilibrios correctamente (-1pto)
6. No accionar con el bote de cadera en las técnicas de coshi-wasa (-5ptos)
7. No flexionar ni extender las piernas en las técnicas de kata-wasa (-5ptos)
8. En las técnicas de kata-wasa no girar los hombros (-3ptos)
9. En las técnicas de péndulo flexionar el mismo (-3ptos)
10. En las combinaciones de tashi-wasa a ne-wasa no mantener continuidad y el control (-2ptos)
11. En la parte final de la proyección no mantener postura y agarre adecuado (-2ptos)

Técnicas de control (Katame Waza)

1. Mala colocación del agarre (-2ptos)
2. No colocar las piernas en la posición correcta 3 y 4 puntos (-2ptos)
3. No mantener el control desde el inicio de la virada (-5ptos)
4. Terminar la técnica de control manteniendo separación entre tori y uke (-3ptos).

1.5 Acciones metodológicas.

Las acciones metodológicas son aquellas que van a estar encaminadas a organizar el trabajo de desarrollo del colectivo con vistas a perfeccionar la acción educativa y formativa, investigar sobre problemas que tienen que ver con la didáctica y la teoría y metodología del entrenamiento deportivo e introducir los resultados en el proceso docente – educativo, estudiar y recomendar métodos científicamente fundamentados para elevar la efectividad del proceso formativo de los atletas, estudiar las experiencias de organización y realización del proceso docente – educativo deportivo y hacer las recomendaciones correspondientes y Perfeccionar los medios de enseñanza y las indicaciones para su utilización .

1.6 Consideraciones en torno a los controles en la etapa de iniciación del judo.

Los resultados que el deporte cubano viene obteniendo y en especial el Judo, es un nuevo reto que debemos enfrentar y para ello se necesita captar y preparar mejor a los talentos que vienen surgiendo, mejorar los métodos de entrenamientos, mejorar la formación de los especialistas, que sean capaces de investigar y poner en práctica los nuevos avances científicos que el desarrollo tecnológico pone a su alcance.

La aplicación sistemática de los controles es uno de los aspectos esenciales de que depende el éxito deportivo. No obstante, en un deporte como el Judo, la selección no solo de los controles, sino del contenido de entrenamiento, es un asunto bastante complejo.

La evaluación es el Instrumento que sirve al profesor, para ajustar su actuación en el proceso enseñanza aprendizaje, orientándolo y realizando la adaptación curricular que sea necesaria, la evaluación pedagógica da la medida del éxito de una tarea determinada.

La planificación del entrenamiento deportivo es la elaboración sistemática de la ejecución, control deportivo, a partir de los objetivos trazados a corto, mediana y largo plazo (Silva G. 1996).

En este proceso la forma de controlar el rendimiento de los atletas, se haya como parte orgánica del trabajo pedagógico de los profesores deportivos. No obstante esta afirmación, aún la forma de controlar el rendimiento no está generalizada en todos los entrenadores, solo un pequeño grupo de ellos aplica

los controles de rendimiento en el entrenamiento deportivo (Asaliamov T. M. Y Timakova, 1989).

El control de nivel de preparación de la técnica consiste en la evaluación de lo que es capaz de hacer el deportista y cómo ejecuta los movimientos asimilados. Según el Dr. Morales Águila Antonio, el control es la cadena de eslabones del sistema de preparación del deportista, es la fuente de orientación del entrenador. Su función retro alimentadora garantiza el conocimiento acerca de la marcha del cumplimiento de los objetivos trazados, por eso, el control debe de estar presente a todo lo largo del ciclo de la preparación del atleta.

De esta manera, la valoración de la efectividad de las acciones que se realicen durante el control es un indicador de su preparación integral, entendiéndose por efectividad en el Judo, -el modo en que se hace objetiva la validez de la acción realizada, la cual puede alcanzar un valor cualitativo que depende del veredicto de los oficiales encargados de dirigir la actividad competitiva.

En la actualidad los controles específicos están tomando cada día más fuerza en el entrenamiento deportivo porque son menos costosos, evalúan al deportista en las condiciones reales de trabajo y se obtiene un resultado del atleta más rápido y exacto.

Entre los métodos de control, los test o pruebas ocupan un importante lugar. Cuando las pruebas se convierten en partes orgánicas del proceso de entrenamiento, este adquiere nivel científico y deja de ser un experimento no controlado. Su uso sistemático racionaliza el entrenamiento, Marichuc, V.L. y

otros (1984), Harre D. (1988). Posibilita la determinación de las partes débiles y fuertes del deportista, Zatsiorsky V. (1989). Normalización de la carga, Godik, M.A. (1989) y al entrenador la obtención del conocimiento de las particularidades individuales de los atletas.

En este contexto de la organización y el control en la etapa de iniciación deportiva de los judokas consiste en buscar las mejores formas de combinar armónicamente las relaciones que se producen entre los recursos humanos, materiales y el tiempo disponible en el plano de la sostenibilidad de las transformaciones educativas en los niños y adolescentes durante la práctica sistemática de las técnicas de proyección y control.

El control en la preparación del deportista, según D. Harre citado por R. Romero y P. L. Díaz Benítez (2006): es el registro de rendimientos de cada uno de los deportistas mediante la medición, el conteo, la observación y evaluación en el deporte o disciplina, con el objetivo de constatar el efecto entrenador de cada una de las cargas o estados de entrenamientos del deportista.

En la **observación** como forma de control se debe tener presente que no se puede limitar a la recogida de datos en una planilla; para ellas se requiere la capacidad de observación en el plano cognitivo, afectivo y volitivo, así como en el plano del pensamiento profesional basado este último en la experiencia práctica, formación teórica, tacto pedagógico e intuición profesional.

El tipo de **observación** sintetiza una serie de criterios metodológicos que sirven para establecer las diversas clasificaciones de esta vía de organización y control en la preparación deportiva destacándose las formas siguientes:

- **Observación directa:** cuando se esta presente en el momento de los sucesos durante el proceso de evaluación en prueba técnica.
- **Observación abierta:** cuando el sujeto evaluado sabe que es observado y qué se observa.
- **Observación estructurada:** cuando responde a elementos bien definidos en una planilla o protocolo.

La **medición** según los autores antes mencionados se denomina a la correspondencia que se establece entre los fenómenos estudiados por una parte, y su expresión numérica por la otra.

La prueba a diferencia de la medición es una tarea propuesta a los sujetos mediante una consigna y cuya solución permite diferenciar o clasificar a los alumnos objeto de evaluación.

Zatsiorsky (1989) opina que medición no es lo mismo que prueba, porque prueba son aquellas que poseen un objetivo definido, condiciones de estandarización, cumplen criterios de calidad requeridos y contemplan un sistema de evaluación.

Criterio de calidad: está dado por el cumplimiento de las condiciones de estandarización durante la realización de las pruebas técnicas en este caso, en el entorno de la iniciación deportiva de los judokas.

Validez de la prueba técnica: se considera si realmente se logran los objetivos pedagógicos propuestos en función de las características de los alumnos evaluados.

Confiabilidad de la prueba técnica: si entre un mismo desempeño técnico y una misma ejecución de una técnica de proyección o control, un mismo alumno en las mismas condiciones obtiene resultados semejantes.

Se cumple la **independencia de resultado:** si ante la situación anterior, diferentes evaluadores obtienen resultados semejantes.

La organización del sistema de evaluación está dada por las normas que establecen la Comisión Nacional de Judo, así como que resulta necesario tener en cuenta la estructura del programa de enseñanza establecido para las diferentes etapas de la iniciación deportiva y las características de la estructura de las técnicas de proyección y control.

Según P. L. Díaz y R. Romero (2006) un fundamento sólido para distinguir diferencias entre el concepto de prueba y medición, consiste en que en la prueba se requiere el cumplimiento de una tarea o situación de test, que no es precisamente el caso de la medición aquí radica la diferencia.

1.7 Características a tener en cuenta para el trabajo con los niños de estas edades.

En esta categoría está más desarrollada la capacidad de concentrarse, pero aun no se mantiene por mucho tiempo; gradualmente se incrementa el papel

del segundo sistema de señales –la palabra- aunque el primero conserva su papel. La capacidad de percepción y observación es imperfecta, perciben los objetos exteriores de manera imprecisa y no separan los rasgos y las características principales, sino las causas de determinada realidad.

Los ejercicios con palmadas provocan una excitación emocional positiva. Para cumplir las tareas del entrenamiento, el profesor debe utilizar ejercicios de juego e introducir elementos competitivos en las unidades de entrenamiento.

El juego es el principal tipo de actividad en los niños de estas edades, predominando la preferencia por los juegos de acciones con objetos, desarrollándose así su actividad motora. Son importantes los juegos de roles, donde los niños cumplen funciones en papeles determinados; por este medio se moldean los esfuerzos volitivos, la concentración de la atención, las relaciones colectivistas y otras características individuales que tienen que ver con el correcto desenvolvimiento del niño en la etapa inicial como judoka.

En estas edades la capacidad de irradiación selectiva –que permite orientarse ante un estímulo- se desarrolla gradualmente, es por eso que a veces reaccionan incorrectamente a los estímulos externos, sobre todo cuando se precisan acciones de cambios bruscos de dirección, ante esto se sugiere que el profesor actúe de forma mesurada y diferenciada ante su grupo.

Las demostraciones deben tener un contenido sencillo. La concentración no es muy estable, no pueden trabajar de forma concentrada durante mucho tiempo, aunque es bueno destacar que su estabilidad mejora con el entrenamiento.

Aún está insuficientemente desarrollada la fuerza, la coordinación y la precisión de los movimientos; Los niños de estas edades no pueden realizar movimientos con rapidez y precisión a un mismo tiempo.

En los músculos se puede distinguir una fuerza menor en comparación con edades sucesivas y lo más importante, una mayor fatiga durante el trabajo muscular, por eso es tan necesaria la regulación de las cargas y la aplicación constante de la ley trabajo descanso.

Las pulsaciones normales son mayores que las de los adultos, es frecuente encontrarlas entre 84-90 pulsaciones por minuto antes del trabajo; durante las cargas pueden variar bruscamente.

Los huesos del esqueleto, sobre todo de la columna, se distinguen por ser débiles.

Los huesos se deforman con facilidad, por eso están muy poco expuestos a fracturas, esto es fundamental para la dosificación de las cargas, que no deben ser de excesiva intensidad.

En los músculos se puede distinguir una fuerza menor en comparación con edades sucesivas y lo más importante, una mayor fatiga durante el trabajo

muscular, por eso es tan necesaria la regulación de las cargas y la aplicación constante de la ley trabajo descanso.

Las pulsaciones normales son mayores que las de los adultos, es frecuente encontrarlas entre 84-90 pulsaciones por minuto antes del trabajo; durante las cargas pueden variar bruscamente.

El crecimiento promedio anual de la estatura es de 5 cm. y el peso anual aumenta entre 2 y 2.5 Kg., hasta la categoría de 11-12 puede aumentar 18 Kg; esto es importante a tener en cuenta para las perspectivas de ubicación en divisiones de peso.

CAPITULO 2: MARCO METODOLÓGICO DE LA INVESTIGACIÓN

2.1 Población y/o Muestra.

Para el desarrollo de nuestra investigación se utilizo una población compuesta por los siete profesores del municipio Remedios y 89 alumnos que constituyen el total de la matricula.

Se realizo un estudio descriptivo con el objetivo de conocer las principales dificultades que atentan contra el cumplimiento de los objetivos pedagógicos de la preparación técnica que se reflejan en los resultados en la prueba técnica de los alumnos de categoría 9-10 años de judo del municipio Remedios, proponiendo y aplicando una acción metodológica para ordenar los contenidos de la preparación técnica que serán evaluados en la prueba técnica que deben vencer los alumnos de la categoría 9 -10 de Judo .

2.1.2 Criterios para la selección de la muestra.

En el desarrollo de nuestro trabajo utilizamos una muestra no probabilística intencional, utilizando a dos profesores que representan el 28,5 % de la población de los profesores los que trabajan en áreas diferentes (el área del poblado de Remedios y el área del poblado de General Carrillo respectivamente) para la selección se tuvo en cuenta que los profesores tuvieran más de 6 años de experiencia, grado de cinturón negro y que se relacionaran con la categoría objeto de estudio.

En el caso de los alumnos se tomó a los 18 (20%) alumnos que integran el equipo que representó al municipio en la competencia provincial de la categoría 9-10 años, 9 hembras (50%) y 9 varones (50%), de los que 6 (33%) son primer año de la categoría y 12 (67%) son segundo año de la categoría, de los 12 segundo año 7 (58%) son remitentes al evento provincial, en la realización del trabajo se les tuvo en cuenta los resultados de las diferentes comprobaciones aplicadas durante el proceso de investigación.

2.2 Métodos y técnicas de recogida de datos.

Los métodos y/o técnicas que se utilizaron en las diferentes fases de la investigación se describen a continuación:

Análisis y Síntesis.

El análisis: Permite distinguir los elementos del fenómeno estudiado y revisar ordenadamente cada uno de ellos por separado para determinar las características.

La síntesis: Permite relacionar hechos y elementos aparentemente aislados y se formular valoraciones unificadoras.

Inducción y Deducción.

Se empleó en el tratamiento de los datos y toda la información obtenida.

La inducción: Permite inferir conclusiones observando que un mismo carácter se repite en una serie de elementos homogéneos, pertenecientes al objeto de investigación.

La deducción: Permite arribar a conclusiones particulares a partir de elementos conocidos y sobre la base de supuestos teóricos establecidos.

Enfoque Sistémico Estructural.

Se utilizó en la comprensión de la organización interna que tienen los elementos del objeto de estudio y proponer un conjunto de acciones pedagógicas en interacción destinadas a mejorar su funcionamiento; éste enfoque implica determinar los elementos implicados, diferenciados y relacionados en el proceso.

La Revisión Documental.

Se realizó una exploración acerca del tratamiento de los contenidos principales y complementarios en los documentos oficiales.

La Observación.

Este método se aplicó en diferentes escenarios de forma encubierta para determinar las irregularidades que a través de la importación de los contenidos tienen lugar en el territorio.

La Encuesta.

Esta orientada a recolectar datos que tengan que ver con las percepciones, las actitudes, las opiniones, las experiencias en la práctica sistemática en Judo y los conocimientos sobre el problema propuesto.

La medición y prueba

Se desarrolla con el objetivo de obtener información numérica acerca de una propiedad o cualidad del objeto o fenómeno, donde se comparan magnitudes

medibles y conocidas. O sea es la atribución de valores numéricos a los resultados en cada ejecución técnica.

En el amplio sentido de la palabra se empleó en el registro de los datos referentes a los optimizadores de efectividad, en cada una de las ejecuciones técnicas de cada movimientos básicos de ataque, en coherencia con la lógica esencial de ambas esferas de actuación en el campo táctico del Judo de modo que, se estableció un ordenamiento racional entre los fenómenos estudiados, por una parte, y su expresión numérica por otra para el análisis e interpretación de los resultados según los siguientes conceptos:

Conformidad: Es el grado de semejanza de una habilidad técnica deportiva respecto a la que se propuso como modelo, significa que los fundamentos de los movimientos básicos de ataque son sólidos, que el judoka se encuentra bien equilibrado y hay acoplamiento entre los diferentes segmentos corporales del Tori con respecto al Uke.

Eficacia: Es el grado de éxito en la consecución de los objetivos pedagógicos y prácticos de dicha habilidad en relación con el resultado final.

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

Sondeo de opinión: Nos brinda los criterios que poseen los profesores de judo acerca de la organización de los contenidos de preparación técnica y las formas de evaluar los mismos mediante la aplicación de la prueba técnica.

2.3 Procesamiento de la información

Los resultados obtenidos en la prueba técnica se procesaron estadísticamente, teniéndose en cuenta, que constituyen variables aleatorias de carácter discretas con un nivel de medición a escala ordinal; empleándose para su análisis las técnicas pertenecientes a la estadística descriptiva, o sea, la mediana y el recorrido para el caso de existir valores extremos, además se determinará el valor máximo y mínimo, la media aritmética, la desviación estándar y el coeficiente de variabilidad.

La información que se obtuvo mediante las encuestas aplicadas durante el proceso de investigación fue procesada, a través, del paquete estadístico SPSS para Windows en su versión 12.0, que nos permitió determinar la distribución empírica de frecuencia derivada de los datos obtenidos del sondeo de opiniones en el grupo de profesores.

Esta investigación abarca el periodo comprendido entre mayo del 2011 a mayo del 2012, en estas fechas se desarrollaron los eventos provinciales de esta categoría.

CAPITULO 3: ANÁLISIS DE RESULTADOS.

3.1 Diagnóstico inicial

Resultados de la revision documental.

Como parte del proceso de revisión documental se pudo comprobar que con anterioridad no se había realizado ninguna investigación que contribuyera a organizar los contenidos de la preparación técnica que repercuten en los resultados de la prueba técnica, así como la elaboración de un sistema que permitiera ir evaluando el vencimiento de los objetivos pedagógicos a nivel municipal periódicamente desde el punto de vista de la preparación técnica e ir modelando la prueba técnica de acuerdo a las condiciones reales de competencia.

Al revisar las indicaciones del programa de preparación del deportista se comprobó que indica los objetivos de la preparación técnica sobre la base de la formación básica del Judo, para lo cual indica que deben ser vencido los contenidos del 6to y 5to Kyu (técnicas para cinturón blanco y amarillo) respectivamente, coincidiendo con los objetivos generales propuestos por los profesores en sus programa de enseñanza, observándose que al determinar los objetivos en cada una de las etapas los mismos no conciben en su programa uniformemente los contenidos de la preparación técnica que responden a la prueba técnica, además no se concibe un sistema de control donde interactúen y se pongan de manifiesto situaciones similares a la competencia.

Resultados de la encuesta inicial a los profesores.

Al aplicar la encuesta inicial a los profesores se pudo constatar que todos tienen conocimientos de los contenidos que se evalúan en la prueba técnica considerando todos de positiva la aplicación periódica de pruebas técnicas a nivel municipal en condiciones similares a la competencia provincial.

En la pregunta 3 todos coinciden en que aplican pruebas técnicas al realizar las eliminatorias para los juegos escolares y al concluir cada etapa, mientras que en otro orden de análisis se pudo conocer que los profesores desconocen los optimizadores de efectividad y los criterios de evaluación de la prueba técnica.

Ambos profesores refieren que no aplican ninguna metodología para la organización de los contenidos de la preparación técnica en cada una de las etapas del programa de enseñanza considerando que la aplicación de la prueba técnica si constituye un indicador evaluador de la efectividad del proceso de enseñanza pedagógica.

Se conoció que no se realiza ninguna actividad de carácter metodológico que permita coordinar y organizar el proceso de preparación técnica en los programas de enseñanza.

Resultados de la entrevista inicial a los profesores.

Al realizar los correspondientes análisis de las entrevistas realizadas a los

profesores pudimos confirmar que no existe metodología alguna que permita ordenar uniformemente los contenidos de la preparación técnica en los programas de enseñanza del municipio lo que repercute a la hora de realizar agrupamientos pues no hay coincidencia en la mayoría de las oportunidades en los contenidos que se pretenden evaluar en dichas actividades, además refieren que las actividades metodológicas que se desarrollan no responden a esta expectativa.

Plantean que sería un éxito si se aplicara una metodología que organizara uniformemente dichos contenidos en cada una de las etapas del programa de enseñanza partiendo de las indicaciones del programa de preparación del deportista y el programa de grados Kyu, así como que tengan en cuenta los estudios del profesor Andres Kolychkine Thomsom en su libro “Judo Arte y Ciencia” donde se definen las técnicas rectoras y las técnicas a fines, además de adecuar un sistema de control a nivel municipal o de competencias municipales que sirvan de modelaje de cómo se enfrentarían los alumnos a la prueba técnica.

Ambos profesores expresan que para vencer el programa de preparación técnica acuden a la experiencia que presentan como profesores prestando especial atención a los elementos básicos aunque no coinciden en el orden de aparición de los elementos técnicos.

Señalan que al preparar a los alumnos para el vencimiento de la prueba técnica

están garantizando el 50% de los resultados deportivos.

Al emitir criterios sobre posibles soluciones para mejorar los resultados de la prueba técnica reconocen la necesidad de unificar criterios para elaborar los programas de enseñanza, fundamentalmente para organizar la preparación técnica sobre la base de la preparación del alumno para enfrentar la prueba técnica y la competencia como tal.

Uno de los profesores hace referencia a la necesidad de establecer un sistema de evaluación y control periódicos para el vencimiento de los objetivos pedagógicos que dan respuesta a la prueba técnica.

Los profesores hacen referencia a la necesidad de incluir temas en las preparaciones metodológicas relacionadas con los criterios de evaluación correspondientes a la prueba técnica según la comisión nacional de judo y los optimizadores de efectividad de la prueba técnica.

Análisis del sondeo de opinión.

Como resultado de la aplicación de este método investigativo los profesores al opinar sobre el tema coinciden en que se debe tener en cuenta la clasificación de las técnicas en rectoras y a fines y que aparezcan dentro de los contenidos que indica el programa de preparación del deportista para la categoría en correspondencia con el programa de grados Kyu. Además de realizar el ajuste de los contenidos de la preparación técnica en las etapas para que sean evaluados dichos contenidos como parte de la competencia calendariada con

una periodicidad de tres meses al insertar la prueba técnica y de esta forma se realizaría un modelaje de lo que será la competencia provincial, evaluando en las etapas posteriores contenidos de etapas anteriores.

Otro de los aspectos resultantes es que al desarrollar los análisis de las etapas se realice como parte de una actividad metodológica conjunta que permita realizar ajustes pertinentes sobre la base de los principales problemas que se presenten en cada una de las etapas y de esta forma solucionar los mismos.

3.2 Presentación de la propuesta de acción metodológica para ordenar los contenidos de la preparación técnica que serán evaluados en la prueba técnica de la, categoría 9-10 años de Judo, en el Municipio de Remedios.

Nuestra propuesta encuentra su fundamento en las indicaciones del programa de enseñanza, el programa de grados Kyu, el programa de pruebas técnicas para las diferentes categorías de judo y los estudios realizados por Andrés Kolychkin referentes a la determinación de las técnicas rectoras y las técnicas a fin.

Teniendo en cuenta los objetivos del programa de enseñanza que indican desarrollar las habilidades básicas que han de servir de sostén a la preparación técnico-táctica de mayor nivel e iniciar el desarrollo de habilidades técnico – tácticas hasta un nivel que les permita aplicarlas en situaciones simples de combate. Dirigiendo el proceso formativo hacia la formación de habilidades básicas (Agarrar, desestabilizar, desequilibrar, empujar, amagar (para fintar y

engañar), halar, desplazarse, girar en los apoyos, transportar sobre la espalda, separar, adoptar posturas, obstaculizar, sujetar en el ne waza), el conocimiento y dominio de las técnicas hasta el cinturón amarillo (6to y 5to. Kyu), además de realizar ataques directos, acciones defensivas, contraataques, combinaciones simples, virajes y salidas, así como el programa de preparación técnica o grados Kyu **ANEXO** es que proponemos la siguiente acción metodológica:

Acción: Ordenar uniformemente en el municipio los contenidos de la preparación técnica sobre la base de las indicaciones del programa de preparación del deportista, el programa de grados Kyu y los estudios realizados por el profesor Andres Kolychkine teniendo en cuenta los objetivos a vencer en la prueba técnica por los alumnos de la categoría.

Objetivo: Organizar uniformemente en el municipio los contenidos de la preparación técnica que indican los documentos rectores para la enseñanza del Judo partiendo de la unificación de los criterios de los profesores con el propósito de lograr el mejoramiento de los resultados de las pruebas técnicas en la categoría 9-10 años de Judo.

Participantes: Profesores y alumnos.

Control: Modelaje de pruebas técnicas a partir de un sistema competitivo a nivel municipal, haciendo coincidir estas con la culminación de las etapas del programa de enseñanza, se tendrán en cuenta los criterios evaluadores y los optimizadores de efectividad de pruebas técnicas, así como actividad de

carácter metodológico donde se realicen los correspondientes análisis cualitativos y cuantitativos de cada una de las etapas.

Valoración de la acción: Esta acción nos permite unificar criterios y organizar uniformemente los contenidos de la preparación técnica sobre la base de los documentos rectores para la preparación en el municipio y preparar al alumno para el vencimiento con resultados satisfactorios de la prueba técnica.

Propuesta de distribución de los contenidos de la preparación técnica en el programa de enseñanza de los profesores de la categoría 9 – 10 años de Judo en el municipio Remedios.

	Primera etapa.	Segunda etapa.	Tercera etapa.
Historia del judo.	-Creador del judo. -Antecedentes históricos. -Introducción del judo en Cuba.	-Principales exponentes del Judo en Cuba. -Historia del judo en la localidad	-Integración de todos los conocimientos.
Reglas y arbitraje.	-Partes judogui. -Doblar el judogui. -Ponerse el judogui. -Principales voces de los árbitros. -Demostrarlos.	-Área de competencia. -Principales señales de los árbitros. -Principales formas de alcanzar la victoria. -Demostrarlos.	-Integración de todos los conocimientos.
Ejercicios gimnásticos.	-Demostrarlos.	-Demostrarlos.	-Demostrarlos.
Elementos básicos.	-Identificación demostración en Tashi y Ne Waza.	-Interrelacionarlos y demostrarlos en Tashi y Ne Waza.	-Interrelacionarlos y demostrarlos en Tashi y Ne Waza.
Técnicas de Ashi Waza. (piernas)	-O Soto Gari. -De Ashi Barai. -Hiza Guruma	-Sasae Tsuri Komí Ashi. -O Ushi Gari.	-Demostración en desplazamientos.
Técnicas de Koshi Waza. (cadera)	-Uki Goshi. -O Goshi. -Koshi Guruma.	-Tsuri Komí Goshi.	-Demostración en desplazamientos.

Técnicas de Kata Waza. (hombros)	- Ippon Seoi Nage	-Seoi Nage	-Demostración en desplazamientos.
Técnicas de Osae Komi Waza. (inmovilizaciones)	<ul style="list-style-type: none"> -Kesure Kesa Gatame -Kesa Katame - Kata Gatame -Makura Kesa Gatame -Defensas y salidas. -Demostración en complejo de habilidad. 	<ul style="list-style-type: none"> -Kami Shijo Gatame -Yoko Shijo Gatame -Tate Shijo Gatame -Defensas y salidas. -Demostración en complejo de habilidad. 	<ul style="list-style-type: none"> -Demostración en complejo de habilidad.
Renkaku Waza. (Combinaciones)		<ul style="list-style-type: none"> -De Ashi Barai – O Soto Gari. -De Ashi Barai – Seoi nage. 	<ul style="list-style-type: none"> -Seoi nage – O Ushi Gari.
Gonosen No Waza. (Contraataques)		<ul style="list-style-type: none"> -O Soto Gari – O Soto Gari. -O Goshi – Uki Goshi. 	<ul style="list-style-type: none"> -O Ushi Gari – Sasae Tsuri Komi Ashi.

Algunas consideraciones a tener en cuenta al aplicar la prueba técnica.

Para la aplicación de la propuesta al aplicarse las pruebas técnicas se tuvo en cuenta los optimizadores de efectividad y los Criterios de evaluación técnico táctica que se aplican en las evaluaciones de pruebas técnicas, debiendo de acotar que los elementos técnicos evaluados se evaluaron en base a 100 puntos y luego aplicando la escala de 20 puntos como indican los optimizadores de calidad.

Optimizadores de efectividad:		
Cualitativos	Cuantitativos	Evaluación
Altamente efectivo	20 – 17	MB
Efectivo	16 – 13	B
Relativamente efectivo	12 – 9	R
Indeterminado	8 – 5	M
Inefectivo	4 – 0	MM

Criterios de evaluación técnico táctica:

Muy Bien: Cuando Tori ejecuta la acción motriz de forma segura y altamente eficaz, aprovechando el Kuzushi óptimo para responder a los requisitos técnicos específicos en el transcurso de los movimientos básicos de ataque en un fluido continuo, rítmico, y racional.

Bien: Cuando Tori ejecuta la acción motriz de forma eficaz con un acercamiento al empleo de las formas fundamentales del Kuzushi que

responden a la lógica esencial de los requisitos técnicos en el transcurso de los movimientos básicos de ataque en un fluido continuo, rítmico, y racional.

Regular: Cuando Tori ejecuta la acción motriz de forma relativamente eficaz con presencia de errores técnicos secundarios, no determinantes, en el empleo de las formas fundamentales del Kuzushi para responder sólo a algunos requisitos técnicos específicos, en el transcurso de los movimientos básicos de ataque métrico, donde se altera el ritmo y predomina lo irracional.

Mal: Cuando Tori ejecuta la acción motriz de forma indeterminada respecto a su probabilidad de efectividad por la presencia de errores técnicos fundamentales, determinantes en el aprovechamiento de las formas fundamentales del Kuzushi que limita la respuesta a los requisitos técnicos y el transcurso de los movimientos básicos de ataque que impide la ejecución técnica racional.

Muy Mal: Cuando Tori no identifica la terminología de la técnica y/o ejecuta otra acción motriz de forma consiente, sin analizar la lógica esencial de los movimientos básicos de ataque objeto de evaluación técnico táctica.

3.3 Análisis de los resultados de la aplicación.

Como resultado de la aplicación de la propuesta se logro un mejor criterio valorativo desde el punto de vista cuantitativo y cualitativo de la marcha del proceso de preparación técnica, lo que se define al realizar los análisis de los resultados de las tres pruebas técnicas aplicadas al concluir cada una de las etapas permitiendo definir pronósticos de resultados mas acertados y precisos.

Análisis de los resultados de la aplicación a partir de los resultados de las pruebas técnicas realizadas al concluir las etapas y los resultados de la prueba técnica en la competencia provincial.

Elementos a evaluar.	Prueba 1	Prueba 2	Prueba 3	Resultados de la prueba técnica en la competencia provincial.
Historia del judo.	5	5	5	5
Reglas y arbitraje.	5	5	5	5
Ejercicios gimnásticos.	7	8	8	7
Elementos básicos.	12	13	13	14
Técnicas de Ashi Waza.	7	7	8	7
Técnicas de Koshi Waza.	8	9	9	8
Técnicas de Kata Waza.	9	9	9	9
Técnicas de Katame Waza.	8	8	9	8
Defensas.	7	8	9	8
Combinaciones.		8	8	8
Contraataques.		7	8	7
Total. (100 Pts)	68	87	91	86
Total. (20 Pts)	17	17,4	18,2	17,2

Permitió además identificar cuales eran las problemáticas que pudieran incidir de forma negativa sobre los resultados e ir trabajando para superarlas, ejemplo de ello lo constituyo el trabajo para superar las deficiencias presentadas en lo referente a los elementos básicos que constituyen la base de la formación en estas edades y del Judo en general prestándosele especial atención a los desequilibrios y a las caídas, fundamentalmente las de frete.

Otro de los aspectos que se considero pudiera incidir de forma negativa incidió fue la ejecución de los elementos gimnásticos influyendo fundamentalmente las demostraciones de las divisiones de peso pesado que tienen marcadas limitaciones para ejecutarlas por encima de las permisibles para estos casos.

Las ejecuciones de las técnicas de pierna y las combinaciones también fueron consideradas entre los elementos con dificultades que pudieran incidir en el resultado y al confrontar los resultados se aprecia su incidencia negativa en la prueba final.

III Conclusiones

1. No existe en el municipio ninguna acción metodológica que permita ordenar los contenidos de la preparación técnica que serán evaluados en la prueba técnica de la categoría 9-10 años de Judo, en el Municipio de Remedios.
2. Para la determinación de la acción metodológica que permita ordenar los contenidos de la preparación técnica que serán evaluados en la prueba técnica de la categoría 9-10 años de Judo se hace necesario tener en cuenta los documentos rectores del proceso de enseñanza, las definiciones de las técnicas rectoras y las técnicas a fines del profesor Andres Kolychkine en su libro “Judo Arte y Ciencia”, así como los indicadores para la evaluación de la prueba técnica.
3. Como resultado de la aplicación de la propuesta se logro un mejor criterio valorativo desde el punto de vista cuantitativo y cualitativo de la marcha del proceso de preparación técnica, lo que se define al realizar los análisis de los resultados de las tres pruebas técnicas aplicadas al concluir cada una de las etapas permitiendo definir pronósticos de resultados mas acertados y precisos.

Recomendaciones.

- Realizar este estudio en las otras categorías que se trabajan en el municipio con el propósito de hacer más eficiente el proceso de enseñanza técnica del deporte y contribuir a mejorar los sistemas de control con la intención de mejorar los resultados integrales de la preparación del deportista.
- Continuar trabajando en el perfeccionamiento de la acción así como en el estudio de otras que permitan enriquecer el arsenal de preparación de los futuros deportistas.

IV Bibliografía.

1. Adams, N. (1993) Los Agarres. SERIE JUDO MASTERCLASS Barcelona, Editorial Paidotribo.
2. Alexeev, A. V. (1991) A Superarse! tr. Del ruso por E. González Fdez, Moscú, Editorial Vzhneshtorgizdat.
3. Alto Rendimiento, D. T. M. (2004) Insuficiencias pedagógicas más significativas del Curso 2003-2004 en la provincia de Villa Clara, Santa Clara, INDER provincial.
4. Becali Garrido, A. (1989) Análisis de la Estructura de la técnica en Judo y su relación con los elementos básico. Trabajo de Diploma, La Habana, ISCF "Manuel Fajardo".
5. Bozhovich, L. I. (1976) La personalidad y su formación en la edad infantil. Ciudad de la Habana, Editorial, Pueblo y Educación.
6. Bulatov, A. y Prozorov, V. (1965) Sorpresa táctica. Moscú, Editorial Progreso.
7. Brouse, M. y Matsumoto, D. (1999) Judo, a sport and a way of life. Edición, Federación Internacional Judo.
8. Cañizares Hernández, M. y col. Aspectos psicológicos de la iniciación deportiva. Revista Acción (La Habana) No.2/ 2005, 30 – 33 p.
9. Copello J., M. (2001) Diseño didáctico para la formación de los judokas a partir de la estructura de las acciones y los Elementos Básicos. Tesis de

grado (Doctor en Ciencias de la Cultura Física) La Habana, ISCF “Manuel Fajardo”.

10. Copello J., M. (2001) Judo. Control del rendimiento táctico. Revista Acción (Ciudad de la Habana) No.1/ 2005, 19 – 24 p.
11. Cortegaza F., L. y col. (2006) Programa de Enseñanza. *En*: Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo. Ciudad de la Habana, ISCF “Manuel Fajardo”.
12. Duardo Rodríguez, W. (2000) Metodología de la enseñanza del Judo. Colombia, Disponible en: judowilfredo@yahoo.com.
13. Forteza de la Rosa, A y Ranzola, R. (1988) Bases metodológicas del Entrenamiento Deportivo. Ciudad de la Habana, Editorial Científico Técnica.
14. Forteza R, A. (1998) Las campanas estructurales del entrenamiento deportivo. Revista Kinesis (Colombia) No. 25: 9 – 12p.
15. García Manso, J. M. y Col. (1996) Planificación del entrenamiento deportivo (Fotocopia).
16. Harre, D. (1982) Teoría y Metodología del entrenamiento deportivo La Habana, Editorial Científico Técnica.
17. Hechevarria, M. y Col. (2006) Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo. Ciudad de la Habana, ISCF “Manuel Fajardo”, 310 – 330.
18. Jiménez Amaro, J. S. y Col. (1991) Programa de preparación del deportista. Ciudad de la Habana, Comisión Nacional de Judo.

19. Kashiwazaki K. (1995). Atacar en Judo. SERIE JUDO MASTERSCLASS, K. Barcelona, Editorial Paidotribo.
20. Kawaishi M. (1964). Mi método de Judo. Barcelona, Editorial Bruguera S.A.
21. Kolychkine T. A. (1987). Judo, Arte y Ciencia. Ciudad de la Habana, Editorial Científico Técnica.
22. Kudo K. (1987). Judo en Acción. Tomo I y II. Ciudad de la Habana, Editorial Pueblo y Educación.
23. Manual del árbitro de Judo. [Et Al], (1998) Federación Internacional de Judo (FIJ).
24. Mesa A, M. (2007) El criterio de expertos. Reflexiones sobre su empleo en la investigación. (Conferencia Especializada) Villa Clara, Programa Doctoral FCF "Manuel Fajardo".
25. Morales, A. (2007) Indicaciones para la enseñanza y el aprendizaje en los Deportes. (Conferencia especializada) Disponible en soporte digital), Villa Clara, Programa Doctoral FCF "Manuel Fajardo".
26. Ozolin N. G. (1986) La Preparación Técnica: En Sistema Contemporáneo Entrenamiento Deportivo. Ciudad de la Habana, Editorial Científico Técnica.
27. Roble Rodríguez, J. (2003) La enseñanza del Judo mediante una metodología activa. Revista Digital (Buenos Aires) Disponible en: <http://www.efedeportes.com/>. Consultado en septiembre del 2003.
28. Rosa P, E. y Bermúdez R, I. D. (2005) Formación básica del Judo: Informe Final del Proyecto Territorial Villa Clara, FCF "Manuel Fajardo".

29. Santana Lugones, J. L. (1999) Curso de deporte y medio Ambiente: Una alternativa para la formación ambiental de los profesionales del eslabón de base del Alto Rendimiento. Tesis de Maestría (Maestría en entrenamiento deportivo) Villa Clara, FCF "Manuel Fajardo".
30. Talízina F. N. (1987) Los contenidos de la enseñanza. La planificación y organización el proceso docente educativo. Ciudad de la Habana, MES.
31. M, I y Reyes D, M. (1984) Manual técnico metodológico para instructores y entrenadores de Judo. La Habana, Comisión Nacional de Judo.
32. Veitia V, R., Noda B, J. y Col. (1997) Tareas de la preparación física y técnico
33. táctica de los equipos nacionales de Judo masculino y femenino en un macrociclo de preparación. Ciudad de la Habana, Edición CEAR "Cerro Pelado".
34. Vigotski, L. S. (1994) Zona de desarrollo próximo en el niño y el proceso de instrucción del conocimiento. México, Editorial S. E. P. (Fotocopia).
- 35.** Zimkin N. V. (1987) Fisiología Humana. Ciudad de la Habana, Editorial Científico Técnica

Anexo: 2

Guía para muestrear los programas de enseñanza.

Plan gráfico:

1. Ubicación de la competencia fundamental.
2. Ubicación de las pruebas técnicas.
 - Cuantas pruebas tiene planificada general.
 - Cuantas pruebas se planifican por etapa.
 - Hay coincidencia de la competencia preparatoria con las pruebas técnicas.
 - La preparación técnica se encuentra desglosada en el plan gráfico.

Plan escrito:

- Distribución de los contenidos teóricos por etapa.
- Distribución de los contenidos técnicos por etapa.
- Planificación de las pruebas técnicas y correspondencia con los contenidos.
- Correspondencia de la planificación gráfica con la escrita.

Anexo: 3

Escala de evaluación por aspectos.

Elementos a evaluar	Evaluación.
Historia del Judo	5
Regla y arbitraje	5
Ejercicios gimnásticos.	5
Elementos Básicos del Judo Tashi Waza.	15
Técnicas de Ashi Waza.	10
Técnicas de Koshi Waza	10
Técnicas de Kata Waza	10
Técnicas de katame waza	10
Acción defensiva	10
Combinación	10
Contraataque	10
Puntuación Total	100

Anexo: 4

Entrevista a profesores.

Objetivo: Recoger los criterios que tengan los profesores con respecto a la importancia de organizar uniformemente los contenidos de la preparación técnica que serán evaluados mediante la prueba técnica en las categorías de iniciación así como conocer otros criterios para mejorar el proceso de enseñanza y control.

Estimado profesor, como ya usted conoce nos encontramos realizando una investigación relacionada con la organización de los contenidos de preparación técnica que se evalúan a través de la prueba técnica del Judo en la categoría 9-10 años por lo que quisiéramos que nos emitiera algún criterio relacionado con la importancia que usted le confiere a este tipo de actividad y que pudiera usted sugerir para mejorar los resultados de su equipo.

Anexo: 5

Encuesta a profesores.

Con el propósito de mejorar los resultados en lo referente a preparación técnica partiendo del ordenamiento de los contenidos de la misma y que a su vez serán evaluados en la prueba técnica es que se realiza la siguiente encuesta. Por lo que esperamos contar con su modestia y consiente colaboración.

1. Conoce usted los contenidos que se evalúan en la prueba técnica de su categoría

SI ____ NO ____

2. Considera usted que los contenidos de la preparación técnica pueden ser evaluados periódicamente a través de la prueba técnica a nivel municipal en condiciones similares a la competencia.

SI ____ NO ____

3. Aplica a sus alumnos prueba técnica piloto como parte del proceso de enseñanza

SI ____ NO ____

De ser afirmativa su respuesta defina con que frecuencia

Mensual ____ Bimensual ____ Trimestral ____

Antes de una competencia preparatoria ____

Al realizar la eliminación para los juegos escolares ____

Al concluir cada etapa _____

4. Conoce los criterios de evaluación correspondientes a la prueba técnica según la comisión nacional de judo y los optimizadores de efectividad de la prueba técnica

SI _____ NO _____

5. Para organizar los contenidos de preparación técnica en los programas de enseñanza se aplica alguna metodología que establezca el vencimiento de los objetivos de la misma por etapas.

SI _____ NO _____

6. Considera que la prueba técnica constituye un indicador evaluador de la efectividad del proceso de enseñanza pedagógica

SI _____ NO _____

7. Se realiza en su municipio alguna actividad metodológica propia del deporte que permita a los profesores coordinar y organizar uniformemente el proceso de preparación técnica en los programa de enseñanza

SI _____ NO _____