

METODOLOGÍA PARA LA SELECCIÓN DE TALENTOS EN LA GIMNASIA MUSICAL AEROBIA DEPORTIVA

METHODOLOGY FOR THE SELECTION OF TALENTS IN THE MUSICAL GYMNASTICS AEROBIA DEPORTIVA

Autores: Nathalia de la Caridad Palacios- López

Lic. Yarina Alicia Sierra- Suárez

MSc. Wenceslao Cabrales- Aguilar

Universidad de Granma. Facultad de Cultura Física Manuel Fajardo

País. Cuba

RESUMEN

La Gimnasia Aeróbica es un deporte de competencia a nivel mundial. En Cuba ha presentado limitaciones para su progreso en eventos internacionales, nacionales y provinciales. En la provincia Granma, en particular, existen insuficiencias relacionadas con el proceso de selección de talentos en esta disciplina, debido a que como especialidad deportiva no atraviesa los escalones de la pirámide del Alto Rendimiento Cubano. Por ello, se formuló en la investigación el problema científico: ¿Cómo favorecer la selección de talentos para la Gimnasia Musical Aerobia Deportiva en practicantes de esta

provincia? Se propuso una metodología para la selección de talentos en esta disciplina deportiva a partir de indicadores físicos que integran la condición motriz de los practicantes con mejores potencialidades. Los indicadores establecidos permiten realizar la caracterización integral de los atletas en el orden físico como posibles talentos y favorece el proceso de evaluación para integrar la matrícula de este deporte en la provincia.

Palabras clave. Gimnasia Musical Aerobia, selección de talentos

ABSTRACT

Aerobic Gymnastics is a competitive sport worldwide. In Cuba, it has presented limitations for its progress in international, national and provincial events. In Granma province, in particular, there are shortcomings related to the talent selection process in this discipline, because as a sports specialty it does not cross the steps of the pyramid of High Cuban Performance. For this reason, the scientific problem was formulated in the research: How to favor the selection of talents for Sports Aerobic Musical Gymnastics in practitioners of this province. A methodology was proposed for the selection of talents in this sporting discipline based on physical indicators that integrate the motor condition of the practitioners with the best potentialities. The established indicators allow a comprehensive characterization of the athletes in the physical order as possible talents and favors the evaluation process to integrate the enrollment of this sport in the province.

Keywords. Aerobic Musical Gymnastics, talent selection

INTRODUCCIÓN

Ante los retos del mundo moderno el hombre en su afán por desarrollarse,

perfeccionar su vida y mantener sus tradiciones, desarrolla otras que por sus características enriquecen su cultura general y, sobre todo, mejoran el rendimiento motor e intelectual de esa gran parte de la sociedad que las practican.

Hoy en día existen actividades físicas y deportivas que se escapan de lo tradicional y se adaptan a la realidad del hombre de esta nueva era, tal es el caso de la Gimnasia Musical Aerobia Deportiva, la que tiene como fin el mejoramiento de la condición física, orientada a estimular la actividad cardiovascular y respiratoria, durante un tiempo suficientemente prolongado, como para producir en el organismo humano determinados beneficios como: mejorar la forma física, incrementar el ritmo metabólico, eliminar grasas de reserva, reducir el estrés, para el bienestar psicológico y social, en resumen, para el mejoramiento de la condición física de las personas que la practican.

En esta modalidad no sólo se encuentra una opción de actividad física, sino que básicamente es una técnica o ejercicios físicos que se adaptan a patrones de movimientos aeróbicos en los que se combinan el ritmo con selecciones confeccionadas a partir de la creatividad y el talento de quienes se dedican a

entrenarla, exigiendo de sus practicantes un alto desarrollo de las cualidades físicas condicional y coordinativas con énfasis en la combinación de éstas con la música.

Quizás una de las mayores ventajas de la nueva modalidad es que cada persona trabaja con la intensidad que le resulta más beneficiosa. Para que esta afirmación sea del todo cierta, se necesita una clase o un grupo en el que las características de todos los participantes sean similares; este empeño no resulta tan sencillo como parece, pero sólo así, el ejercicio es seguro para todos; ya que la intensidad del ritmo está al alcance de todos, debido a la preparación física que poseen.

La Gimnasia Musical Aerobia Deportiva es una de las nuevas modalidades de la gimnasia, que en poco tiempo se ha colocado a nivel mundial como uno de los deportes más atractivos. En ella se conjugan la fuerza, la elasticidad, la destreza, la técnica y el ritmo con un enfoque característico.

Sus orígenes se ubican en el año 1968 donde se publica un primer libro sobre el Aerobic y en 1969 cuando Kenneth H. Cooper utilizó la gimnasia aeróbica como método de entrenamiento para las esposas de los militares norteamericanos

en una base de Puerto Rico. En 1970 publicó un segundo libro sobre la aeróbica adaptada a personas mayores de 35 años titulado *The new Aerobics* y un tercer libro adaptado especialmente para mujeres, titulado *Aerobics for women*.

Posteriormente se combinó la música y elementos, disciplinas diferentes como: jogging, jazz, gimnasia, baile, entre otros y como resultado apareció lo que se denomina Danza aeróbica (o gimnasia aeróbica).

En la actualidad existen numerosas actividades deportivas que pueden ser aeróbicas si se realizan durante un período relativamente largo y a una intensidad moderada, además que necesiten una cantidad importante de oxígeno para poder realizarlas.

Son increíbles los beneficios de la Gimnasia Aeróbica para el ser humano que la entrena relacionados con la disminución de riesgos de enfermedades al sistema cardiovascular y respiratorio. Además de ayudar a tener un buen estado físico debido a que el individuo pierde un gasto de energía considerable.

Desde el punto de vista fisiológico:

- Regula el peso corporal, aumenta el tono muscular y modela la figura de la persona.

- Aumenta considerablemente la elasticidad de la musculatura, mejorando la postura.
- Alivia los dolores musculares y de espalda, fortaleciendo el anillo muscular a nivel de la columna lumbar.
- En el Corazón, aumento del volumen cardíaco.
- Disminución de la frecuencia cardíaca (latidos) en reposo.
- Aumento de la incorporación de oxígeno a nivel celular.
- Mejora la regulación de la temperatura corporal.
- Previenen la osteoporosis.

Desde lo psicológico:

- Mejora la apariencia y la imagen, lo cual va en beneficios de la autoconfianza y sensación de bienestar.
- Aumentar la habilidad de sobrellevar el Estrés.
- Hace que el tiempo de ocio y de trabajo sea más productivo.
- Mejora la relajación, aumenta la concentración y el estado de alerta.
- Aumenta la calidad del sueño y baja la cantidad necesaria.
- Reduce comportamientos negativos y dependencias no deseadas.

- Proporciona una sensación de bienestar gracias a las ""endorfinas"" (las hormonas de la felicidad, que segrega nuestro cerebro cuando realizamos deporte, en este caso gimnasia aeróbica).
- Mejoran las relaciones familiares y entre los amigos.
- Favorece la Sociabilización.
- Estimula los pensamientos e ideas creativas.

Los patrones de movimiento aeróbicos lo constituyen la combinación de pasos y movimientos de brazos ejecutados en forma consecutiva, respetando el carácter de la música para así, crear secuencias de movimientos dinámicos, rítmicos y continuos.

Los pasos básicos de los aeróbicos tradicionales son 7:

- March (Marcha)
- Jog (Trote)
- Knee Lift (Elevación de Rodillas)
- Kick (Patadas Altas)
- Skip (Patadas bajas)
- Jumping Jack (Saltos con piernas separadas)
- Lange

Una rutina de Gimnasia Aeróbica debe contener aparte de los patrones de movimientos aeróbicos, 12 elementos de

dificultad los cuales están repartidos en 4 grupos y familias. Todos los movimientos realizados en una rutina de Gimnasia Aeróbica Deportiva, ya sean patrones, elementos, enlaces y transiciones deben tener, alineaciones, posturas correctas y nunca hiperextensiones de las articulaciones.

La Gimnasia Aeróbica es un deporte de competencia y el máximo evento a nivel mundial es el Campeonato del Mundo, el cual se celebra cada dos años (en año par). A nivel Panamericano, el Campeonato Panamericano se celebra anualmente y a nivel nacional el Campeonato Nacional el cual se lleva a cabo cada año.

Todo el que aspire a lograr altos rendimientos deportivos en esta modalidad, requiere de disposiciones máximas para elevar las potencialidades funcionales de su organismo, apoyado en nuevos medios y métodos que aportan las investigaciones que se realizan, conjuntamente con los adelantos científicos y tecnológicos que llevan al hombre a escalar la élite mundial.

La práctica del deporte tiene como fin formar las nuevas generaciones con los principios científicos y morales del socialismo, dotarlos de convicciones por señales y hábitos de conducta diaria,

promoviendo así al hombre plenamente al desarrollado apto para vivir y trabajar en la nueva sociedad.

Es necesario dada la importancia que reviste la práctica del deporte en nuestra sociedad, darnos la tarea de buscar los mejores métodos o medios a seguir para solucionar los problemas que ha diario se presentan y que muchas veces no se les sabe dar solución inmediata.

Años atrás, una persona de carácter atlético, bien dotada físicamente, podía llegar a destacar en numerosas disciplinas. Actualmente, este supuesto se considera casi imposible en determinadas modalidades pues la búsqueda del máximo rendimiento pasa por una absoluta especialización, ya que cada disciplina deportiva necesita de unas capacidades determinadas, en algunos casos no compatibles con otras especialidades. Por tanto, desde el punto de vista del rendimiento, parece fundamental seleccionar y orientar a los deportistas hacia la prueba que más se ajuste a sus características desde las edades más tempranas como principio básico que rige los procesos de especialización precoz en el deporte.

En nuestros días, debido a los altos rendimientos obtenidos en los deportes

colectivos, así como las marcas y record actuales en las disciplinas individuales, la identificación y selección de talentos deportivos desde edades tempranas se ha convertido en una necesidad a partir de indicadores y parámetros generales y específicos que se derivan de los programas de preparación del deportista establecidos para cada deporte.

En la literatura especializada son escasos los resultados definitivos que se encuentran sobre este campo. Unos de los principales motivos de ellos es que esta dirección de trabajo resulta muy novedosa y que, además, exige una gran complejidad técnico metodológica para el desarrollo en el cual se fundamenta por una parte en la caracterización de cada trayectoria deportiva en atletas de máxima clasificación, por otra en la realización de investigaciones transversales y longitudinales en atletas durante los diferentes período del desarrollo y crecimiento.

En la actualidad, a los pedagogos deportivos se lo presenta conjuntamente con la labor de la preparación deportiva, otra tarea más compleja: la de detectar adecuadamente a los niños y adolescentes con actitudes específicas para predecir si en un futuro pueden desarrollar elevadas

capacidades para una disciplina determinada.

Entre los antecedentes del presente trabajo, que se refieren a la labor de selección en Cuba, aparecen los de Fleitas (1981) sobre Criterios de selección para la práctica de la Gimnasia Artística en niñas de 6-7 años, este a pesar de ser un referente para todo el que incursione en la selección de talentos en Cuba es el que más se acerca a la investigación por la similitud entre ambas especialidades deportivas. Por su parte Romero (1992) incursiona en la capacidad de rendimiento deportivo en el proceso de entrenamiento y la valoración de posibles talentos, aspecto que se ha tenido en cuenta en este trabajo donde se pretende establecer indicadores físicos para la selección.

También es apreciable la labor de Falgóns durante los años (1990-2000) quien ha escrito varios artículos y dos folletos, donde ha dejado claro que la selección deportiva en las edades infantiles debe partir de una perspectiva multidisciplinaria que abarque la mayor cantidad de parámetros antropométricos, motrices, psicológicos y sociológicos, sugiriendo siempre que se tengan en cuenta para tal fin las características de variabilidad, informatividad y estabilidad de las

pruebas. Este autor se manifiesta en contra de que se consideren los mismos parámetros y criterios en todos los estadios de desarrollo biológico de los individuos, considera que si el desarrollo ontogenético y evolutivo de éstos ocurre a saltos y no de una manera lineal, entonces deben cambiar los parámetros a valorar en cada período sensitivo. Sus trabajos se han centrado básicamente en los Juegos Deportivos (voleibol, baloncesto y béisbol). Desde el punto de vista teórico sus consideraciones se han tenido en cuenta en la presente investigación.

Ilisástigui (1993-99) establece las premisas teórico-metodológicas para la elaboración de un sistema de selección deportiva para la Gimnasia Rítmica de Alto Rendimiento, basado en las características del nivel de preparación física, técnica, y las particularidades morfofuncionales de las mejores gimnastas del país, considerando el impacto estético, la condición, la eficacia y la creatividad motrices como cualidades integradoras del modelo ideal, el cual establece las indicaciones metodológicas que rigen este deporte a nivel nacional, especialidad ésta que al hacer una comparación con la Gimnasia Aerobia Deportiva se encuentra en mejores

condiciones, pues esta última carece de parámetros metodológicos para desarrollar el proceso de selección.

Otro de los antecedentes importantes para el presente trabajo los constituye la investigación realizada por Yáñez (2001) donde ofrece un novedoso método de selección y modelos y algoritmos estadísticos – matemáticos empleados, estableciendo la metodología para determinar el Índice Sintético de Aptitud deportiva (ISA), lo que facilita la creación de un ranking para individualizar a los sujetos según su nivel de aptitud deportiva lo que se constituye en una herramienta eficaz para la toma de decisión en la labor de selección.

Se tuvo en cuenta además la experiencia de Pila (1995) relacionada con la aplicación masiva de pruebas de eficiencia física para obtener datos e información sobre el rendimiento motriz de la población cubana, basado en análisis-percentil para evaluar la dinámica de las capacidades motrices y sus normas de rendimiento motriz por edades.

Es importante tener en cuenta la edad de iniciación deportiva, pues se considera que debe estar acorde con el nivel de

exigencia del deporte elegido y la competición. Existen períodos favorables para la adquisición de habilidades deportivas, toda vez que el aprendizaje solo pueda efectuarse óptimamente cuando el niño posee la madurez suficiente para adquirirlo.

La selección deportiva consiste en un sistema de medidas organizativas y metodológicas para detectar los niños, adolescentes y jóvenes que reúnen los requisitos para una determinada especialidad según sus exigencias y es en estos períodos de la infancia y la adolescencia cuando se plantea la base de los resultados deportivos futuros, por lo que se considera un aspecto de gran importancia como parte de la preparación del deportista aunque vale señalar que en los últimos años no se le ha dado la utilidad que como proceso requiere y se han detectado insuficiencias en su desarrollo que lo sitúan en desventajas con respecto a la teoría del entrenamiento deportivo que cada día está más influenciada por los adelantos científicos tecnológicos, razones por las cuales se inclina la dirección de esta investigación hacia esta temática de gran pertinencia social que ha sido declaradas como línea de investigación priorizada por la dirección

de Alto Rendimiento del INDER y que además constituye uno de los principales temas dentro del banco de problemas de la provincia, concretándose en una demanda tecnológica del proyecto estratégico de la Gimnasia Musical Aerobia Deportiva en Granma.

A partir de una revisión bibliográfica realizada sobre el tema de la selección, se pudo comprobar la existencia de concepciones teóricas vinculadas al objeto de la presente investigación, considerando la existencia de manifestaciones internas dentro de las cuales se pueden mencionar:

- Las premisas teórico-metodológicas establecidas para la selección deportiva en la Gimnasia Rítmica, se basa en las características de las mejores gimnastas del país pero no hace referencia a las características específicas de la Aerobia Deportiva que puede ser practicada por atletas de ambos sexos.
- Los criterios de selección establecidos para la práctica de la Gimnasia Artística en edades tempranas presenta indicaciones específicas para uno y otro sexo de forma individual.

- El código de puntuación que existe a nivel nacional en la Gimnasia Musical Aerobia Deportiva provee los medios para garantizar la evaluación más objetiva de las rutinas de Gimnasia Aeróbica y no contempla ningún parámetro para la selección de talentos.
- Los patrones de identificación que se utilizan carecen de rigor científico.
- La bibliografía en relación al tema es escasa, dispersa y breve.

Los resultados de un estudio fáctico realizado permiten relacionar una serie de insuficiencias externas encontradas en el proceso de selección de talentos en este deporte en el territorio, tales como:

- Las competencias nacionales en la Gimnasia Musical Aerobia Deportiva se realizan por niveles de enseñanza lo que implica la selección de sus participantes de manera espontánea sin un basamento científico.
- El completamiento de los participantes para cada modalidad de la Aerobia Deportiva se realiza a través del ojo clínico de los entrenadores como indicador

particular de las condiciones y posibilidades que ellos posean.

- La Gimnasia Aerobia como especialidad deportiva no atraviesa todos los escalones de la pirámide del Alto Rendimiento Cubano, lo que no permite darle seguimiento a los practicantes que comiencen en un nivel determinado.

Con el desarrollo impetuoso del deporte competitivo de alto rendimiento en el ámbito internacional, la tarea de la búsqueda o detención de futuros deportistas con gran talento se ha convertido en uno de los problemas que más interesa a los especialistas de estas modalidades deportivas, lo cual se resume en la **contradicción** que se da entre la inadecuada organización, desarrollo y dirección del proceso de selección en la Gimnasia Musical Aerobia Deportiva en Granma y la necesidad de establecer indicadores físicos para realizar una selección científicamente fundamentada que garantice la promoción de los participantes con perspectivas, hacia categorías superiores, asegurando los resultados en este deporte.

A pesar de que en el Deporte para Todos se desarrolla la Gimnasia Musical Aerobia Deportiva, como un proyecto de la Educación Física, los profesores no poseen las vías más efectivas para la selección de talentos con mayores potencialidades en esta actividad, aspecto este que resume la situación problémica de este trabajo y nos conduce a plantear el siguiente problema científico:

PROBLEMA CIENTÍFICO:

¿Cómo favorecer la selección de talentos para la Gimnasia Musical Aerobia Deportiva en practicantes de la provincia Granma?

OBJETO DE ESTUDIO:

El proceso de selección de talentos en la Gimnasia Musical Aerobia Deportiva.

CAMPO DE ACCIÓN:

Indicadores que se utilizan para la selección de talentos en la Gimnasia Musical Aerobia Deportiva.

OBJETIVO:

Diseñar una metodología para la selección de talentos en la Gimnasia Musical Aerobia Deportiva de la provincia Granma a partir de indicadores físicos que integren la condición motriz de los practicantes con mejores potencialidades.

De manera que para orientar la realización del trabajo se plantea la siguiente:

HIPÓTESIS:

El diseño de una metodología para la selección de talentos en la Gimnasia Musical Aerobia Deportiva sustentada en indicadores físicos que integren la condición motriz de los practicantes propiciará una mejor selección de talentos con resultados deportivos para la provincia Granma.

Con el fin de buscar respuesta al objetivo formulado y darle solución a la problemática existente se fundamentan las siguientes:

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Estudiar los antecedentes teóricos y metodológicos que sustentan el proceso de selección de talentos.
- Diagnosticar el estado actual del proceso de selección en la Gimnasia Musical Aerobia Deportiva.
- Caracterizar biopsicosocial y motriz de los practicantes de Gimnasia Musical Aerobia Deportiva.
- Establecer los indicadores físicos para la selección de talentos en la Gimnasia Musical Aerobia Deportiva.
- Diseñar una metodología para favorecer el proceso de selección de talentos en la Gimnasia Musical Aerobia Deportiva.
- Evaluar la factibilidad de la metodología mediante el criterio de expertos.

IMPACTO SOCIAL:

La propuesta de indicadores físicos para identificar talentos con cualidades para la Gimnasia Musical Aerobia Deportiva, se diseña sobre la base de fundamentos teóricos metodológicos relacionados con el desarrollo de las habilidades y capacidades que presentan los niños, todo ello en su conjunto servirá de basamento teórico metodológico para fortalecer el

proceso de identificación de posibles talentos deportivos en el ámbito escolar.

Los métodos utilizados del nivel teórico fueron el analítico – sintético, inductivo – deductivo y el sistémico - estructural – funcional. Así mismo fueron empleados del nivel empírico los métodos observación, medición y el criterio de expertos, entre las técnicas para la recopilación de datos utilizadas se encuentran la revisión de documentos y la entrevista. Los métodos estadísticos utilizados para el procesamiento de la información obtenida, fueron la tabla de distribución de frecuencias, el análisis de los componentes principales y el método Bode Balanza.

RESULTADOS DEL TRABAJO

La Gimnasia Musical Aerobia Deportiva con el objetivo de mejorar la eficiencia cardio-respiratoria a través de la práctica sistemática de la gimnasia aeróbica, eleva el rendimiento motriz de los practicantes, tiene un carácter desafiante, con alto grado de dificultad en los ejercicios, ya que consta de varios bloques que se van uniendo para finalizar con la coreografía.

La selección tendrá un mayor grado de fiabilidad cuanto menos esté influida por factores subjetivos, si bien es cierto que no se puede desestimar la experiencia de los entrenadores, hay que tener presente

que el empirismo resulta insuficiente, se hace necesario contar con métodos objetivos y precisos basados en el análisis científico, por lo que el primer paso sería determinar criterios objetivos, que resulten tangibles y puedan operacionalizarse en el proceso práctico de identificación del talento.

Las pruebas que se contemplan, desde el componente físico, se estructuran en indicadores con su respectiva metodología de ejecución. Las mismas se corresponden con las capacidades que desde nuestro punto de vista son de gran importancia en este deporte, partiendo de la combinación entre los diferentes elementos que las componen.

Indicadores propuestos para la identificación de talentos en la Gimnasia Musical Aerobia Deportiva.

Flexibilidad

1- Elevación de piernas con ayuda.

Desde la posición de acostada la seleccionadora elevará la pierna de la niña o niño al frente y lateral hasta donde se ofrezca resistencia por parte de la articulación, tratando de que las piernas se mantengan extendidas y buscando la colocación adecuada. Cuando la pierna se suelte debe controlarse por fuerza, la unión a la otra pierna.

(10) Excelente: Piernas por encima de la cabeza (talón).

(5) Satisfactorio: Talón a la altura de la cabeza u oreja.

(0) Mal: por debajo de la cabeza.

La elevación de la pierna atrás debe realizarse desde la posición de parada, frente a la seleccionadora, siguiendo los mismos requisitos de colocación.

(10) Excelente: Talón por encima de la cabeza e/ 135 y 180 grados.

(5) Satisfactorio: A la altura de la cabeza.

(0) Mal: Por debajo de la cabeza.

Deberá promediarse cada pierna en las tres direcciones y los resultados de ambas piernas.

Y (X1)

2- Mariposa acostada. Desde la posición de acostada de frente colocar piernas en esparranca (180°), flexionadas (pies unidos, por las plantas). Hacer la misma acción pero desde la posición de acostada atrás. Brazos arriba.

10) Excelente: Piernas en esparranca a 180 °, rodillas, caderas y tronco pegados al piso sin ángulo de flexión entre ellos.

(5) Satisfactorio: Piernas en esparranca a 160 °, rodillas, caderas y tronco pegados al piso sin ángulo de flexión entre ellos.

(0) Mal: Por debajo de los 160 ° grados, ángulo de flexión de caderas y tronco o elevación del tronco.

Y(X1)

3- Flexión del tronco al frente (souplé)

Desde la posición de sentada, brazos arriba, la entrenadora llevará el tronco de la niña al frente (a las piernas), hasta que se ofrezca resistencia, velando por mantener las piernas extendidas.

(10) Excelente: Unir tronco y piernas.

(5) Satisfactorio: Flexión completa del tronco sin pegar tronco y piernas (llegar a los pies).

(0) Mal: No hay flexión completa.

Y(X1)

4- Flexión del tronco al frente: Desde la posición de firmes, flexionar el tronco lo más posible a tratar de unir el mismo a las piernas. Medir la distancia en cm. Entre el pecho y los muslos con una cinta métrica.

Puntos

5 puntos. 0 – 3 cm

4 puntos. 4 – 6 cm

3 puntos. 7 – 10 cm

Y(X1)

Σ Y (X1)

Fuerza

5-Salto de altura sobre una pierna: la gimnasta estará parada sobre una pierna en un cuadro de 30 cm por cada lado, con una cinta o cuerda amarrada a la cintura de la cual penderá perpendicularmente una cinta métrica por el lado de la pierna que está apoyada, manos en la cintura. El medidor se colocará por ese lado en posición de cuclillas con la cinta tomada entre los dedos índice y pulgar de cada mano fijando un valor, codos apoyados en las rodillas, dejando correr la cinta durante el despegue, controlando la cantidad de cm. saltados, con cada pierna. Para el salto, la gimnasta podrá hacer un balance o péndulo con la pierna libre hasta llevarla a la posición de flexionada al frente, o passé; se permitirán dos intentos, tomando el de mayor valor.

PUNTOS

3 puntos + de 25 cm

5 puntos 24.9-22 cm

4 puntos 21.9-19 cm

Y(X2)

Coordinación

6- Orientación: Test de Romberg (modificado). Se traza, en el piso, una línea de 4 metros de largo marcando cada metro; en un extremo de la línea, manteniendo la gimnasta los ojos cerrados, se le dan 8 vueltas hacia un lado y 8 vueltas hacia el otro a la gimnasta, y se le coloca de frente a la línea de salida, la cuál deberá caminar, con los ojos abiertos, sin desviarse, la distancia marcada en el suelo.

Puntos

5 puntos –3.50 a 4 metros

4 puntos – 3.00 a 3.50 metros

3 puntos – 2.50 a 3.00 metros

2 puntos – 2 a 2.50 metros

0 punto - menos de 2 metros

Y(X3)

7- Ritmo: Se marcará con palmas cuatro compases de tres patrones rítmicos diferentes, los cuales deben ser reproducidos, uno a uno, por la gimnasta. Se permite un solo intento,

evaluándose la cantidad de reproducciones correctas.

5 puntos –3

4 puntos – 2

3 puntos –1

Y(X3)

$\sum Y(X3)$

Peso otorgado a cada grupo de indicadores.

- Indicadores de flexibilidad. 0.45 puntos.
- Indicadores de fuerza 0.20 puntos.
- Indicadores de coordinación 0.35 puntos.

Se aplica por cada grupo de indicadores la estandarización propuesta por Bode, con la cual, se logra eliminar la influencia de las unidades de medidas. Se totalizan los valores estandarizados a través de la sumatoria de éstos multiplicados por el peso de grupo y se obtiene el Índice Sintético de Aptitud, que aporta un resultado por cada atleta a partir del cual se establece el ranking u ordenamiento que nos habla de la valoración integral de las aptitudes. Este ranking de los aspirantes, a partir de la evaluación integral de sus aptitudes, que se expresa

por el ISA, informa que los de mayor ISA son los niños de notables aptitudes para esta modalidad. No significa que el primero en el ranking sea el de mejor resultados en todas las pruebas, lo que pudiera ocurrir muy pocas veces, sino que será el que integre mejor sus aptitudes a partir de la importancia o peso de cada indicador y se determina con la siguiente fórmula:

$$ISA = \sum Y(X1) + Y(X2) + \sum Y(X3) \times PD$$

Donde:

ISA: índice sintético de aptitud

Y(X1): resultado de los indicadores de flexibilidad.

Y(X2): resultado de los indicadores de fuerza.

Y(X3): resultado de los indicadores de coordinación.

PD: peso que ocupa cada grupo de indicadores.

La evaluación de este resultado es, en sí, la etapa de la toma de decisión en la identificación. A partir del ranking obtenido y de las capacidades de matrícula que se tengan, se decidirá quienes serán los que continúen en la siguiente etapa de la enseñanza.

CONCLUSIONES

1. Los indicadores establecidos brindan información relevante, para la caracterización integral de los atletas en el orden físico como posibles talentos, favoreciendo el proceso de evaluación para integrar la matrícula de este deporte en la provincia.
2. Los resultados analizados en relación al componente físico permitieron determinar el entorno ideal en el cual se deben ubicar los resultados de cada prueba realizada por los atletas para obtener una evaluación satisfactoria.

BIBLIOGRAFÍA

1. Absialimov, G. (1997). Fundamentos generales de la teoría y la metodología de la Educación Física. Imprenta "José A. Huelga". La Habana.
2. Almaguer, R. (2000). Las Situaciones Simplificadas de Juego. Condición Metodológica para iniciar el Balonmano. Tesis de Maestría. Santiago de Cuba.

3. Almaguer, R. (2003). Estudio comparado entre dos metodologías de Enseñanzas. Facultad de Cultura Física de Granma. Cuba
4. Anguera, A. (2000). La metodología observacional en el deporte: conceptos básicos. Revista Digital efdeportes. Buenos Aires.
5. Barrios, J y Ranzola, A. (1998). Manual para el deporte de iniciación y desarrollo. Editorial Deportes. La Habana. Cuba.
6. Blanco, A. (1998). 1000 Ejercicios de preparación física: Bases teóricas. La preparación física en la edad escolar. Editorial Paidotribo. Barcelona.
7. Blázquez, D. (1995). La iniciación deportiva y el deporte escolar. Editorial INDE. Barcelona.
8. Bloom, A. (2001). Bases sociológicas de la evaluación de talentos. Editorial Sports.
9. Bode, A. (2001). Método de evaluación y evaluación de aptitud deportiva para la enseñanza básica del tenis de mesa. Santiago de Cuba.
10. Bonizzoni, C. (1986). El defensa técnica y táctica... Editorial Gymnos. Barcelona
11. Bompá, T. (1987). La evaluación de atletas con talento. Revista de entrenamiento deportivo. Volumen 1- No. 2.

Recibido: 16062017

Aprobado: 23112017

Datos de los autores:

MSc. Maribel Anzardo Valdés.

Profesor Asistente. Facultad de Cultura Física. Universidad de Holguín.

TELÉF: 53268498. Email. manzardov@uho.edu.cu

DrC. Yaser Russell Suárez.

Profesor Titular. Universidad de Holguín, Facultad de Cultura Física

Director del Centro de Estudios de Actividad Física, Rehabilitación y Deportes de Combate (AFIT/COMB)

TELÉF: 24 844990. Email. yrussell@uho.edu.cu

Universidad de Holguín. Facultad de Cultura Física Manuel Fajardo