

Vol. 22, 2025, pp. e1145 ISSN: 1819-4028

Segunda etapa

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

Acciones técnico-tácticas para incentivar la lateralidad no dominante del luchador grecorromano, categoría escolar

Liuver Despaigne Rojas*

Dirección Municipal de Deportes Santa Clara. Villa Clara, Cuba. <https://orcid.org/0009-0000-2806-8865> ldespaigne@uclv.cu

Jorge Abundio González Pascual

Universidad Central Marta Abreu de las Villas. Villa Clara, Cuba. <https://orcid.org/0000-0003-3357-074x> jgpascual@uclv.cu

Ricardo Enrique Ibañez Díaz

Universidad Central Marta Abreu de las Villas. Villa Clara, Cuba. <https://orcid.org/0000-0002-5375-7002> riibanez@uclv.cu

Greta Espinosa Samper

Universidad Central Marta Abreu de las Villas. Villa Clara, Cuba. <https://orcid.org/0000-0003-2433-5967> gresamper@uclv.cu

***Autor para la correspondencia.**

Recibido: 23/IX/2025

Aceptado: 15/XI/2025

Publicado: 10/XII/2025

Tipo de artículo: original

Resumen: En la Lucha Grecorromana, categoría (13-15 años), la ejecución de las acciones técnico-tácticas por la lateralidad no dominante resultan fundamentales para el éxito competitivo. Este dominio permite formar luchadores versátiles y adaptables, otorgándoles la capacidad de responder de manera impredecible a las constantes variaciones del combate en cuanto a posiciones, intensidad del esfuerzo y las demandas físico-psicológicas. De ahí, la necesidad de elaborar un conjunto de acciones específicas para incentivar la ejecución técnico-táctica por la lateralidad no dominante en el contexto competitivo, en los luchadores de esta categoría y estilo de la provincia de Villa Clara. Para su desarrollo se han empleado varios métodos del nivel teórico y empírico, tales como: el analítico-sintético, el inductivo-deductivo, el análisis de documentos, la encuesta, la observación, la triangulación metodológica, el criterio de usuarios, experimento y el estadístico-

matemático. Se aporta un conjunto de acciones técnico-tácticas para incentivar la lateralidad no dominante del luchador grecorromano, se presenta un proceder práctico que permite su evolución y se describen los criterios emitidos por los usuarios, referente a la propuesta y su influencia en la actividad competitiva en los luchadores del estilo Greco-romana de la categoría (13-15 años) de Villa Clara. El sistema de influencia mejoró el rendimiento técnico-táctico al promover un estilo de lucha más versátil. El cambio clave fue el aumento sustancial en el uso de la lateralidad no dominante, haciendo a los luchadores versátiles, sin que el número total de técnicas variara significativamente.

Palabras clave: luchador; acciones técnico- tácticas; lateralidad no dominante

Technical-Tactical Actions to Encourage the Non-Dominant Lateralization of the Greco-Roman Wrestler, School Category

Abstract: In Greco-Roman wrestling, category (13-15 years), the execution of technical and tactical actions using non-dominant laterality is essential for competitive success. This mastery allows for the development of versatile and adaptable wrestlers, giving them the ability to respond unpredictably to the constant variations in combat positions, intensity of effort, and physical and psychological demands. The findings of the research process point to the need to develop a set of specific actions to encourage technical and tactical execution using non-dominant laterality in the competitive context for wrestlers of this category and style in the province of Villa Clara. Various theoretical and empirical methods were applied for its development, such as: analysis-synthesis, inductive-deductive, document analysis, survey, observation, methodological triangulation, user criteria, experiment, and statistical-mathematical methods. A set of technical and tactical actions is provided to encourage non-dominant laterality in Greco-Roman wrestlers. A practical procedure that allows for its evolution is presented, and the opinions expressed by users regarding the proposal and its influence on the competitive activity of Greco-Roman wrestlers in the 13-15 age group in Villa Clara are described. The influence system improved technical and tactical performance by promoting a more versatile wrestling style. The key change was the substantial increase in the use of non-dominant laterality, making the wrestlers versatile, without significantly changing the total number of techniques.

Keywords: wrestler; technical and tactical actions; non-dominant lateralization

Ações técnico-táticas para incentivar a lateralidade não dominante do lutador greco-romano, categoria escolar



Acciones técnico-tácticas para incentivar la lateralidad no dominante del luchador grecorromano, categoría escolar / Technical-Tactical Actions to Encourage the Non-Dominant Lateralization of the Greco-Roman Wrestler, School Category / Ações técnico-táticas para incentivar a lateralidade não dominante do lutador greco-romano, categoria escolar

Resumo: Na luta greco-romana, na categoria de 13-15 anos, a execução das ações técnico-táticas pela lateralidade não dominante revela-se fundamental para o sucesso competitivo. Este domínio permite formar lutadores versáteis e adaptáveis, conferindo-lhes a capacidade de responder de forma imprevisível às constantes variações do combate em termos de posições, intensidade do esforço e das exigências físico-psicológicas. Daí surge a necessidade de elaborar um conjunto de ações específicas para incentivar a execução técnico-tática pela lateralidade não dominante no contexto competitivo, nos lutadores desta categoria e estilo da província de Villa Clara. Para o seu desenvolvimento, foram utilizados vários métodos de nível teórico e empírico, tais como: o analítico-sintético, o indutivo-dedutivo, a análise de documentos, o inquérito, a observação, a triangulação metodológica, o critério de utilizadores, o experimento e o estatístico-matemático. Contribui-se com um conjunto de ações técnico-táticas para incentivar a lateralidade não dominante do lutador greco-romano, apresenta-se um procedimento prático que permite a sua evolução e descrevem-se os critérios emitidos pelos utilizadores, referentes à proposta e à sua influência na atividade competitiva nos lutadores do estilo Greco-romano da categoria (13-15 anos) de Villa Clara. O sistema de influência melhorou o rendimento técnico-tático ao promover um estilo de luta mais versátil. A mudança chave foi o aumento substancial no uso da lateralidade não dominante, tornando os lutadores versáteis, sem que o número total de técnicas variasse significativamente.

Palavras-chave: lutador; ações técnico-táticas; lateralidade não dominante

Introducción

“Con los cambios que constantemente se producen en el reglamento y en el contenido de la lucha a nivel internacional, que tienen como fin aumentar la espectacularidad, los técnicos de la Lucha Olímpica” deben “estar listos para enseñar a un luchador cada vez más activo y completo desde todo punto de vista, especialmente dotado de una gran capacidad técnico-táctica”. (Yanez, 2017, p. 8)

En la Lucha Olímpica existen dos estilos reconocidos por la *United World Wrestling* (UWW, 2023) a partir del campeonato mundial del 1961 que son: la Lucha Libre y la Lucha Grecorromana. En este deporte se compete en Lucha Grecorromana: Lucha Libre masculina, Lucha femenina y de Playa, donde el propósito esencial del combate es poner al contrincante de espaldas sobre el colchón o superarlo por los puntos acumulados durante la actuación. De manera particular, en la Lucha

Greorromana está estrictamente prohibido agarrar al oponente por debajo de la cintura, aplicar zancadillas o utilizar las piernas de manera activa contra el oponente para la ejecución de cualquier acción.

Según Perera *et al.* (2016) la Lucha Greorromana constituye un estilo de la Lucha Olímpica, ... considerada como deporte individual acíclico de intensidad variada donde constantemente ocurren cambios en el reglamento que a su vez traen modificaciones en la planificación y en la ejecución de las acciones técnicas y tácticas específicamente desde la posición de pie a cuatro puntos. (p. 35)

Ibañez *et al.* (2020) consideran que el luchador se prepara para enfrentar cada combate en la competencia, que reflejan los resultados de todo un proceso de preparación, desconocer los resultados del combate influyen negativamente en el cómo se dirige y se prepara al luchador.

González *et al.* (2002) consideran que el perfeccionamiento técnico debe ser sistemático e ininterrumpido para lograr el aumento de la maestría técnica. Si el luchador adquiere la capacidad de realizarla en condiciones semejantes al tope, utilizará algún nuevo recurso, seguro que ampliará su arsenal técnico.

Según el criterio de los autores anteriormente citados, las potencialidades técnico-tácticas del luchador en los topes o competencias dependen en gran medida de sus posibilidades individuales, tales como: luchar de pie o en cuatro puntos y ejecutar las acciones técnico-tácticas por ambos lados. Por esto es necesario que el luchador se desenvuelva sobre el colchón sin ninguna tensión; quien no posea el hábito libre de moverse en distintas direcciones, no tendrá posibilidad de aplicar diferentes recursos técnico-tácticos.

Para el luchador es necesario la ejecución de las acciones técnico-tácticas desde posiciones variadas, perfeccionando las defensas y contraataques que aplicará a su oponente. Si el luchador posee una defensa o contraataque deficiente de algún movimiento con anticipación está expuesto a una derrota.

Yanez (2017) afirma que "... muchas veces en los eventos competitivos en todos los niveles se observa que los luchadores presentan dificultades en el volumen, la variedad y efectividad técnica y aún más evidentes son las carencias de habilidades tácticas" (p. 8). Esta problemática está relacionada por el bajo desarrollo de las habilidades básicas de manera bilateral que facilite un amplio campo táctico para obtener resultados óptimos en eventos deportivos.

González *et al.* (2002) plantean que, para la correcta realización táctica del combate, es de particular significación el dominio de las acciones técnicas por ambos lados y su automatización en



Acciones técnico-tácticas para incentivar la lateralidad no dominante del luchador grecorromano, categoría escolar / Technical-Tactical Actions to Encourage the Non-Dominant Lateralization of the Greco-Roman Wrestler, School Category / Ações técnico-táticas para incentivar a lateralidade não dominante do lutador greco-romano, categoria escolar

la ejecución, lo que se consigue a través de muchas y variadas repeticiones, al máximo de velocidad y en diferentes condiciones. El luchador que domine con facilidad la técnica de la Lucha por ambos lados no pierde los momentos óptimos que brinda el oponente para su aplicación exitosa.

Los luchadores en la actualidad deben proyectarse por perfeccionar las acciones técnico-tácticas tanto en la posición de pie y en cuatro puntos por la lateralidad no dominante, que garantiza ampliar los recursos a utilizar, incrementa las posibilidades de respuesta ante las acciones del contrario, presenta un recurso desconocido para este, lo confunde al no evidenciar cuál es su lado dominante y permite un bagaje amplio en su desarrollo motriz, de esta forma obtendrían óptimos resultados en la competencia.

Falcones (2021) profundiza con relación a la lateralidad, ofrece una guía metodológica para su desarrollo en el mini baloncesto, lo cual “... *desempeña un papel importante... este influye de forma determinante en la calidad de la motricidad, dentro del marco del deporte y el desempeño competitivo...*” (p. 161), propuesta que no se identifica con las características de la Lucha Grecorromana.

Por su parte en el análisis de la literatura encontrada, se constata que son varios los autores que han investigado sobre el tema de la lateralidad en los deportes de combate, entre los que destacan: Rodríguez (2011), propone un conjunto de ejercicios destinados al desarrollo armónico del *Tokui Waza* por el lado no diestro; por su parte, Martínez *et al.* (2023a), realizan un estudio de los patrones de lateralidad de los taekwondistas del equipo nacional cubano; Sánchez *et al.* (2021), realizan una caracterización de patrones de lateralidad de esgrimistas cubanos de elite; García *et al.* (2022) de igual manera, realizan un estudio de patrones de lateralidad de boxeadores cubanos de élite; Estrada *et al.* (2022), proponen un estudio de la lateralidad en el Karate, centrado en la praxis de los entrenadores y entrenadoras y Martínez *et al.* (2023b) realizan una sistematización de estudios sobre la utilidad de la lateralidad en los deportes de combate.

Los autores antes citados ofrecen información valiosa para sustentar la presente investigación, pues estos patrones de lateralidad permiten establecer indicadores de carácter metodológico para su tratamiento en las unidades de entrenamiento, sin embargo, no se identifican con las particularidades de la Lucha Grecorromana, aunque sí reflejan puntos coincidentes.

González y Enríquez (2023), diseñan un sistema de preparación técnico-táctica para mejorar la ejecución bilateral de los *Tokui-Waza*, teniendo como antecedentes las experiencias en la práctica

pedagógica y sustentado en aspectos psicofisiológicos que influyen en la lateralidad desde el punto de vista del proceso de entrenamiento.

Aportan un sistema de preparación técnico-táctica por la lateralidad no dominante y coinciden en que cuando se incrementa el entrenamiento por esta, puede reducirse la diferencia de efectividad con el dominante e incluso llegar a eliminarla.

Otros estudios dirigen su atención a la Lucha Olímpica, en tal sentido Mora (2019) propone un plan de entrenamiento con ejercicios de lateralidad en niños del club de Lucha promesas olímpicas de la ciudad de Palmira (Colombia) en edades de 12 a 14 años, a los cuales se les realizó el test de Harris para identificar su dominancia lateral y después realizar una evaluación técnica de tres movimientos de Lucha que son la proyección con inclinación (*tackle*), la proyección con bombero y el volteo de brazo.

Leyva (2021) realiza un estudio sobre la efectividad técnico-táctica de los movimientos por el lado izquierdo con la finalidad de seleccionar ejercicios físicos para mejorar el trabajo hacia la lateralidad izquierda, que ofrece fundamentos importantes al presente estudio, sin embargo, su alcance se limita solo a los luchadores derechos.

Los estudios antes mencionados, justifican la importancia que tiene la educación de las habilidades motrices deportivas bilaterales en función del logro de altos resultados deportivos, pues un luchador entrenado con este fin puede contar con variadas herramientas de ataque y defensa y mayores posibilidades de éxito.

De todo lo anteriormente planteado se infiere la importancia que tiene el desarrollo de las habilidades por la lateralidad no dominante en el deporte, lo que adquiere mayor connotación en el deporte de Lucha Olímpica, pues esta aptitud bilateral se puede educar sin comprometer el resultado deportivo y aumentar las posibilidades de éxito en los luchadores que aplican técnicas por ambas lateralidades.

Durante el combate de Lucha Olímpica se presentan situaciones concretas que generan condiciones favorables o desfavorables para el luchador, relacionadas con las posiciones del cuerpo, el esfuerzo y el debilitamiento del oponente. Una de las limitantes identificadas en los luchadores al momento de realizar las acciones técnico-tácticas en las posiciones de pie y en cuatro puntos durante el combate, es la ejecución de ataque, defensa y contraataque por su lateralidad dominante, esto hace que el contrincante pueda visualizar y predecir con facilidad la entrada, sobreponiendo así su capacidad y velocidad de reacción.



Acciones técnico-tácticas para incentivar la lateralidad no dominante del luchador grecorromano, categoría escolar / Technical-Tactical Actions to Encourage the Non-Dominant Lateralization of the Greco-Roman Wrestler, School Category / Ações técnico-táticas para incentivar a lateralidade não dominante do lutador greco-romano, categoria escolar

Por lo anterior, es importante profundizar durante el proceso de entrenamiento del luchador del estilo Grecorromana de la categoría 13-15 años de la Escuela de Iniciación Deportiva Escolar (EIDE) “Héctor Ruiz Pérez” de Villa Clara, en lo referido a la ejecución de las acciones técnico-tácticas por la lateralidad no dominante, de tal forma que minimicen sus debilidades, potencien sus habilidades y fortalezas, generando así mejores resultados en las competencias.

Al analizar lo planteado por la Comisión Nacional de Lucha Deportiva (2022) en su documento rector y guía del trabajo para los entrenadores, se constata cómo se orientan y planifican las acciones técnico-tácticas por la lateralidad no dominante en el proceso de preparación del luchador, develando insuficiencias en su trabajo al ofrecer limitadas acciones para su tratamiento.

Todos estos elementos ponen de manifiesto la insuficiente ejecución de las acciones técnico-tácticas por la lateralidad no dominante en la actividad competitiva, en los luchadores del estilo Grecorromana de la categoría 13-15 años de la provincia de Villa Clara.

Este trabajo tiene como objetivo proponer un conjunto de acciones para incentivar la ejecución técnico- táctica por la lateralidad no dominante en la actividad competitiva, en los luchadores del estilo Grecorromana de la categoría 13-15 años de la provincia de Villa Clara.

Métodos

La investigación se desarrolló en el contexto de la Escuela de Iniciación Deportiva Escolar (EIDE) “Héctor Ruíz Pérez” de Villa Clara, en el área donde habitualmente realizan las sesiones de entrenamiento los luchadores del estilo Grecorromana de la categoría escolar (13-15 años). Se trabaja indistintamente con diferentes poblaciones y muestras como la población de directivos de la Lucha, entrenadores del deporte en esta categoría, los luchadores que conforman el equipo del estilo Grecorromana y una muestra de los usuarios receptores que emiten criterios relacionados con los resultados de la implementación de la propuesta.

Para dar respuesta al problema científico y objetivos de la presente investigación se utilizaron diferentes técnicas y métodos cuantitativos y cualitativos, con la finalidad de profundizar en el conocimiento de las regularidades y características esenciales del objeto de estudio. En correspondencia con las etapas por las que transitó, se asumieron para su elaboración las contribuciones de Estévez *et al.* (2006), de ellos se utilizaron:

Analítico-sintético: estuvo presente en la descomposición del objeto de estudio en los elementos que lo conforman, determinando sus particularidades e integrándolas como un todo para descubrir relaciones y características.

Inductivo-deductivo: posibilitó la aproximación a los procesos lógicos que se dan durante la caracterización y comprensión de la realidad estudiada. Estuvo presente al inferir las tendencias y debilidades en el uso de la lateralidad no dominante y las características de la Lucha Greco-romana para establecer generalizaciones y llegar a deducir los elementos que permiten establecer la propuesta de solución a partir de los datos empíricos que arrojan los métodos utilizados, desde lo aportado por la teoría.

Análisis de documentos: se utilizó con la finalidad de conocer las orientaciones ofrecidas por la Comisión Nacional de Lucha Deportiva (2022), con relación al tratamiento a las acciones técnico-tácticas por la lateralidad no dominante en los luchadores del estilo Greco-romana que se estudian, así como, el tratamiento que le dan los entrenadores a la ejecución de las acciones técnico-tácticas por la lateralidad no dominante, en el plan gráfico, el plan escrito y sesiones de entrenamiento.

Encuesta: esta permitió conocer el criterio de los miembros de la Comisión Técnica Provincial de Lucha en relación a cómo orientan, analizan y evalúan los resultados de la ejecución de las acciones técnico-tácticas por la lateralidad no dominante en los luchadores escolares del estilo Greco-romana, así como, constatar la manera en la que los entrenadores conciben el trabajo técnico-táctico por la lateralidad no dominante en los luchadores del estilo Greco-romana que se estudian.

Observación a unidades de entrenamiento: facilitó apreciar la forma en que se trabaja la ejecución de las acciones técnico-tácticas por la lateralidad no dominante en los luchadores del estilo Greco-romana de la categoría 13-15 años. Se utilizó la observación estructurada, de campo, sistemática y no participante. Estévez *et al.* (2006).

Observación a competencias: posibilitó determinar el comportamiento de la ejecución de las acciones técnico-tácticas por la lateralidad no dominante en los luchadores del estilo Greco-romana de la categoría 13-15 años en la actividad competitiva.

Triangulación metodológica: permitió contrastar los resultados emanados de la aplicación de los diferentes métodos y técnicas utilizados en la investigación (análisis de documentos, encuesta a directivos y entrenadores, así como la observación realizada tanto a las sesiones de entrenamientos como a las competencias) y establecer tendencias en relación al tratamiento de la ejecución de las acciones técnico-tácticas por la lateralidad no dominante en los luchadores del estilo Greco-romana de la categoría 13-15 años en la actividad competitiva.

Pre experimento: Se utilizó con el propósito de implementar las acciones técnico-tácticas por la lateralidad no dominante en los sujetos estudiados y establecer una comparación de su desempeño



Acciones técnico-tácticas para incentivar la lateralidad no dominante del luchador grecorromano, categoría escolar / Technical-Tactical Actions to Encourage the Non-Dominant Lateralization of the Greco-Roman Wrestler, School Category / Ações técnico-táticas para incentivar a lateralidade não dominante do lutador greco-romano, categoria escolar

antes y después de la aplicación del sistema de influencia, para constatar la existencia de cambios significativos en dicho comportamiento.

Criterio de usuarios: método cualimétrico, a través del cual se obtienen las opiniones de los sujetos que se tornan los beneficiarios directos de una propuesta de solución, que de alguna forma serán los responsables de su aplicación en un futuro inmediato o mediato. (Matos, 2006).

Nápoles (2016) plantea que el criterio de usuario, como método de investigación aporta criterios que facilitan la valoración o evaluación de los resultados científicos para su implementación en la praxis social, se ha convertido como un aval muy empleado en las investigaciones que se desarrollan en el ámbito de la actividad física y el deporte.

Anoceto y Guardo (2012), como se citó en Nápoles (2016, p. s/n), “*expresan dos enfoques en correspondencia con el grado de implicación de los sujetos requeridos para emitir sus criterios sobre el resultado científico; estos enfoques son: usuario introductor y usuario receptor*”.

Atendiendo a la finalidad de la presente investigación se consideró oportuno trabajar con los usuarios receptores, los cuales emitieron criterios y valoraciones sobre el grado de satisfacción que experimentaron con la aplicación del resultado científico y evaluaron su impacto en la práctica. En este caso son entrenadores de la Lucha estilo Grecorromana que trabajan con la categoría 13-15 años.

Matemático-estadístico: se utilizó para el procesamiento y análisis de la información, la distribución empírica de frecuencias para describir el comportamiento de los datos arrojados por los diferentes métodos y técnicas utilizados, que dieron la posibilidad de realizar el procesamiento estadístico, con la utilización del programa estadístico SPSS.25.

Descripción de las etapas por las que transita la investigación

El desarrollo de la investigación constituye un proceso que transita por tres etapas:

En la primera etapa de la investigación en su enfoque de nivel fenomenológico, se consideran los siguientes pasos y métodos:

En su primer paso relacionado con el estudio de las metodologías existentes o afines que están dirigidas al logro del objetivo propuesto por el investigador se utilizó el análisis de los documentos con la finalidad de conocer lo orientado por la Comisión Nacional de Lucha Deportiva (2022), que expresa cómo darle tratamiento a las acciones técnico-tácticas por la lateralidad no dominante en los luchadores del estilo Grecorromana de la categoría 13-15 años, así como, el tratamiento que le dan los entrenadores a la ejecución de las acciones técnico-tácticas por la lateralidad no dominante, en el plan gráfico, el plan escrito y sesiones de entrenamiento.

En un segundo paso de esta primera etapa, dirigida al diagnóstico del proceso de enseñanza-aprendizaje y la ejecución de las acciones técnico-tácticas por la lateralidad no dominante en los luchadores del estilo Greco-romana de la categoría 13-15 años de la EIDE de Villa Clara en la actividad competitiva.

La encuesta: esta permitió conocer el criterio de los miembros de la Comisión Técnica Provincial de Lucha en relación a cómo orientan, analizan y evalúan los resultados de la ejecución de las acciones técnico-tácticas por la lateralidad no dominante en los luchadores del estilo Greco-romana de la categoría 13-15 años, así como, constatar la manera en la que los entrenadores llevan a vías de echo el trabajo técnico-táctico por la lateralidad no dominante en los luchadores del estilo Greco-romana de la categoría en estudio.

Las observaciones a las seis sesiones de entrenamiento se realizaron a lo largo de todo el macro ciclo único de preparación. Estas se programaron con una frecuencia de dos en cada periodo, para apreciar la forma en la que los entrenadores trabajan la ejecución de las acciones técnico-tácticas por la lateralidad no dominante.

La observación a competencia, fue realizada a 96 combates distribuidos en dos competencias, para apreciar el comportamiento general de la ejecución de las acciones técnico-tácticas por la lateralidad no dominante de los luchadores del estilo Greco-romana de la categoría 13-15 años en la actividad competitiva.

Como parte del cuasi experimento se observan los combates realizados en los Juegos Escolares Nacionales (JENAR) del año 2023, con la finalidad de identificar el comportamiento en la ejecución de las acciones técnico-tácticas por la lateralidad no dominante de los luchadores del estilo Greco-romana de la categoría escolar (13-15 años) en la actividad competitiva.

La segunda etapa de la investigación se orientó hacia la construcción de las acciones técnico-tácticas para incentivar la ejecución por la lateralidad no dominante. Esta fase se concretó mediante la elaboración de un conjunto de acciones técnico-tácticas específicas para los luchadores del estilo Greco-romana de la categoría 13-15 años de la EIDE de Villa Clara, focalizadas en su aplicación durante la actividad competitiva. Este proceso de elaboración se sustentó en el establecimiento de criterios de selección específicos para identificar las acciones técnico-tácticas susceptibles de ser ejecutadas por la lateralidad no dominante durante la actividad competitiva de los luchadores del estilo Greco-romana.



Acciones técnico-tácticas para incentivar la lateralidad no dominante del luchador grecorromano, categoría escolar / Technical-Tactical Actions to Encourage the Non-Dominant Lateralization of the Greco-Roman Wrestler, School Category / Ações técnico-táticas para incentivar a lateralidade não dominante do lutador greco-romano, categoria escolar

Para llevar a cabo el algoritmo de elaboración del conjunto de acciones destinadas a incentivar la ejecución técnico-táctica por la lateralidad no dominante, se parte de la siguiente interrogante y pasos:

- ¿Cuáles son y cómo identificarlas?

I. En las unidades de entrenamiento se parte de una situación-problema que se relacione con las presentadas durante la actividad competitiva que guarden relación con las acciones por la lateralidad no dominante

- Diagnóstico inicial.

- Conocer el lado dominante de los sujetos en estudio para direccionar las actividades.

- Exposición de una acción que requiere una ejecución por la lateralidad no dominante para darle solución racional.

II. Se busca parcial y analíticamente la ejecución de la acción por la lateralidad no dominante a partir de la utilización del error (Resultado + Repetición técnica).

• Métodos que propone la vía analítico-asociativa-sintética.

• Uso de los métodos prácticos (estándar, variable y combinado) con vistas al perfeccionamiento de la acción. Método de búsqueda parcial.

III. Plantear la acción por la lateralidad no dominante para incentivar la ejecución de los recursos técnico-táctico en correspondencia a las condiciones que brinda el contrario que implique una estimulación, en la reflexión crítica (Resultado + Reflexión técnica).

• Elaboración conjunta de acciones prácticas independientes en conjunto con el facilitador o compañero guía.

• Ejercitación de secuencias de movimientos según lo presentado en el combate.

IV. Conversar con los luchadores de forma heurística para el modelaje de acciones y comprender sus relaciones.

• Acción del entrenador como orientador. Evaluar y dar nuevas tareas.

• Se hace empleo de la vía senso-perceptual y la comunicación verbal.

V. Se arriba a conclusiones lógicas y a la formulación de un juicio como cierre del proceso dentro de las unidades de clase de entrenamiento.

Autovaloración del aprendizaje de las acciones técnico-tácticas.

Asimilación de las acciones propuestas por el lado no dominante.

Estos elementos en el sentido didáctico, permitieron identificar en los luchadores, la existencia de una vía para estimular el proceso de enseñanza-aprendizaje de las acciones técnico-táctica por la lateralidad no dominante.

La tercera etapa, encargada del proceso de implementación por los entrenadores deportivos a los 13 luchadores del estilo Grecorromana de la categoría 13-15 años de la EIDE de Villa Clara, de ellos ocho en su primer año en esta categoría y cinco continuantes. Los dos usuarios receptores emiten sus valoraciones acerca de la viabilidad en la ejecución del conjunto de acciones técnico-tácticas para incentivar la ejecución por la lateralidad no dominante en los luchadores que se estudian en la actividad competitiva. Esta es posible mediante la implementación de las acciones técnico-tácticas por parte de los entrenadores deportivos, siguiendo los pasos propuestos de: Instrucción inicial, Ejecución y ajuste, Progresión y adaptabilidad, Evaluación y motivación.

La implementación del experimento en su modalidad de cuasi experimento según el grado de control de las variables como lo plantean Hernández *et al.* (2014).

Se trabaja con los 13 luchadores para minimizar la mortalidad de la muestra, se logra por esta vía el control de su participación en competencias y durante la preparación deportiva, lo que permite monitorear la madurez deportiva que alcanzan los luchadores del estilo greco, acercando sus resultados a la influencia del sistema de acciones.

El diseño pre experimental elegido fue el de pre prueba y pos prueba con un mismo grupo que se representa: G, O1, X, O2.

El significado de los símbolos es el siguiente:

G- Grupo único (experimental y de control).

O1- Medición de la variable dependiente antes de aplicar la propuesta.

X- Tratamiento, estímulo (presencia de la variable independiente: aplicación de la propuesta de solución al problema científico).

O2- Medición de la variable dependiente después de aplicar la propuesta.

Las mediciones O1 y O2 se realizan aplicando el mismo instrumento para medir el comportamiento de la ejecución de las acciones técnico-táctica por la lateralidad no dominante en los luchadores del estilo Grecorromana de la categoría 13-15 años de la EIDE de Villa Clara en la actividad competitiva.

La investigación se desarrolló en el contexto de la EIDE “Héctor Ruíz Pérez” de Villa Clara, en el área donde habitualmente realizan las sesiones de entrenamiento los luchadores del estilo Grecorromana de la categoría escolar (13-15 años). Atendiendo a los objetivos de la investigación y



Acciones técnico-tácticas para incentivar la lateralidad no dominante del luchador grecorromano, categoría escolar / Technical-Tactical Actions to Encourage the Non-Dominant Lateralization of the Greco-Roman Wrestler, School Category / Ações técnico-táticas para incentivar a lateralidade não dominante do lutador greco-romano, categoria escolar

etapas por las que transitó la misma, se trabajó con diferentes poblaciones y muestra que se describen a continuación.

Se trabaja indistintamente con diferentes poblaciones y muestras como la población de directivos de la Lucha, entrenadores del deporte en esta categoría, los luchadores que conforman el equipo del estilo Grecorromana y una muestra de los usuarios receptores que emiten criterios relacionados con los resultados de la implementación de la propuesta.

Resultados

Como resultado de la triangulación se derivan las siguientes generalidades.

1. El documento rector de la Comisión Nacional de Lucha Deportiva (2022) evidencia limitaciones metodológicas en el trabajo de las acciones técnico-tácticas por la lateralidad no dominante; aborda algunos aspectos a los cuales debe prestar atención el entrenador deportivo y que están dirigidos a la enseñanza de los elementos técnico-tácticos, con un marcado énfasis en la lateralidad dominante del luchador, lo cual limita la versatilidad, adaptabilidad de los luchadores y las posibilidades de su aplicación en situaciones reales de combate.
2. Los planes de entrenamiento de los entrenadores, así como el contenido de las sesiones reflejan tareas para la enseñanza de los elementos técnico-tácticos, pero en muy pocas ocasiones se dirigen a la lateralidad no dominante en los luchadores.
3. El 100% de los directivos encuestados de la Lucha Olímpica en Villa Clara, reconocen que no se orienta con precisión a los entrenadores en relación a cómo proceder para garantizar la ejecución de las acciones técnico-tácticas por la lateralidad no dominante.
4. La totalidad de los entrenadores que participan en la investigación no disponen de orientaciones metodológicas que indiquen como llevar de forma objetiva a vías de echo la ejecución de las acciones técnico-tácticas por la lateralidad no dominante en esta categoría.
5. El 100% de los luchadores en estudio del estilo Grecorromana de la categoría 13-15 años presentan insuficiencias en la ejecución de las acciones técnico-tácticas por la lateralidad no dominante en las tres categorías de peso, lo que limita el logro de mejores resultados en las competencias fundamentales en las que participan.

Discusión

Evaluación de la implementación del conjunto de acciones técnico-tácticas.

Análisis del comportamiento de las acciones técnico-tácticas en posición de pie.

- a) Derribes

Pre prueba: Existía un desequilibrio masivo. Se realizaron 130 derribes con el lado dominante frente a solo 7 con el lado no dominante. La técnica con halón fue la más utilizada en el lado dominante (66). La técnica con swicht no se utilizó en absoluto.

Pos prueba: Mejora sustancial. Si el lado dominante sigue siendo el preferido (140), el uso del lado no dominante se disparó de siete a 53 acciones técnico- tácticas. La técnica con *swicht* hizo su aparición (10 y cuatro), lo que demuestra una diversificación en la ejecución de las acciones. Los derribes con halón siguió siendo la técnica más frecuente en ambos lados.

El sistema de influencia fue muy efectivo para que los luchadores practicasen y aplicasen derribes por ambos lados reduciendo su predictibilidad.

b) Proyecciones

Pre prueba: Dominio extremo un lado (112 y cinco). La técnica con volteo fue clara favorita en el lado dominante con (78). Técnicas como el bombero no se utilizaron.

Pos prueba: Mejora significativa. El uso del lado no dominante aumentó de cinco a 37, la técnica con bombero se incorporó (seis y dos), y las proyecciones con volteo siguieron siendo la más común, pero ahora desde ambos lados.

Al igual que los derribes, los luchadores ampliaron enormemente su repertorio de proyecciones para incluir su lado no dominante, haciendo sus ataques más versátiles.

c) Empujones

Pre prueba: Fuerte dominio lateral (79 y cuatro). Los empujones atrás y con torsión fueron las técnicas más utilizadas en el lado dominante.

Pos prueba: Clara mejora. El uso del lado no dominante aumentó de cuatro a 29. Todos los tipos de empujones mostraron un aumento en su aplicación desde el lado no dominante, especialmente Atrás y Al lado abajo.

El sistema de influencia mejoró la capacidad de los luchadores para aplicar fuerza de empuje de manera efectiva desde ambos lados, algo crucial para desequilibrar al oponente.

Los resultados que se obtienen en la presente investigación en la pre prueba se identifican con los hallazgos de Olivera *et al.* (2025) en cuanto al predominio de la lateralidad homogénea derecha, que trae consigo un arsenal técnico limitado, baja efectividad en la ejecución de las técnicas y una tendencia a depender de un solo lado durante el combate. Se evidenció que la predominancia de un lado restringía la variedad de movimientos disponibles ante diferentes defensas.

En la pos prueba en la presente investigación se corrobora la fortaleza de las acciones técnico-tácticas utilizadas para incentivar la lateralidad no dominante del luchador grecorromano categoría escolar,



Acciones técnico-tácticas para incentivar la lateralidad no dominante del luchador grecorromano, categoría escolar / Technical-Tactical Actions to Encourage the Non-Dominant Lateralization of the Greco-Roman Wrestler, School Category / Ações técnico-táticas para incentivar a lateralidade não dominante do lutador greco-romano, categoria escolar

las que permitieron que se aumentaran de forma considerable el uso del lado no dominante y una diversificación en la ejecución de las acciones técnico-tácticas.

Análisis del comportamiento de las acciones técnico-tácticas en posición de cuatro puntos.

a) Viradas

Pre prueba: Alto dominio lateral (97 y ocho). Las viradas con desbalance fue la técnica más utilizada. Varias técnicas, con traslado por arriba, con vuelta al frente, con universal no se usaron o se usaron muy poco.

Pos prueba: Mejora notable. El uso del lado no dominante aumentó de ocho a 29. Si bien el número total de técnicas se mantuvo casi igual (95), la distribución está mucho más equilibrada. Crucialmente los luchadores comenzaron a usar técnicas que antes estaban ausentes, como viradas con traslado por arriba y con vuelta al frente.

El sistema de influencia no solo mejoró la lateralidad, sino que también animó a los luchadores a diversificar su arsenal técnico en la posición de cuatro puntos, yendo más allá de uno o dos movimientos favoritos. Resultados que armonizan con lo aportado por Argudo *et al.* (2020); Sánchez *et al.* (2021); Polo *et al.* 2021; Cabrales *et al.* (2024).

b) Proyecciones en la posición de cuatro puntos

Pre prueba: Muy baja variedad técnica y un fuerte dominio lateral. Solo se usaba la técnica con volteo (22 y dos).

Pos prueba: La mejora más notable en todas las categorías. El número total de intentos aumentó significativamente (24 a 59), lo que indica más actividad. El uso del lado no dominante aumentó de dos a 14. Lo más importante es que los luchadores comenzaron a usar tres nuevos tipos de proyecciones. Con inclinación, con arqueo y con desbalance.

Esta es la evidencia más clara del éxito del sistema. No solo mejoró la lateralidad, expandió fundamentalmente la comprensión y aplicación de técnicas por ambos lados en la posición de cuatro puntos. Pasaron de una ejecución unilateral a una bilateral, resultados que evidencian la pertinencia de la propuesta de solución.

Valoración de los resultados de la implementación de la propuesta de solución mediante el criterio de usuarios.

Se trabajó con una muestra de dos usuarios receptores (entrenadores de la categoría 13-15 años de la Lucha del estilo Grecorromana en la provincia de Villa Clara) que son los que valoran la viabilidad

de la propuesta de solución. Para ello se utilizó un muestreo no probabilístico intencional atendiendo a los siguientes criterios de selección:

- Estar de acuerdo con participar en la investigación.
- Contar con más de diez años de experiencia como entrenadores de Lucha estilo Greco-romana.
- Ser o haber sido entrenador de la categoría escolar (13-15 años).
- Ser conocedores de la Lucha estilo Greco-romana como deporte y de la ejecución de acciones técnico-tácticas como componente de la preparación que se analiza.

Al aplicar la encuesta a los usuarios receptores seleccionados se les solicitó la valoración de la elaboración de las acciones técnico-tácticas tomando como punto de partida:

- 1- Pertinencia y utilidad
- 2- Aplicación práctica
- 3- Efectividad percibida
- 4- Utilidad técnico-táctica

Los usuarios receptores valoran las acciones técnico-tácticas por la lateralidad no dominante atendiendo a la siguiente escala: Muy adecuado (cinco), Bastante adecuado (cuatro), Adecuado (tres), Poco adecuado (dos) e Inadecuado (uno).

Los resultados de la consulta se describen de la siguiente forma:

- El aspecto uno, acerca de si el conjunto de acciones técnico-tácticas es una herramienta necesaria y útil para solucionar las deficiencias en el uso de la lateralidad no dominante que se habían diagnosticado, el 100% de los usuarios respondieron que era muy adecuada.
- En cuanto al aspecto número dos, expresado a si la propuesta fue fácil de integrar y aplicar dentro de la planificación y las sesiones habituales de entrenamiento, la totalidad expresaron que muy adecuada.
- En el aspecto número tres, referente a que, si la implementación de la propuesta ha sido efectiva para incentivar la ejecución de acciones técnico-tácticas en la actividad competitiva, uno dijo que muy adecuada y uno bastante adecuada.
- En cuanto al aspecto número cuatro referido a que, si las acciones son útiles para potenciar específicamente las habilidades técnico-tácticas, la capacidad de adaptación y la toma de decisiones durante el combate, la totalidad de los usuarios expresaron que muy adecuadas.
- Al final de la encuesta a los usuarios receptores se les realizó una pregunta abierta sobre qué sugerencia ellos podían brindar para mejorar y ampliar esta propuesta. Teniendo en cuenta esos criterios se



Acciones técnico-tácticas para incentivar la lateralidad no dominante del luchador grecorromano, categoría escolar / Technical-Tactical Actions to Encourage the Non-Dominant Lateralization of the Greco-Roman Wrestler, School Category / Ações técnico-táticas para incentivar a lateralidade não dominante do lutador greco-romano, categoria escolar

reestructuraron algunas de las acciones, principalmente en el desarrollo de las mismas tanto en la posición de pie como en la posición de cuatro puntos como aspecto más relevante.

Conclusiones

Los fundamentos teóricos tratados permitieron sustentar la necesidad en la ejecución de las acciones técnico-tácticas por la lateralidad no dominante en la actividad competitiva contemporánea, en los luchadores del estilo Grecorromana de la categoría 13-15 años de la provincia de Villa Clara.

El diagnóstico permitió identificar que los luchadores del estilo Grecorromana de la categoría 13-15 años de Villa Clara, no aprovechan los momentos que se brindan en los combates para ejecutar las acciones técnico-tácticas por la lateralidad no dominante como una vía más para lograr la superioridad competitiva, lo cual limita sus resultados deportivos. Simultáneamente se pudo corroborar la ausencia en los documentos oficiales orientaciones precisas para incentivar estas condiciones competitivas.

Se logró elaborar un conjunto de acciones dirigidas a incentivar la ejecución técnico-táctica por la lateralidad no dominante en la actividad competitiva de los luchadores del estilo Grecorromana de la categoría 13-15 años de Villa Clara. Las acciones elaboradas se caracterizan por su correspondencia con las necesidades identificadas en el diagnóstico, su integralidad y su adecuación al macro ciclo de entrenamiento, lo que permite su incorporación coherente en la planificación deportiva.

La implementación de las acciones fue valorada altamente positiva por los usuarios receptores, reconociendo su utilidad, pertinencia y aplicabilidad en el contexto real del entrenamiento y la competencia, lo que valida que el conjunto de acciones no solo es teóricamente sólido, sino que constituye una herramienta practica viable para resolver la problemática identificada.

Referencias bibliográficas

- Argudo, C., López, J., Bazaco, M. J., Vergara, J. M., & Angosto, S. (2020). Formación técnico-táctica de los luchadores olímpicos españoles. *Journal of Sport and Health Research*, 12(3). 446-457. <https://recyt.fecyt.es/index.php/JSJR/article/view/83569>
- Cabral, W., Hidalgo, P., & Tejeda, M. (2024). El perfeccionamiento de la habilidad anticipación en atletas juveniles de lucha libre sexo femenino. *Ciencia y Deporte*, 9(2), e256. <https://doi.org/10.34982/2223.1773.2024.V9.No2.012>
- Comisión Nacional de Lucha Deportiva. (2022). *Programa Integral de Preparación del Deportista de Lucha (2021-2024)*. [Documento no publicado]
- Estévez, C. M., Arroyo, M. M., & González, T. C. (2006). *La investigación científica en la actividad física: su metodología*. Deporte.

- Estrada, N., López, A., & Casterad, J. (2022). La lateralidad en el Karate: estudio centrado en la praxis de los entrenadores y entrenadoras. *Retos*, 44, 806–815. <https://doi.org/10.47197/retos.v44i0.91646>
- Falcones, E. R. (2021). Guía metodológica para el desarrollo de la lateralidad en el minibaloncesto. *Refcale: Revista Electrónica Formación y Calidad Educativa*. 9(1), 161-180. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=10319306>
- García, L. de la C., Álvarez, L. M., Sánchez, B., Lastres, A., Ordoqui, J. A., & Acebal, R. (2022). Estudio de patrones de lateralidad de boxeadores cubanos de élite. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 27(288), 110-122. <https://doi.org/10.46642/efd.v27i288.3441>
- González, J. B., & Enríquez, C. A. (2023). Sistema de preparación técnico táctica para mejorar la ejecución bilateral de los Tokui-Waza. *Ciencia y Deporte*, 8(3), 443-458. <http://dx.doi.org/10.34982/2223.1773.2023.v8.no3.010>
- González, S. A., Cañedo, I., & Rodríguez, A. R. (2002). *Técnicas de la lucha deportiva*. [Formato digital].
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6.ª ed.). McGraw Hill. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=775008>
- Ibañez, R. E., Navelo, R. de M., & de Armas, M. (2020). El tratamiento metodológico de la preparación técnico-táctica en luchadores escolares de Villa Clara. *Ciencia y Actividad Física*, 7(2), 31-43. <https://revistaciaf.uclv.edu.cu/index.php/revista/article/view/106>
- Leyva, Y. (2021). *La efectividad en los movimientos por el hemi-cuerpo izquierdo en luchadores juveniles*. [Tesis de grado no publicada, Universidad de Holguín].
- Martínez, O., Álvarez, L. M., Paz, M., Rodríguez, S. M., & Peña, O. A. (2023a). Maestría técnica ofensiva del karate cubano a partir de sus patrones de lateralidad. *Revista Conrado*, 19(90), 244-251. <https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/2894/2796>
- Martínez, O., Vargas, E., Álvarez, L. M., & Paz, M. (2023b). Sistematización de estudios sobre la utilidad de la lateralidad en los deportes de combate. *Podium. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 18(1). http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1996-24522023000100018
- Matos, Z. de la C. (2006). *El método de criterio de usuarios. Su utilización en la investigación educativa*. [Tesis, Instituto Superior Pedagógico Raúl Gómez García, Guantánamo].
- Mora, M. D. (2019). *Mejoramiento del lado no dominante a través de ejercicios de lateralidad en niños del club de lucha promesas olímpicas de la ciudad de Palmira en edades de 12 a 14 años*. [Tesis de grado, Universidad del Valle]. <https://hdl.handle.net/10893/19376>



Acciones técnico-tácticas para incentivar la lateralidad no dominante del luchador grecorromano, categoría escolar / Technical-Tactical Actions to Encourage the Non-Dominant Lateralization of the Greco-Roman Wrestler, School Category / Ações técnico-táticas para incentivar a lateralidade não dominante do lutador greco-romano, categoria escolar

- Nápoles, P. (2016). El método criterio de usuario y su empleo en la investigación de la Cultura Física. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, (215). <https://www.efdeportes.com/efd215/el-metodo-criterio-de-usuario-en-investigacion.htm>
- Olivera, J. M., Sánchez, B., Lastres, A., & Viera, M. E. (2025). Reflexiones metodológicas sobre la lateralidad en la preparación técnico-táctica de luchadores grecorromanos cubanos de 87 Kg. *RICEAFS. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación, Actividad Física y Salud*, 3(1), 25-32. https://riceafs.com/index.php/riceafs_journal_php/article/view/37
- Perera Lavandero., M., López Torres, R., & Guevara Lorenzo, L. F. (2016). La efectividad en la continuidad técnico táctica de la lucha grecorromana. *Revista Conrado* [seriada en línea], 12 (56), pp. 34-39. <https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/download/425/444/810>
- Polo, G., Sánchez, B., Menéndez, D. R., Lastres, A., Viera, M. E., & Rodríguez, J. E. (2021). Estudio de los patrones de lateralidad de esgrimistas del equipo de Cuba de sable femenino. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 26(281), 91-104. <https://doi.org/10.46642/efd.v26i281.3196>
- Rodríguez, R. (2011). Judo: Tokui Wasa por el lado no diestro en la categoría 14-15 años. <https://www.monografias.com/docs114/tokui-waza-lado-no-diestro-categoria/tokui-waza-lado-no-diestro-categoria2>
- Sánchez, B., Ríos, A., Nuevo, O., Lastres, A. & Mesa, M. (2021). *Caracterización de patrones de lateralidad de esgrimistas cubanos de élite*. *Acción*, 17. <http://accion.uccfd.cu/index.php/accion/article/view/156>
- United World Wrestling (2023). *International Wrestling Rules*. https://cdn.uww.org/2023-01/wrestling_rules.pdf
- Yanez Paz, E. (2017). El desarrollo de habilidades técnico-tácticas en la lucha olímpica y sus variantes metodológicas. *Revista Observatorio Del Deporte*, 3(3), 7-15. <http://www.revistaobservatoriodeldeporte.cl/index.php/odep/article/view/145>

Conflicto de intereses

Los autores declaran que no existen conflictos de intereses

Declaración de contribución de autoría

Liuver Despaigne Rojas: Búsqueda y recopilación de la bibliografía. Aplicación y procesamiento de los instrumentos de recopilación de datos. Elaboración del artículo, discusión, metodología, evaluación de pertinencia, redacción original; revisión y aprobación final de la versión enviada.

Liuver Despaigne Rojas
Jorge Abundio González Pascual
Ricardo Enrique Ibañez Díaz
Greta Espinosa Samper

Jorge Abundio González Pascual: Revisión bibliográfica, aplicación y procesamiento de los instrumentos de recopilación de datos, revisión y edición del manuscrito, revisión y aprobación final de la versión enviada.

Ricardo Enrique Ibañez Díaz: Revisión bibliográfica, aplicación y procesamiento de los instrumentos de recopilación de datos, filmaciones, revisión y edición del manuscrito. Revisión y aprobación final de la versión enviada.