

Vol. 22, 2025, pp. e1074 ISSN: 1819-4028

Segunda etapa

<https://deporvida.uho.edu.cu>

La enseñanza-aprendizaje de la táctica defensiva en los luchadores del estilo libre

Tomás Martínez Tabera

Universidad de Guantánamo, Cuba.

<https://orcid.org/0009-0002-9546-8361> martineztaberatomas@gmail.com

Inalvis Mengana Osorio

Universidad de Guantánamo, Cuba.

<https://orcid.org/0000-0001-8204-8056> inalvis@cug.co.cu

Lourdes Ocaña Charon

Universidad de Guantánamo, Cuba.

<https://orcid.org/0000-0003-0405-8157> lourdeso@cug.co.cu

Recibido: 24/I/2025

Aceptado: 29/IV/2025

Publicado: 21/VI/2025

Artículo original

Resumen: El artículo que se presenta destaca la importancia de la enseñanza-aprendizaje de la táctica defensiva en la lucha del estilo libre categoría 11-12 años de la preselección provincial de Guantánamo. Este, a la vez, reconoce las limitaciones teóricas y metodológicas en esta temática y responde a necesidades declaradas en las estrategias nacional y provincial de este deporte. Por tanto, el perfeccionamiento de la táctica defensiva constituye una propuesta dirigida a los entrenadores para lograr una adecuada enseñanza-aprendizaje en los luchadores del estilo libre que implica comprender cómo anticiparse y responder ante los errores del contrario. Este proceso se basa en preparar tácticamente condiciones favorables para acciones técnicas, contraataque y defensas. Para tales propósitos se utilizaron métodos como el análisis bibliográfico, encuesta, observación, a partir de los cuales se revelaron insuficiencias en este proceso. Todo ello, presenta como principal resultado que el proceso de enseñanza-aprendizaje del luchador manifieste en su generalidad, un enfoque más ofensivo que defensivo.

Palabras clave: enseñanza-aprendizaje; táctica defensiva; lucha libre

Teaching-learning of defensive tactics in freestyle wrestlers

Abstract: The article presented highlights the importance of teaching-learning defensive tactics in freestyle wrestling in the 11-12-year-old category of the Guantanamo provincial preselection. It also recognizes the theoretical and methodological limitations in this subject and responds to needs stated in the national and provincial strategies of this sport. Therefore, the improvement of defensive tactics constitutes a proposal directed to coaches to achieve adequate teaching-learning in freestyle wrestlers that involves understanding how to anticipate and respond to the opponent's mistakes. This process is based on tactically preparing favorable conditions for technical actions, counterattacks and defenses. For such purposes, bibliographical analysis, survey, and observation methods were used, from which inadequacies in this process were revealed.

Keywords: teaching-learning; defensive tactics; freestyle wrestling

Ensino-aprendizagem de tática defensiva em lutadores de estilo livre

Resumo: O artigo apresentado destaca a importância do ensino-aprendizagem de táticas defensivas na luta livre da categoria 11-12 anos da pré-seleção provincial de Guantánamo. Isto, ao mesmo tempo, reconhece as limitações teóricas e metodológicas sobre este tema e responde às necessidades declaradas nas estratégias nacionais e provinciais deste desporto. Portanto, o aprimoramento das táticas defensivas constitui uma proposta voltada aos treinadores para alcançarem um ensino-aprendizagem adequado em lutadores de estilo livre que envolve compreender como antecipar e responder primeiro aos erros do adversário. Este processo baseia-se na preparação tática de condições favoráveis para ações técnicas, contra-ataques e defesas. Para tanto, foram utilizados métodos de análise bibliográfica, levantamento e observação, a partir dos quais foram reveladas insuficiências neste processo.

Palavras-chave: ensino-aprendizagem; táticas defensivas; luta livre

Introducción

La lucha libre es uno de los deportes que para mantener su desarrollo es necesario establecer un vínculo bilateral entre la ciencia y el progreso táctico. Referido a esto, Matveev (1983), aludió a la necesidad de prever la asimilación de los fundamentos teóricos de la táctica deportiva, dígame, adquisición de conocimientos. Así como a los pertenecientes al arsenal de recursos tácticos y condiciones en que deben ser aplicados en el deporte.

López et al. (2016), destacan la importancia que tiene en la preparación del luchador, el desarrollo de los cinco componentes de la preparación; los que deben desarrollarse en estrecha relación, en ocasiones de manera integral. Como consecuencia, en los últimos años se aprecia una creciente preocupación por parte de la dirección de este deporte por el perfeccionamiento de la enseñanza-aprendizaje de la táctica dentro del escenario competitivo.

En la actualidad la exigencia de competición en la lucha libre es cada vez más alta, y obliga a los entrenadores a poseer una mayor preparación que les permita dotar a los luchadores de los conocimientos y habilidades tácticas necesarias para desempeñarse en los diferentes contextos deportivos. Desde esa perspectiva, la mejora de la enseñanza táctica defensiva de los luchadores del estilo libre es fundamental. En ello, la labor del entrenador tiene que estar dirigida entre otras aristas, a cómo proceder con cada una de las habilidades táctico-defensivas en el proceso de enseñanza-aprendizaje durante las clases de entrenamiento.

En ese sentido Toledo (2009) se basa en la estructuración del contenido en la lucha deportiva desde una perspectiva técnico-táctica del entrenamiento, en la que se manifiestan elementos técnicos de la lucha deportiva a partir de las posiciones de esta; o sea, en la posición de pie y en cuatro puntos considerando las acciones ofensivas, defensivas y contraofensivas, pero con énfasis en lo técnico.

Lo que demuestra que referente a la enseñanza-aprendizaje de la táctica defensiva y su dirección conveniente se adolece de los fundamentos teóricos y metodológicos que permiten adentrarse objetivamente en ese orden para su aplicación científica.

Métodos

La población y la muestra coinciden, y la constituyeron 40 luchadores de la categoría 11-12 años de la preselección provincial de lucha libre categoría 11-12 años de Guantánamo; dos entrenadores del estilo libre, cinco profesores que trabajan en esta categoría, dos directivos del deporte y tres especialistas de la lucha libre. Para la selección de los entrenadores que conformaron la muestra se tuvieron en cuenta los criterios: experiencia profesional y disposición para participar en la investigación.

En el desarrollo de esta investigación se emplearon los siguientes métodos: el análisis bibliográfico permitió realizar un estudio en torno a los conceptos y teorías existentes en relación con el tema, así como la fundamentación del problema. Se empleó con la intención de tener la información real de los antecedentes del tratamiento de la preparación táctica, así como para conocer los métodos y estilos utilizados en revisión de planes de entrenamientos, programas de preparación del deportista.

La encuesta fue utilizada con el objetivo de conocer el estado de conocimiento que poseen los luchadores y entrenadores acerca del proceso de enseñanza- aprendizaje de la táctica defensiva y su tratamiento. Mientras que la observación permitió hacer una valoración en cuanto a las características del proceso de enseñanza-aprendizaje de la táctica defensiva de los luchadores del estilo libre. El objetivo de este método centró su atención en la solución de situaciones.

Resultados

El proceso de enseñanza-aprendizaje de la táctica busca el logro de un comportamiento óptimo por parte del luchador del estilo libre en las competiciones, para lo cual debe valerse de todas sus capacidades y habilidades individuales. En cuanto a las habilidades tácticas, su objetivo es el mejoramiento del conocimiento táctico, al proporcionarles el análisis de un problema o situación que posibilita la planificación de la solución, su ejecución y la evaluación de la efectividad de sus acciones, así como juzgar las consecuencias basadas en sus decisiones.

En observaciones realizadas a 20 clases durante el entrenamiento a la preselección provincial de lucha libre categoría 11-12 años de Guantánamo, se constató que, una de las dificultades, es la limitada capacidad de los luchadores del estilo libre para el enfrentamiento a las diversas complejidades que caracterizan la competición deportiva moderna. Esto está dado por diversas causas, entre ellas destacan: la utilización de metodologías, métodos y procedimientos fragmentados que reducen la capacidad creadora para la solución de problemas de forma grupal e individual.

Las mismas se realizan con poca similitud a la situación real del combate, ya que se concentran en la ejecución propiamente técnica; lo que no permite que los luchadores puedan comprender cómo anticiparse y responder antes los errores del contrario.

Del análisis realizado, se obtuvieron las regularidades siguientes:

El proceso de enseñanza-aprendizaje de la táctica defensiva del luchador del estilo libre en la categoría objeto de estudio, es limitada, no centrada en cumplir las expectativas individuales y grupales, sin alcanzar suficientes precisiones para la concreción de su perfeccionamiento desde el punto de vista teórico, práctico y metodológico.

Predomina un enfoque tradicional que se centra en las ejecuciones técnicas sin considerar el análisis táctico.

Se carece de nuevos procederes para el tratamiento de la preparación táctica. A pesar de que existe una generalidad en las orientaciones de los entrenadores, que parte de la determinación

de las necesidades de los luchadores, estas no están sistematizadas lo suficientemente como para atender sus demandas cognoscitivas; además cada entrenador lo hace a partir de su experiencia.

La inadecuada concepción del proceso de enseñanza-aprendizaje de la táctica defensiva en la base, ha complejizado el proceso de preparación del deportista en la categoría 11-12 años de la preselección provincial del estilo libre.

Discusión

La enseñanza de la táctica defensiva es fundamental; y, por lo general, los procesos de enseñanza y preparación se entienden como uno solo. En realidad, la enseñanza es un elemento clave dentro de la preparación, la cual es un concepto más amplio. Como disquisición, se asume lo planteado por Matveev (1983), quien señala que la preparación del deportista depende del aprovechamiento de todo el conjunto de medios que aseguran el logro y la elevación de la predisposición para alcanzar resultados deportivos.

En esta dirección, López y Tamayo (2016), y González (2020), ofrecen un grupo de elementos que permiten al entrenador guiar el accionar táctico del atleta, pero reducen la riqueza del aspecto táctico, se limitan a ofrecer recomendaciones para las acciones tácticas, reduciendo así la riqueza del componente táctico, además, en dichas propuestas se observan métodos directivos para la enseñanza, los cuales están centrados en la enseñanza técnica” (como se citó en Fernández et al., 2022, p. 199).

“Fernández (2020), relacionando la preparación táctica con los factores psicológicos, concluye acerca de la importancia del control emocional, imprescindible para el logro de la concentración que permita llevar a cabo de manera adecuada la conducción del combate” (como se citó en Fernández et al., 2022, p. 198). De lo expresado anteriormente, se infiere que la táctica consiste en las adaptaciones que realizan los luchadores del estilo libre a condiciones inesperadas producidas durante un enfrentamiento, orientada al logro de un objetivo parcial (pero siempre teniendo en cuenta el objetivo global).

Por otra parte, “Rodríguez (2017) plantea que una de las debilidades de los deportistas cubanos en los Juegos Olímpicos resultó la aplicación de la táctica en las acciones competitivas, reafirmando la existencia de limitaciones en el tratamiento de este componente de la preparación” (como se citó en Fernández et al., 2022, p. 198). Por lo que a juicio de los autores conlleva hacer los arreglos necesarios para un determinado fin; es decir, la capacidad para promover un resultado en la base.

La preparación del deportista ha devenido en cambios considerables para el fortalecimiento de la misma. Empezó como una preparación destinada más a lo físico que a lo técnico y hoy resulta

una reparación que contiene lo psicológico, lo teórico y lo táctico; o sea, el proceso de enseñanza-aprendizaje en sí.

De manera que el entrenador se enfoca más en los elementos técnicos que en los tácticos, lo cual produce un estancamiento en cuanto a la concepción integradora de la enseñanza de la táctica defensiva y su expresión concreta por el luchador en la actividad combativa, específicamente en el dominio del centro del colchón. Es por ello, que estos demuestran poco arsenal táctico defensivo en su desempeño a través de los combates. Por otro lado, el conocimiento teórico de los entrenadores es limitado, lo cual conduce a que sea insuficiente dicha enseñanza, manifestada en el desarrollo de habilidades táctico-defensivas.

Al respecto, se considera que la enseñanza-aprendizaje de la táctica ha devenido en cambios considerables para el fortalecimiento de la misma, la cual ha ido transitando:

- ✓ de un proceso de enseñanza-aprendizaje táctico empírico, hasta el más alto rigor científico, pero con interrelación limitada entre lo técnico y lo táctico.
- ✓ de una duración ilimitada del tiempo de los combates, hasta la consideración de reglas actuales que permiten al entrenador orientar en función del proceso de enseñanza-aprendizaje de la táctica para la utilización de la acción técnica más eficaz y conseguir la victoria.
- ✓ de la introducción de nuevos procedimientos estratégicos que favorecieron una lucha libre más inteligente; pero aún deficiente, por lo que requiere de un accionar técnico-táctico para su perfeccionamiento.
- ✓ de un proceso de enseñanza-aprendizaje táctico, con predominio de lo técnico a un mejor tratamiento de lo táctico durante su desarrollo, con mayor organización y proyección en función de las habilidades tácticas, pero con limitaciones en ese proceder.
- ✓ de una preparación táctica fragmentada, con pobre relación entre las diferentes preparaciones, a un fortalecimiento de la relación entre lo general, lo particular y lo específico, pero solo en un marco estructural que aún no da respuesta al creciente carácter diverso de este proceso.

En ese orden de pensamiento se asume lo planteado por González (2013), que establece un orden metodológico para el desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje de las acciones técnico-tácticas en la lucha deportiva.

- ✓ Información clara y exacta del contenido a desarrollar.

- ✓ Terminología de la acción táctica con una breve explicación de la misma.
- ✓ Utilización de procedimientos didácticos.
- ✓ Exposición general de la acción táctica por ambos lados y distintos ángulos.
- ✓ Demostración de la acción táctica por partes y de forma lenta.
- ✓ Rediseño por parte de los luchadores de la acción táctica por partes y de forma lenta.
- ✓ Repeticiones de acciones tácticas con gradual complejidad de las condiciones de ejecución.
- ✓ Demostración general de la técnica y la acción táctica por parte del entrenador, con el fin de corregir los posibles errores e indicar en qué parte se están cometiendo.
- ✓ Modelación de la acción táctica por parte de los luchadores.

La enseñanza-aprendizaje de la táctica defensiva en la lucha libre es un proceso integral que combina teoría, práctica y evaluación. Al implementar estrategias efectivas, los entrenadores pueden desarrollar luchadores más competentes y preparados para enfrentar desafíos en el tapiz. La defensa no solo es una habilidad técnica, sino también una mentalidad que permite a los luchadores adaptarse y superar adversidades en las competiciones.

En ese sentido, los luchadores del estilo libre se ven compulsados a un ritmo de combate cada vez más fuerte, con momentos de aceleraciones sorprendidas, en tanto otros son de pausa y distracción, con predominio de la rapidez, así como de la precisión en las ejecuciones técnicas. Lo antes planteado, repercute en la categoría 11-12 años debido a sus características peculiares, el trabajo con estos luchadores posibilita ir adaptando el cuerpo y capacitándolo para el desarrollo de las diferentes habilidades esenciales, en especial las tácticas. Todo ello, de manera adecuada para que su paso por las distintas edades les permita, que vaya evolucionando tanto física, como mentalmente.

Conclusiones

El tránsito de la enseñanza-aprendizaje de la táctica defensiva en la lucha libre ha posibilitado la mejoría en el desempeño de entrenadores y luchadores durante la competición en la obtención de resultados, pero aún es deficiente debido a que no da respuesta a los cambios existentes en la lucha actual. Esto conduce a que el proceso de enseñanza-aprendizaje del luchador manifieste en su generalidad un enfoque más ofensivo que defensivo, o sea, el entrenador se enfoca más en los elementos técnicos que en los tácticos.

Referencias bibliográficas

Fernández, L. A., Cedeño, O. de J., La Rosa, J. y Lanza, A. de la C. (2022). El tratamiento de la preparación táctica del luchador, sustentado en exigencias, contenidos y medios tácticos.

Podium, 17(1), 196-210. <https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/1154>

González, S. A. (2013). *Técnica y táctica de la lucha deportiva*. Deportes.

López, R., Perera, M. y Tamayo, Y. (2016). La preparación teórica en el proceso de enseñanza aprendizaje de la lucha olímpica. *Revista Conrado*, 12(56).
<https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/421>

Matveev, L. P. (1983). *Fundamentos del entrenamiento deportivo*. Raduga.

Toledo, R. M. (2009). La estructuración de los contenidos en la lucha deportiva desde una concepción técnico-táctica del entrenamiento. [Tesis de maestría, Universidad Central “Marta Abreu” de Las Villas] <https://dspace.uclv.edu.cu/items/6d1974e5-3702-4a11-90d4-d360ce1f683d/full>

Conflicto de intereses

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses

Declaración de contribución de autoría

Tomas Martínez Tabera: conceptualización, análisis formal, investigación, visualización, redacción-borrador y original.

Inalbis Mengana Osorio: metodología, supervisión, redacción-revisión y edición.

Lourdes Ocaña Charon: conceptualización, recursos, validación.