

LOS ESQUEMAS TÁCTICOS EN EL FÚTBOL

THE TACTICAL SCHEMES IN FOOTBALL

Autores:

Ldo. Ronnie Ronald Rodríguez Coello

Universidad Estatal de Milagro (UNEMI). Ecuador

Email: rodriguezc2@unemi.edu.ec

Ldo. Diego Fernando Moreira Suarez

Universidad Estatal de Milagro (UNEMI). Ecuador

Email: dierka27@hotmail.com

PhD. Manuel Gutiérrez Cruz

Universidad de Guayaquil. Ecuador

Email: manuel.gutierrezc@ug.edu.ec

RESUMEN

El presente trabajo tuvo como objetivo determinar las dificultades en la percepción del tiempo en niñas de la categoría pioneril de Gimnasia Rítmica de Matanzas. Se utilizó como método empírico fundamental el test de percepción del tiempo, unido a los del nivel teórico analítico-sintético e inductivo -deductivo. Como resultado fundamental se obtuvo las tendencias de las niñas, lo que constituye una herramienta para el trabajo de las entrenadoras con la formación general de las gimnastas. Se concluyó que la mayor cantidad están en el campo de la

bradicronia, donde el 55% de las gimnastas percibieron el tiempo más lento y pudieran retrasarse en relación con la música interpretada.

Palabras clave: Percepción del tiempo, Gimnasia Rítmica, tendencias, niñas

ABSTRACT

The present research had as main objective to determine the difficulties in the perception of time in girls of School Category of Rhythmic Gymnastics in Matanzas Province. They did studies about this important component in the preparation of the Rhythmic Gymnastics. It was used as

the main empiric method the test of perception of the time, together with the theoretical level: analytic – synthetic and deductive – inductive. The sample used has 36 athletes of the School Category. The most relevant result obtained was the tendency of the girls in the perception of time, a relevant aspect for an individualized training, which allows beating the detected difficulties. The results prove that the majority of the girls are in the level of bradicronic, because the 55 % of them perceive the time more slowly and could be delay in relation with the music.

Key words. Perception of time – Rhythmic Gymnastics - trends

INTRODUCCIÓN

El desarrollo físico general en el deporte es imprescindible para alcanzar altos resultados. Lograr un balance de la preparación física, técnica, psicológica y teórica es un factor determinante para el desempeño final del deportista. Este es uno de los objetivos fundamentales que persigue todo entrenador que desee tener grandes resultados. Desde las edades iniciales en las diferentes disciplinas deportivas, establecer una relación de la preparación psicológica con el resto de los indicadores, que componen la preparación a lo largo del macrociclo de entrenamiento,

es lo fundamental para la obtención de excelentes resultados deportivos, iniciando estos desde los test pedagógicos hasta la competencia fundamental.

Las características temperamentales, es uno de los factores psicológicos esenciales a tener en cuenta para establecer la relación de trabajo con el atleta, discernir entre ¿qué hacer?, y ¿cómo hacer? en cada momento, son cuestiones o aspectos a tener presente para poder llevar a cabo el proceso de preparación.

La naturaleza del estudio parte de los bajos resultados obtenidos en la evaluación del componente artístico durante la competencia provincial del año 2017 en esta categoría y de las características particulares de la Gimnasia Rítmica, donde el establecimiento del hábito motor depende del ritmo de ejecución del movimiento y del carácter de la música, a partir de la preparación físico-técnica recibida en un período determinado.

Las percepciones especializadas aquí, por tanto, son fundamentales en el éxito de las acciones técnicas, pues estas van a subordinarse a la precisión de las percepciones de la gimnasta sobre las condiciones del medio donde se efectúa las mismas. Por otra parte, el nivel técnico

requerido es muy alto y los ejercicios de desarrollo físico general y especial se presentan como premisa para el fortalecimiento de las diversas capacidades físicas que permiten crear y acelerar el proceso de aprendizaje y fijación de las diferentes técnicas de movimientos y se compite en ejercicios individuales y de conjunto y siempre con acompañamiento musical.

A partir del estudio realizado, se ofreció a las entrenadoras una caracterización general y particular de las niñas, teniendo en cuenta la posibilidad de la presencia de la tendencia a la bradicronia o la taquicronia, aspectos que pueden afectar la relación música movimiento dentro de la evaluación del componente artístico.

Luego de las valoraciones de los fundamentos teóricos existentes en la bibliografía consultada, se estableció como objetivo general: determinar las dificultades en la percepción del tiempo de las niñas de la categoría pioneril de Gimnasia Rítmica en Matanzas.

Como antecedentes de la investigación realizada se encontraron criterios de varios autores que ahondan importantes aspectos desde la teoría y la práctica. Tal es el caso de O'Farril y Santos (1982) que sobre las

percepciones en la Gimnasia Rítmica, destacan que:

En este deporte las acciones tienen que ver directamente con la precisión de las percepciones, fundamentalmente táctil y kinestésica, propioceptiva, así como las visuales y auditivas. La base de estas percepciones es una diferenciación muy elevada de la actividad de los analizadores que participan en la acción como un todo. La posibilidad de esta diferenciación tiene lugar gracias al entrenamiento sistemático que "limpia" las vías que interconectan los analizadores con sus correspondientes áreas a nivel de suprasegmento. (p.10).

Las percepciones especializadas surgen a partir de la identificación que establece el deportista con las pelotas u otros objetos, el medio en el cual se desenvuelve o algunos parámetros típicos de su evento o deporte. En la práctica deportiva se conoce como sentidos especiales y en su base se encuentra una diferenciación muy elevada de la actividad de los analizadores que participan en la realización de los movimientos.

Otro de los criterios encontrados sobre percepciones especializadas en el deporte lo brindó González (2010), cuando planteó: Durante las diferentes sesiones de entrenamiento en la iniciación deportiva, se

habitúa al niño a realizar ejercicios en condiciones de disminución o aumento de estimulación (senso-perceptual), con el objetivo de buscar una mayor activación de los analizadores (visuales, auditivo, táctil, y cinestésico), los que facilitan la interiorización y exteriorización de las acciones y operaciones técnico-tácticas o de las estrategias deportivas con las que se identifica el practicante. Estos reflejos en la conciencia del atleta suceden en forma de conocimientos y habilidades, y es precisamente a través de este proceso psicológico que se puede lograr mejorar las representaciones motrices y específicamente el pensamiento, con el que el sujeto analiza, compara o integra en imágenes, los aspectos (temporo-espaciales) de cada acción (técnico-táctica), es decir, el mismo refleja con mayor nitidez las intenciones ofensivas y defensivas de los contrarios, autorregulando con mayor facilidad la conducción del combate. (p.3).

De igual manera sucede en la Gimnasia Rítmica; mientras la gimnasta entrena e interioriza cada elemento técnico con el ritmo adecuado, va logrando una especialización de la función diferenciadora del conjunto de analizadores, se va relacionando con el

medio, el aparato y la música, de manera individual o colectiva cuando se trabaja en ejercicios de conjunto, hasta alcanzar un alto nivel de desarrollo de estas percepciones especializadas; esto constituye a su vez un indicador de un alto nivel de entrenamiento.

Como un aspecto más del sistema perceptivo, aparece la temporalidad, integrada en la segunda unidad funcional de Luria: unidad de recepción, análisis, almacenamiento y procesamiento de la información, directamente relacionada con la región temporal izquierda del cerebro, donde tiene gran importancia el oído y el sentido kinestésico, este último permite apreciar el tiempo, la sucesión, el ritmo y su medida. Esta, se puede afirmar, es imprescindible para la comprensión de todos los procesos de información sensorial, simbólica o cognitiva, según Martínez (2016), quien distingue aspectos como: la orientación, la organización y la estructuración temporal, esta última con dos componentes: el orden y la duración (aspecto cuantitativo de la estructuración temporal).

Por otra parte, la estimación del tiempo se encuentra mediatizada por las emociones, depende fundamentalmente del equilibrio de los procesos de excitación e inhibición

de la corteza cerebral. Esta evaluación subjetiva del tiempo será diferente también atendiendo a las características individuales del sujeto. Así se pueden encontrar dentro de un mismo equipo deportivo atletas que pueden pertenecer, de forma natural y sin que medie emoción alguna, a los siguientes tipos:

- Bradicrónicos: perciben el decursar del tiempo lentamente, poseen tendencia a la demora en sus acciones, al retardo (el niño falla con frecuencia al tratar de atrapar un balón o pelota en el aire).
- Taquicrónicos: perciben el decursar del tiempo rápidamente, poseen tendencia al apresuramiento en sus acciones (este alumno soltará el balón mucho antes del tiempo requerido, aunque no haya encontrado bien ubicado a su compañero, por considerar que ya han transcurrido 30 segundos).

El sentido del ritmo juega un papel esencial en la ejecución de las acciones en los deportes cíclicos, esas características son entrenables y después de cierto tiempo pueden mejorar de modo ostensible pero es necesario conocer la existencia de estas tendencias (taquicrónico-

bradicrónicos), a pesar de un entrenamiento especial, pues depende en mucho de su temperamento, porque este puede modificarse algo, pero en esencia no cambia.

Autores como Rudik (1988) y Hoagland, (1991), citados por Alemán (2012) plantean que para lograr la coordinación del movimiento el deportista debe poseer la habilidad de distribuir con precisión el tiempo en los elementos realizados, por lo tanto, se hace necesario durante la ejecución, se perciba adecuadamente cada detalle en su sucesión temporal. Esto no solo implica el “sentir el tiempo transcurrido” sino también el ritmo interno del ejercicio, ya sea en un evento cíclico como acíclico y las diferentes tensiones musculares producidas durante su realización.

Los autores antes citados demostraron que el sentido del tiempo puede variar cuando se trata una actuación de breves minutos; este sentido se altera con el cambio de la temperatura corporal y provoca en el practicante la percepción el tiempo más breve de lo transcurrido y una percepción retardada con la disminución de la misma.

En la Gimnasia Rítmica, cuántas veces una entrenadora se ha preguntado por qué una determinada gimnasta con una técnica bien

definida, no logra mantener un ritmo adecuado durante sus ejecuciones y la música seleccionada no acopla rítmicamente con los ejercicios realizados. Otras veces, al observar una competencia, el propio público no aprecia la historia interpretada desde la música y los ejercicios por la gimnasta y se pierde la concordancia entre ésta y los movimientos, aspecto relacionado con la evaluación del componente artístico y el resultado final de la composición presentada.

Y si se tienen en cuenta, los estudios realizados Hoagland (1991), citado con anterioridad, se está en presencia de una disciplina deportiva donde las actuaciones individuales o de conjunto transcurren en breves minutos y segundos (1,20 para los ejercicios individuales y 2,40 para los ejercicios de conjunto), lo cual puede aumentar la temperatura corporal y por consiguiente, apreciar el tiempo transcurrido mucho más corto de lo que en realidad sucede.

Entre las investigaciones encontradas sobre la música en la Gimnasia Rítmica, están las de Jiménez (s.f), Piñera (2003), Santos (2010), Ramos (2011), Alemán (2012), Gato (2015), las cuales realizan estudios sobre este importante componente de la Gimnasia Rítmica, y destacan, indistintamente, como

para algunas gimnastas resulta difícil lograr enlazar diferentes tipos de movimientos, falla su memoria, se desubican en tiempo y espacio, no escuchan la música y se aprecian gran cantidad de errores, que anteriormente cuando realizaban elementos aislados no era posible detectar, estos problemas hablan, según Alemán (2012, p.35) de un bajo nivel de desarrollo de las capacidades coordinativas y la insuficiente educación y desarrollo en las sesiones de entrenamiento.

Por otra parte, Gato (2015), Jiménez (s.f) y Alemán (2012) ofrecen diferentes juegos para la educación del ritmo, sin embargo, no se adentran en las percepciones especializadas de tiempo, lo cual puede ser el factor psicológico que afecta la base del desarrollo de la relación de la música con los movimientos durante las ejecuciones de las gimnastas.

La investigación se realizó en las áreas deportivas de Gimnasia Rítmica de Matanzas, donde se lleva a cabo la preparación inicial de las gimnastas de la categoría pioneril y el componente música es un factor fundamental durante este proceso. Al reconocer la importancia de las percepciones especializadas y específicamente las de tiempo para este deporte, se buscaron soluciones al

siguiente problema científico: ¿Cómo favorecer la relación música movimiento en la Gimnasia Rítmica pioneril? Su objetivo fue determinar las dificultades en la percepción del tiempo en niñas del deporte antes mencionado.

METODOLOGÍA

Para alcanzar los objetivos trazados fue seleccionada una muestra intencionada compuesta por 36 gimnastas con un promedio de edad de 7,2 años y 2,2 años de práctica sistemática en esta modalidad deportiva, todas participantes en la competencia provincial celebrada en la provincia.

Se utilizaron métodos teóricos y prácticos, entre los primeros el analítico-sintético; inductivo-deductivo y entre los segundos la medición, a través del *test* de percepción del tiempo, el cual se describe a continuación:

Medición. Prueba de percepción del tiempo transcurrido

Objetivo: determinar las dificultades de las gimnastas en la percepción del tiempo

Metodología: se le entregó un cronómetro a la gimnasta, se le solicitó lo echara a andar y observara el período de tiempo transcurrido durante 30 s, momento en el

cual detuvo el mismo. Luego repitió 5 veces esta tarea, sin el control visual, solo calculando de forma mental cuándo, a su consideración, habían transcurrido los mencionados segundos. Se registraron los errores de estimación por exceso (en valores positivos) o por defecto (en valores negativos).

Orientaciones para su aplicación: se realizó de forma individual a todas las gimnastas en el área deportiva antes de comenzar el entrenamiento. Para su procedimiento, la entrenadora explicó en qué consistía la tarea y demostró el ejercicio antes de la ejecución práctica de las gimnastas. Se colocó a su lado para corroborar la correcta ejecución de la prueba y registrar los resultados. Fue requisito indispensable el silencio y la disciplina del resto del equipo y la no presencia de otros sujetos en la cercanía del lugar donde se desarrolló esta medición.

Forma de evaluación: se calculó el valor promedio de los resultados obtenidos en los cinco intentos (magnitud del error) se clasificó a cada gimnasta según este valor y se obtuvo la tendencia de cada una de ellas: bradicrónica (B), cuando en tres o más ensayos detuvo el cronómetro por encima de 30 s, taquicrónica (T), cuando

en tres o más ensayos detuvo el mismo antes de los 30 s. En el caso de que en un ensayo se obtuviera un valor perfecto (0 error) y en el resto, 2 alcanzaran valores por encima del tiempo de referencia y 2, por debajo, así como en el caso de tres resultados perfectos, uno por exceso y otro por defecto, se valoró como sin tendencia (ST).

RESULTADOS

Después de aplicada la prueba se obtuvieron los resultados siguientes:

- 1- La magnitud del error y las precisiones y mayores dificultades ejecutadas en la estimación del tiempo transcurrido en 30 s a la totalidad de la muestra, esto puede observarse en la figura 1.

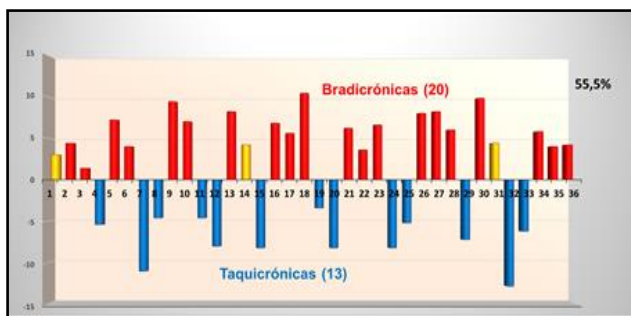


Figura 1. Resultados de la magnitud del error obtenida.

- 2- La tendencia de las niñas (bradicrónicas o taquicrónicas), derivadas del promedio de la estimación del tiempo, en sus cinco

intentos, lo que puede constatarse en la figura 2.

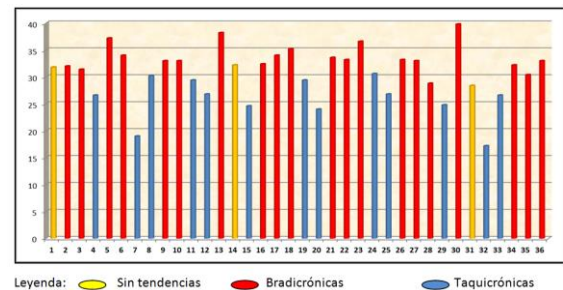


Figura 2. Clasificación de las niñas, según tendencia obtenida

- 3- La evaluación general de la tendencia predominante en la muestra investigada, donde se destaca la bradicronia según los resultados que se presentan en la figura 3.

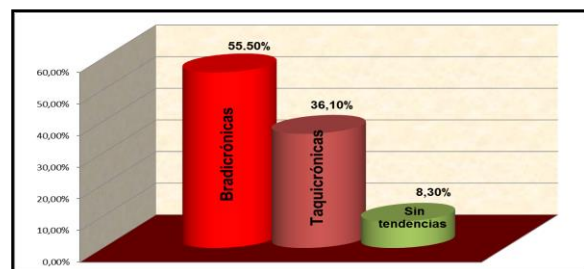


Figura 3. Evaluación general de las tendencias obtenidas

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

En la figura 1 (Magnitud del error en la prueba de percepción del tiempo transcurrido) se observó la dimensión del error y se destacaron las niñas con mejores precisiones y mayores dificultades que ejecutaron la estimación del tiempo transcurrido en 30 s. Como mejor resultado

lo logró la niña 1, con 3 s de error como promedio. Por otra parte, están los números 7 y 32 que obtuvieron los peores resultados promedios con -11 y -12,8, ambas con tendencia taquicrónica.

Otro de los resultados obtenidos fue la tendencia de las niñas, derivadas del promedio de la estimación del tiempo efectuado por cada una de ellas. Estos se detallan en la figura 2 y a partir de su análisis se infirió que:

- De las 36 niñas muestreadas, solo 3 (8%), la 1, la 14 y la 31, marcadas en color amarillo, manifiestan muy buen nivel de expresión de la estimación del tiempo transcurrido, pues obtuvieron un valor perfecto (30 s) en un ensayo y 2 y -2 en el resto.
- 20 de ellas, marcadas en color rojo y representan el mayor por ciento (55), tienen tendencia a ser bradicrónicas porque pararon el cronómetro por encima de los 30 s, o sea percibieron el decursar del tiempo más lento. Detalle importante para sus entrenadoras, porque pudieran caracterizarse por la demora en la ejecución de sus acciones.

- 13 de las gimnastas (36,1%), marcadas en color azul, tienen tendencia a ser taquicrónicas, ellas perciben el decursar del tiempo más rápido y pararon el cronómetro por debajo de los 30 s establecidos, indicador a tener en cuenta por las entrenadoras, porque pueden tener apresuramiento en sus ejercicios.

Las niñas con tendencia bradicrónica y taquicrónica, pueden presentar dificultades entre la música y los movimientos, por retrasarse o adelantarse en sus acciones, lo cual afecta la evaluación, durante las ejecuciones del componente artístico.

De igual manera se presenta la evaluación general de la tendencia predominante, expresada en porcentajes (figura 3), donde se aprecia la tendencia a la bradicrónica (55,5%), resultado favorable si son seleccionadas para integrar un conjunto, pues la mayoría posee las mismas características temperamentales, lo que favorece la selección apropiada de la música a interpretar en el montaje.

Los hallazgos investigativos encontrados son de gran importancia práctica para las entrenadoras de Gimnasia Rítmica. La evaluación de las particularidades de la percepción del tiempo de las niñas se traduce a una visión sobre la tendencia

temperamental de las mismas, si se tiene en consideración que la movilidad es una propiedad de los procesos de excitación e inhibición de la corteza cerebral.

Las entrenadoras, teniendo en cuenta la tendencia obtenida (bradiconia o taquiconia), pueden incorporar determinados ejercicios técnicos con mayor o menor complejidad, atendiendo al ritmo interno del mismo, actividades individualizadas para mejorar la coordinación de los movimientos, armonizar las acciones y conseguir mayor eficacia y disponibilidad corporal en las actividades propuestas, a la vez que utilice la música teniendo en cuenta las particularidades de cada gimnasta y si se trata de ejercicios de conjunto, valorar las particularidades temperamentales para balancear el tiempo de la música de acuerdo con los ejercicios propuestos.

Sobre este estudio, no se han encontrado referentes en la bibliografía, no obstante, parte de la coincidencia en la dificultad de la relación música movimiento observada y citada por Gato (2015), Jiménez (s.f), Piñera (2003), Santos (2010). Ramos (2011) y Alemán (2012), pero a diferencia de ellos, se estudia primero la tendencia en la percepción del tiempo de las niñas, para que la entrenadora pueda utilizar juegos,

indicaciones metodológicas y otros elementos aportados en estas investigaciones, considerando inicialmente las particularidades de las niñas.

CONCLUSIONES

Se precisaron las deficiencias individuales y de grupo en la percepción del tiempo transcurrido en 30 s, para ofrecer una herramienta de trabajo a las entrenadoras en función de la relación música movimiento.

Las mayores dificultades se encontraron en el campo de la bradiconia, el 55 % de las gimnastas percibieron el tiempo más lento y pudieran retrasarse en relación con la música interpretada.

Se impone la incorporación de acciones de intervención en el entrenamiento, con carácter individualizado, para superar las dificultades que se constataron.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alemán Peña, Y. (2012). *Indicaciones metodológicas para favorecer la educación musical que reciben las practicantes de Gimnasia Rítmica, en las categorías iniciales*. (Trabajo de diploma no publicado). 59 páginas. Facultad de Cultura Física, Matanzas, Cuba.
- Gato, E.M. (2015). La coordinación música-movimiento en atletas de

- Gimnasia Rítmica, categoría 7 años de Holguín. *Revista Deporvida*, 12 (26), 14 pág. octubre-diciembre. Recuperado de <http://www.deporvida.holguin.cu/2015/numero26/pdf/Gata1.pdf>
- González, M.S. (2010). *Alternativa metodológica de entrenamiento perceptivo visual para mejorar la eficacia motriz defensiva en boxeadores escolares de 13 y 14 años*. (Tesis de doctorado no publicada) Universidad de Ciencias de la Cultura Física "Manuel Fajardo", La Habana, Cuba.
- Jiménez, M. (s.f). Ejercicios para la concordancia música movimiento de Gimnasia Rítmica. *Monografías.com*. Recuperado de: <http://www.monografias.com/trabajos84/ejercicios-concordancia-musica-movimiento-gimnasia-ritmica/ejercicios-concordancia-musica-movimiento-gimnasia-ritmica.shtml#resumena>
- Martínez, P. (2016). Temporalidad, ritmo y desarrollo infantil. *Publicaciones Didácticas*. No 69. 26 pág. Código PD: 069034. Recuperado de: <http://www.publicacionesdidacticas.com>.
- O' Farril, A. y Santos, A. (1982). *Gimnasia Rítmica Deportiva*. La Habana, Cuba: Editorial Pueblo y Educación.
- Piñera, R. V. (2003). Consideraciones para el montaje de las rutinas (individual y grupos). En *Manual para el entrenador de Gimnasia Rítmica. Nivel 2*. (34 pág) SICCED.
- Ramos, D. (2011). *Juegos musicales para favorecer el trabajo con la música en la categoría pioneril de Gimnasia Rítmica*. (Trabajo de diploma no publicado) 62 páginas. Facultad de Cultura Física, Matanzas, Cuba.
- Santos, Y. (2010). *Pasos metodológicos para propiciar la familiarización de las alumnas de Gimnasia Rítmica con la música antes del montaje de los ejercicios individuales*. (Trabajo de diploma no publicado). 64 páginas. Facultad de Cultura Física, Matanzas, Cuba.

Recibido:01022019

Aprobado:29032019

Datos de los autores:

Lcdo. Ronnie Ronald Rodríguez Coello

Universidad Estatal de Milagro (UNEMI). Ecuador

Email: rrodriguezc2@unemi.edu.ec

Lcdo. Diego Fernando Moreira Suarez

Universidad Estatal de Milagro (UNEMI). Ecuador

Email: dierka27@hotmail.com

PhD. Manuel Gutiérrez Cruz

Universidad de Guayaquil. Ecuador

Email: manuel.gutierrezc@ug.edu.ec