

ENTRENAMIENTO TÉCNICO - TÁCTICO MODELADO

"una mirada al éxito en los juegos deportivos"



*Lisbet Guillén Pereira
Yaxel Ale De La Rosa
Rafael Navelo Cabello*

El entrenamiento técnico-táctico modelado, una mirada al éxito en los juegos deportivos

El entrenamiento técnico-táctico modelado: una mirada al éxito en los juegos deportivos

Lisbet Guillén Pereira

**Instituto Tecnológico Compu Sur Condición De Universitario,
Ecuador**

Yaxel Ale de la Rosa

**Instituto Tecnológico Compu Sur Condición De Universitario,
Ecuador**

Rafael Navelo Cabello

Universidad Central “Marta Abreu” de Las Villas, Cuba



FUNGADE
SELLO EDITORIAL

Sello Editorial FUNGADE

2025

El entrenamiento técnico-táctico modelado, una mirada al éxito en los juegos deportivos

El libro “El entrenamiento técnico-táctico modelado, una mirada al éxito en los juegos deportivos” es producto de investigación y de la experiencia de sus autores. Posee la aprobación del Comité editorial internacional de la RED GADE, adscrito al Sello Editorial FUNGADE, Colombia. Posee su certificación de originalidad. Es evaluado por pares investigadores internacionales.

FUNDACIÓN DE GESTIÓN ADMINISTRATIVA, DEPORTIVA Y EMPRESARIAL-FUNGADE

Sello Editorial FUNGADE

<https://redgade.com/libros/>

Dirección: Calle 27a # 32-45. Barrio Villa

Andrea Corozal. Sucre. Colombia.

Email: presidenciaredgade@gmail.com

Editora: Ph.D. Yahilina Silveira Pérez.



©2025 El entrenamiento técnico-táctico modelado, una mirada al éxito en los juegos deportivos. Lisbet Guillén Pereira, Yaxel Ale de la Rosa, Rafael Navelo Cabello. Autores.

Primera edición

Versión digital

ISBN: 978-628-96893-0-3

Sello editorial: Fundación de gestión administración deportiva y empresarial

(978-958-53041)

Colección: Deporte y sociedad.

Serie: GADE2025

El entrenamiento técnico-táctico modelado, una mirada al éxito en los juegos deportivos. Lisbet Guillén Pereira, Yaxel Ale de la Rosa, Rafael Navelo Cabello. Autores. 1ª Edición. Digital- Corozal (Colombia). FUNDACIÓN DE GESTIÓN ADMINISTRATIVA, DEPORTIVA Y EMPRESARIAL-FUNGADE, Sello Editorial FUNGADE, 2025. 146p. 24cm.

ISBN: 978-628-96893-0-3

1. Deporte 2. Entrenamiento deportivo 3. Técnico-táctica. 4. Modelado competitivo.



COMITÉ EDITORIAL FUNGADE

Ph.D. Valentín Molina Moreno. Universidad de Granada. España.

Ph.D. Lisbet Guillén Pereira. RED GADE. Ecuador.

Ph.D. Gabriela De Roia. Universidad de Flores. Argentina

Ph.D. Pedro Sarmiento de Rebocho. Universidad de Oporto. Portugal

Ph.D. Javier Brazo Sayavera. Universidad de la Republica. Uruguay

Ph.D. Gilberto Javier Cabrera Trimiño. Universidad de Miami. Estados Unidos

Ph.D. Yilán Fung Boix. Universidad de Oriente. Cuba

Ph.D. Neston González Gámes. Universidad Autónoma. México

Prólogo

El deporte, en todas sus formas y niveles, ha sido históricamente una manifestación de habilidad, estrategia y pasión. Más allá del talento innato de los jugadores, el éxito en los juegos deportivos radica en la preparación meticulosa y en el entrenamiento sistemático que los atletas reciben. Dentro de este panorama, el enfoque técnico-táctico modelado se ha convertido en una piedra angular para el desarrollo del rendimiento deportivo, permitiendo que los jugadores no solo perfeccionen sus habilidades individuales, sino que también comprendan y se integren de manera efectiva en la dinámica colectiva del juego.

Este libro surge como una guía integral para entrenadores, jugadores y estudiosos del deporte que buscan comprender y aplicar los principios del entrenamiento técnico-táctico modelado. A través de un enfoque metodológico basado en la evidencia y la experiencia práctica, se ofrece un recorrido por las claves que han llevado a numerosos equipos y atletas al éxito. Se abordan aspectos fundamentales como la estructuración de sesiones de entrenamiento, la progresión pedagógica y la adaptación de los modelos tácticos a las exigencias del juego moderno.

A lo largo de estas páginas, se enfatiza la importancia de un entrenamiento inteligente, donde el desarrollo de la toma de decisiones juega un papel crucial. En el deporte actual, la velocidad de ejecución y la capacidad de leer el juego en fracciones de segundo pueden marcar la diferencia entre la victoria y la derrota. Por ello, el modelo de entrenamiento aquí expuesto no solo se centra en la ejecución técnica, sino en la optimización del pensamiento táctico de los jugadores, promoviendo un aprendizaje basado en la resolución de problemas y en la transferencia efectiva del conocimiento a situaciones reales de juego.

Un aspecto fundamental de este enfoque es la capacidad de adaptación. Los deportes evolucionan constantemente, con nuevas estrategias, tecnologías y metodologías que influyen en el desempeño. Por esta razón, el entrenamiento técnico-táctico modelado debe ser flexible y estar en constante actualización.

El entrenamiento técnico-táctico modelado, una mirada al éxito en los juegos deportivos

Además, este libro destaca la importancia del factor psicológico en el rendimiento deportivo. No basta con la destreza técnica o la comprensión táctica; la mentalidad del jugador es determinante en la ejecución bajo presión. Se abordan estrategias para fortalecer la resiliencia, la concentración y la confianza, elementos clave para alcanzar un rendimiento óptimo en escenarios de alta competencia.

El lector encontrará en este texto herramientas valiosas para diseñar estrategias de entrenamiento que potencien el desempeño individual y colectivo. Cada capítulo está concebido para ofrecer una visión clara y aplicable de cómo estructurar un proceso de preparación eficiente, considerando tanto las exigencias físicas como los factores psicológicos y cognitivos que influyen en el rendimiento. Se presentan casos prácticos y ejemplos concretos que ilustran la aplicación de los principios teóricos en el campo de juego, permitiendo una mejor asimilación de los conceptos.

En un mundo deportivo cada vez más competitivo, donde los márgenes de éxito son cada vez más estrechos, comprender y aplicar modelos de entrenamiento efectivos es una necesidad ineludible. Este libro busca ser una contribución significativa en ese camino, brindando conocimientos y estrategias que permitan a los entrenadores y jugadores alcanzar su máximo potencial. No se trata solo de entrenar más, sino de entrenar mejor, con un enfoque basado en la ciencia y la experiencia.

Invito al lector a sumergirse en este fascinante recorrido por el entrenamiento técnico-táctico modelado, con la convicción de que la preparación meticulosa y el aprendizaje continuo son los verdaderos pilares del éxito en los juegos deportivos. Con la aplicación adecuada de estos principios, el deporte no solo será un campo de competencia, sino un espacio para el desarrollo integral de los atletas y equipos.

Ph.D. Rafael Antonio Martínez González

Doctor en Ciencias del Deporte

ÍNDICE

Contenidos	Pág
Capítulo 1. Situación actual y tendencias del desarrollo competitivo a nivel internacional en los juegos deportivos, su necesidad de cambios metodológicos.....	1
...	1
1.1. La concepción de los juegos deportivos en los deportes tácticos, su papel protagónico.....	1
1.2. Los juegos deportivos como deportes tácticos, su clasificación.....	1
1.3. Características psicológicas de los juegos deportivos.....	4
1.4. El comportamiento de la ejecución técnica en la modelación del entrenamiento, como manifestación específica de los juegos deportivos.....	5
1.5. Situación actual del desarrollo competitivo en los deportes tácticos...	8
1.6. El análisis científico y la necesidad de cambios en las concepciones metodológicas.....	10
1.7. El entrenamiento modelado un camino rápido y exitoso hacia el alto nivel en los juegos deportivos.....	13
1.7.1. La modelación del entrenamiento en los juegos deportivos.....	13
1.8. Una nueva concepción en la aplicación del método o modelo asociado a la modelación del entrenamiento en los juegos deportivos.....	14
2. Capítulo 2. El entrenamiento modelado un camino rápido y exitoso hacia el alto nivel en los juegos deportivos.....	16
2.1. La representación del modelo en su estructura didáctica.....	17
2.2. Fundamentos científicos para el empleo de la modelación en el proceso de la preparación técnico – táctica.....	18
2.2.1. Bases pedagógicas del entrenamiento técnico – táctico modelado. El proceso de enseñanza – aprendizaje y su papel en el entrenamiento modelado.....	18
2.2.2. La realidad de los modelos de entrenamiento de la técnica y la táctica y su relación con la novedosa concepción en los juegos deportivos.....	19
2.2.3. La unidad en el concepto técnico – táctico.....	22
2.2.4. El enfoque histórico cultural de Vigotski.....	25

El entrenamiento técnico-táctico modelado, una mirada al éxito en los juegos deportivos

2.2.5. Las percepciones espacio – temporales y su influencia en la modelación del entrenamiento.....	26
2.2.6. Las bases psicofisiológicas y biológicas de los procesos perceptivos. Espacio y tiempo.....	28
2.2.7. Principios y enfoques pedagógicos del entrenamiento deportivo para los juegos deportivos en el concepto de modelación.....	30
2.2.8. Principios didácticos que posibilitan una adecuada aplicación de la modelación del entrenamiento técnico – táctico en los juegos deportivos.....	31
2.3. La modelación del entrenamiento técnico – táctico y su relación con sus resultados en la práctica	38
3. Capítulo 3. El tratamiento de los componentes del proceso psicopedagógico y su planificación en la modelación del entrenamiento técnico – táctico.....	41
3.1. El proceso didáctico del entrenamiento en los juegos deportivos con un enfoque de modelación, sus componentes.....	41
3.1.1. Los objetivos, su papel rector y su derivación en el proceso de enseñanza aprendizaje técnico-táctico.....	42
3.1.2. Los contenidos modelados de la preparación técnico – táctica en los juegos deportivos.....	55
3.1.3. Los medios como componente didáctico del proceso. Los ejercicios modelados como medio en la propuesta metodológica.....	60
3.1.4. Clasificación de los ejercicios en los juegos deportivos.....	63
3.1.5. La manifestación de los métodos y la metodología en la modelación del entrenamiento técnico-táctico.....	66
3.1.6. El control y la evaluación del entrenamiento técnico – táctico en el concepto modelado.....	75
4. Capítulo 4. La planificación de la preparación técnico-táctica, desde un concepto modelado, una solución al problema de la improvisación.....	92
4.1. Aspectos generales del proceso de planificación del entrenamiento para un macrociclo en la modelación.....	92
4.2. La estructura didáctica del macrociclo de entrenamiento.....	94
4.3. La planificación del entrenamiento en un plan del macrociclo según el concepto de periodización de Matveev en los juegos deportivos.....	95
4.3.1. Organización sistémica del trabajo de planificación de los objetivos, su función orientadora en el proceso.....	96

Derivación gradual de los objetivos desde el Macro ciclo a sus períodos y etapas.....	98
4.3.2. Pasos para la elaboración del plan gráfico del macro ciclo de entrenamiento.....	101
4.3.3. Vías para la determinación del tiempo en el gráfico del plan del macro ciclo en los juegos deportivos.....	103
4.3.4. El mesociclo como “estructura cíclica medular” para la planificación del trabajo técnico-táctico.....	106
4.3.5. La relación entre el tiempo disponible y la cantidad de ejercicios a emplear según el predominio de las diferentes acciones.....	107
4.3.6. La planificación del mesociclo como estructura cíclica determinante en la modelación del entrenamiento técnico – táctico en los juegos deportivos.....	109
4.3.6.1. Ejemplo de la planificación de un mesociclo en la modelación de la preparación técnico – táctica en los juegos deportivos.....	109
4.3.7. La planificación de un micro ciclo en la modelación de la preparación técnico – táctica en los juegos deportivos.....	114
4.3.7.1. Pasos para la confección del micro ciclo.....	114
4.3.8. La sesión de entrenamiento (unidad de entrenamiento) como materialización del concepto modelado del entrenamiento técnico - táctico. Particularidades específicas.....	118
4.3.8.1. La sesión de entrenamiento.....	119
Consideraciones finales.....	123
5. Bibliografía.....	124

Capítulo 1. La situación actual y tendencias del desarrollo competitivo a nivel internacional en los juegos deportivos y la necesidad de cambios metodológicos.

5.1. La concepción de los juegos deportivos en los deportes tácticos, su papel protagónico.

El estudio de los deportes tácticos requiere, en primer lugar, realizar una determinación de lo que en el mundo del deporte constituye la táctica. En tal sentido, Espar, F. (1996. p. 17) citando a varios importantes investigadores refiere que:

Según Konzag (1984) es el conjunto de normas y comportamientos individuales que sirven para utilizar de forma óptima los propios presupuestos condicionales, motores i psíquicos en competición, teniendo en cuenta las líneas de conducta, las capacidades de prestación, la forma de jugar del adversario, las condiciones externas, las reglas del juego y las condiciones del partido.

Según J. Weineck (1988), "se entiende por táctica el comportamiento racional, regulado sobre la propia capacidad de rendimiento del deportista y sobre la del adversario, así como sobre las condiciones exteriores en un encuentro individual o de equipo".

Por otra parte, García en cuanto a la táctica hace referencia a dos clásicos del tema y señala que:

Sin embargo, la táctica consiste en algo más que la actualización de la técnica y la fuerza, de ahí que la definición del profesor L. Matveev esté aún vigente: "En general, el concepto de táctica deportiva abarca todos los modos más o menos racionales de conducción del certamen por el deportista y el equipo, supeditado a un determinado plan de alcance del objetivo de la competencia".

Y continúa ampliando:

Un autor clásico como F. Mahlo habla de la táctica como "soluciones prácticas que persiguen el mejor resultado posible de la actividad global, colectiva, en la mayor parte aplicada a situaciones problemas del juego, como consecuencia de las acciones y reacciones de adversarios y compañeros". (2018, p. 1)

5.2. Los juegos deportivos como deportes tácticos, su clasificación.

González (2004, p. 1) realiza un estudio de importantes fuentes de información relacionadas con la clasificación de los deportes. Se refiere el autor a que las actividades motoras en general o en los deportes en particular han sido objeto de diversas clasificaciones entre ellas considera las establecidas por (Parlebas, 1988;

Riera; 1989; Werner; Almond, 1990; Famose, 1992; Ruiz, 1994; Castejón, 1995, Hernández, 1994 e 1995; Hernández et. al, 1999, Hernández, 2000; Ritzdorf, 2000; Schmind; Wrisberg, 2001) todas con el propósito de identificar sus elementos universales. El autor se refiere a la posibilidad de dividir los deportes en cuatro categorías a partir de combinaciones de otras dos distribuciones; si existe o no relación con los compañeros y si existe o no interacción directa con el adversario. Combinando estas dos clasificaciones González propone las siguientes categorías:

- Deportes individuales en los que no hay interacción con el oponente.
- Deportes colectivos en que no hay interacción con el oponente.
- Deportes individuales en los que hay interacción con el oponente.
- Deportes colectivos en los que hay interacción con el oponente. (2004, p. 2).

Evidentemente, los juegos deportivos se manifiestan en tres de los grupos planteados, por ejemplo, el Tenis de mesa y de cancha y el Bádminton son deportes individuales en los que no hay interacción directa con el oponente. El Voleibol es un deporte colectivo en el que no hay relación directa con el oponente, el Tenis de mesa en duplas. Y, por último, los deportes colectivos en los que hay interacción con el oponente, como el Fútbol, Baloncesto, el Béisbol, Softbol.

destaca que

Para Platonov la clasificación más divulgada es la que refleja la especificidad de los movimientos y también la estructura de la actividad de entrenamiento y competición característica para diferentes deportes. Esta clasificación incluye los siguientes tipos de deportes:

- Cíclicos: diferentes tipos de carreras en atletismo, remo, piragüismo, ciclismo, patinaje de velocidad, esquí de fondo.
- De fuerza-velocidad: halterofilia, saltos y lanzamientos en atletismo, saltos con esquí de trampolín.
- De coordinación compleja: gimnasia artística deportiva, gimnasia rítmica femenina, saltos al agua, diferentes modalidades de tiro, natación artística, patinaje artístico, frystyle, esláalom, hípica.
- Lucha cuerpo a cuerpo: boxeo, esgrima, lucha grecorromana, judo, lucha libre, taekwondo.
- Juegos deportivos: baloncesto, bádminton, béisbol, voleibol, balonmano, fútbol, waterpolo, hockey sobre hielo, hockey sobre hierba, tenis de mesa, voleibol playa, curling.

- Deportes combinados y de varias modalidades: pentatlón, decatlón atlético, triatlón, biatlón y biatlón de esquí. (2001, p. 15)

Se valora también que Díaz et al., (s/f, p. 62), refieren que Blázquez y Hernández (1984), proponen una nueva clasificación añadiéndole dos elementos novedosos. Uno referido a la forma de utilizar el espacio y el otro a la participación, con la finalidad de desarrollar los deportes que se juegan en un espacio estandarizado. Estos autores presentan cuatro grandes grupos:

1. Deportes psicomotrices o individuales. Son aquellos deportes en los que se participa individualmente sin la presencia de compañeros ni adversarios que pueden influenciar en la ejecución del gesto.
2. Deportes de oposición: Son aquellos deportes en los que se enfrentan a otro oponente.
3. Deportes de cooperación. Son aquellos deportes en los que hay dos o más compañeros sin la presencia de adversarios.
4. Deportes de cooperación-oposición. Son aquellos deportes en los que un equipo de dos o más jugadores se enfrenta a otro de similares características con presencia del oponente. Díaz, S. et al., p. 62

En relación con la clasificación de los deportes, los grupos escogidos pertenecen a los de cooperación y oposición y se caracterizan por la existencia o no de relación con los compañeros y si existe o no interacción directa con el oponente. Según se presenta, se considera que es posible clasificar dichas modalidades en individuales y colectivas cuando es utilizado el criterio de relación con los compañeros y con interacción directa con el adversario o no (juegos deportivos)

Combinando estas clasificaciones se tienen las siguientes categorías propuestas:

- a. Deportes individuales en los que no hay interacción con el oponente: dado por la actuación del deportista que no es condicionada directamente por la necesidad de colaboración de un compañero ni por la acción directa del oponente. En este grupo se encuentran los deportes individuales como el Tenis, el Bádminton en el que la red de por medio no posibilita el contacto directo con el oponente, sin embargo, la necesidad de tomar decisiones en torno a las acciones para alcanzar el punto o no permitir al oponente realizarlo, determina el empleo de un alto nivel del pensamiento táctico.
- b. Deportes colectivos en que no hay interacción con el oponente: son actividades que requieren la colaboración de dos o más deportistas pero que no implican la interferencia del adversario en la actuación competitiva. En este caso se aprecia la presencia del Voleibol, donde la red por medio no

posibilita el contacto directo con el adversario y que por demás exige la colaboración constante de los jugadores entre sí. Sus decisiones requieren de una elevada participación del pensamiento táctico por lo que a decir de los autores se considera en el grupo de deportes tácticos.

- c. Deportes colectivos en los que hay interacción con el oponente: son actividades en las cuales los deportistas, colaborando con sus compañeros de equipo de forma combinada, se enfrentan directamente con el equipo adversario intentando alcanzar los objetivos del juego y evitando el punto del equipo contrario. Entre ellos se ubican el Fútbol, el Baloncesto, el Balonmano en los cuales, como los demás relacionados, la toma de decisiones en las formas de juego implica un alto desarrollo del pensamiento táctico en la lucha por colocar el balón en la meta y no permitir al oponente lo realice.

Tal concepto de interacción con los compañeros o con los oponentes directamente lleva consigo el empleo de la ejecución técnica de los movimientos con su resultado táctico dado por la realización de puntos marcados o permitidos y ese factor los coloca en la necesidad de poner en función el componente táctico para vencer al oponente, de ahí que los autores han considerado definir tales deportes como deportes tácticos, asociándolos a la clasificación citada por Navelo, (2004) al hacer referencia a Fung, (1999) la que expone la clasificación del pedagogo cubano José Yañez Ordaz. Esta la concibe asociada al objetivo final del rendimiento, con la cual los autores de la obra coinciden, las mismas se refieren como:

- Deportes con un objetivo energético.
- Deportes con un objetivo técnico.
- Deportes con un fin táctico.

En este último grupo ubica los juegos deportivos y los deportes de combate tomando en consideración el carácter imprevisto y variable de las condiciones en que se ejecutan donde la toma de decisiones establece una gran exigencia con las formas del pensamiento táctico.

En conclusiones e independientemente de las múltiples clasificaciones en torno a los tipos de deportes, los autores han escogido desarrollar el estudio científico de sus deportes en los de carácter táctico ya mencionados, los cuales resumen sus características en lo siguiente:

5.3. Características psicológicas de los juegos deportivos.

Se determinan según Turbay psicólogo deportivo en la obra La llave del rendimiento, un grupo de las habilidades psicológicas más relevantes e influyentes en el rendimiento en deportes colectivos, Turbay hace mención a un grupo de autores que caracterizan las habilidades psicológicas:

- a. Autoconfianza y autoeficacia: La autoconfianza es definida por Dosil (2004) como el grado de certeza o creencia, de acuerdo con las experiencias pasadas que tiene el deportista respecto a su habilidad, para alcanzar el éxito en una determinada tarea.
- b. Regulación emocional: De acuerdo con numerosos autores se entiende la regulación emocional como la modulación (aumentar, mantener o disminuir) de cualquier aspecto de una respuesta emocional, incluyendo experiencia y comportamiento expresivo (Gross, 1998; Gross y John, 2003; Eisenberg y Spinrad, 2004; Goldsmith y Davidson, 2004).
- c. Motivación, clima motivacional y cohesión grupal: Se ha comprobado en diferentes estudios las correlaciones significativas entre los procesos motivacionales y el comportamiento y rendimiento de los deportistas (Adie, Duda y Ntoumanis, 2008; Morris y Kavussanu, 2008; Torregrosa, Sousa, Viladrich, Villamarin y Cruz, 2008).
- d. Estrés y lesiones: La mayoría de las propuestas de intervención psicológica deportivas señalan la importancia que tienen los mecanismos de afrontamiento del estrés en la situación competitiva (Gould y Eklund, 2007; Vealey, 2007; Weinberg y Gould, 2007; Gill y Williams, 2008).
- e. Toma de decisiones y carga mental: Un deportista en acción se encuentra en presencia de un gran número de estímulos a analizar para intentar conseguir el objetivo del deporte (Glockner, Heinen, Johnson, y Raab, 2012). De este modo, la toma de decisiones es un factor determinante de la práctica deportiva (Iglesias, Ramos, Fuentes, Sanz, y Del Villar, 2003).
- f. Nivel de activación: El nivel de activación es una de las características que va a ayudar al deportista a lograr una mayor autorregulación en el ámbito deportivo, mejorando, por tanto, su rendimiento en el mismo (Guerrero y Riera, 2016). (2019, p. 65)

5.4. El comportamiento de la ejecución técnica y la táctica como manifestaciones específicas de los juegos deportivos.

Es una característica común en los juegos deportivos que el objetivo principal está direccionado a la obtención del punto sobre su oponente para ello la técnica del movimiento se pone en función de su aplicación táctica, la primera puede realizarse con algunas variaciones fuera del patrón de ejecución, sin embargo, la aplicación táctica define el punto a favor o en contra, de ahí que, el jugador concentre todos

sus conocimientos y habilidades en función de ello. El análisis de tal situación deja entrever, que ambos elementos, técnica y táctica son dos partes de un acto psicomotor, son componentes de una unidad indisoluble, sin embargo, el fin es táctico.

Ilustrando los criterios expuestos de las características de los diferentes tipos de deportes, se puede determinar que, en la modelación del entrenamiento en los juegos deportivos el jugador durante la realización de las acciones de su competencia y el entrenamiento, realiza las habilidades correspondientes sobre patrones técnicos estándares y que comúnmente son llamados fundamentos o elementos de dichos deportes. Y es común que durante su entrenamiento o competencia están sometidos a la variabilidad constante de dichas acciones debido a la necesidad de corregir durante el transcurso de la ejecución determinados movimientos provocado por la aparición de factores externos imprevistos, como son:

- La dirección, altura y velocidad del vuelo de la pelota.
- Las acciones y colocación de sus compañeros.
- La posición que ocupa en el terreno o área de competencia.
- Las acciones del oponente.

Estos movimientos se producen en diferentes instantes en el curso de la ejecución y surgen como consecuencia de la respuesta psicomotora ante la aparición de los factores externos, en cada uno de esos instantes sucede el análisis de una situación provocada por la influencia de esos factores, la solución mental y la solución motora que es la corrección que ejecuta el jugador a la ejecución de la acción o fundamento patrón. Esta modificación de la acción se ilustra en la gráfica No. 1.

Como resultado de este análisis se puede sacar como conclusiones que en los juegos deportivos:

1. Existe un fundamento técnico patrón y estándar para cada acción del juego.
2. Este fundamento patrón puede ser modificado por consecuencia de la influencia de factores externos.

resultado de la repetición de acciones similares. Mahlo plantea que...

la importancia de estas fases radica en que para adquirirlas óptimamente hay que desarrollarlas durante el entrenamiento. Y apunta, el hecho de darle solución por medio de la acción a los problemas planteados obliga al atleta a ordenar con inteligencia la situación problemática y su solución llevándolo a la obtención de conocimientos subjetivamente nuevos. (1974, p. 27-28).

Aspectos estos últimos característicos de los deportes de tipo tácticos. Se ha demostrado que el entrenamiento en condiciones modeladas desde las fases del aprendizaje, el desarrollo posterior o el perfeccionamiento ulterior, fortalece el éxito durante la acción táctica toda vez que desde el inicio ya se van creando en los jugadores los estereotipos de las acciones tácticas y su solución.

5.5. Situación actual del desarrollo competitivo en los juegos deportivos.

Cuando se habla de los juegos deportivos se reproduce la idea que caracteriza los estados competitivos de estos deportes. Esa característica está dada por la manifestación de innumerables habilidades técnico-tácticas de los jugadores, donde sus emociones y sensaciones van dirigidas entre dos adversarios, el del primero; realizar todos los esfuerzos por fabricar el punto y el del segundo, intentar que el oponente no logre hacerlo. Son variados los aspectos que definen tal situación, sin embargo, el pensamiento táctico puntualiza el resultado final de la acción garantizado por la toma adecuada de las decisiones.

En ello adquiere especial posicionamiento el hecho de que en el mundo competitivo de los deportes citados la maestría deportiva cada día alcanza estadios superiores, y en ello ha tenido una decisiva influencia el incremento de competencias y la creciente profesionalización del deporte, de carácter nacional e internacional, lo que se aprecia en un considerable número de países de alto y medio nivel.

En el Joven voleibolista, Navelo, R. (2004) se refiere a los planteamientos de Santana J. L., en su obra "La panorámica de la evolución del reglamento de voleibol" nos dice Santana que:

desde el período de su nacimiento como deporte hasta nuestros días, el elemento espectáculo está hoy más que nunca presente y ha producido cambios más sustanciales en más corto tiempo que ningún otro elemento. A su vez destaca que la actualidad ha estado caracterizada porque los eternos contrarios dialécticos que le dan vida: el ataque y la defensa, pugnan continuamente por alterar la estabilidad del juego. la lucha entre ataque y defensa determinan el sentido táctico del juego, entre otros aspectos, (2000, p.1).

Por ello, como resultado de este despegue competitivo, existe, sin lugar a dudas, una influencia positiva en el desarrollo de los jugadores lo que se traduce en el incremento de nuevas y más complejas habilidades técnico – tácticas que elevan el nivel competitivo a escala internacional. Entonces, ¿qué sucede en estos deportes en muchos países que no crecen en resultados? ¿estarán todos preparados metodológicamente para enfrentar el reto que representa salir del acostumbrado nivel para iniciarse en uno superior?

Por otro lado, se aprecia que, el sentido de espectáculo interviene en las modificaciones de las reglas de estos deportes, es evidente que el factor ganancias económicas ha adquirido en la actualidad una prioridad en la que el deporte no queda exento. Independientemente de todo ello, cuando el espectáculo modifica las reglas estas a su vez modifican la actuación del deportista en el enriquecimiento de nuevas y cada día más complejas habilidades técnico – tácticas.

No hay lugar a dudas de que se aprecia un considerable número de países de alto nivel que poseen Ligas nacionales donde incluyen múltiples campeonatos de varios niveles, algunos con presencia foránea y otros no, las Ligas nacionales, Copas nacionales e internacionales, Liga Mundial, etc., competencias que abarcan una participación importante de países donde muchos de ellos han repetido su presencia en varias ocasiones. Se suman a esta participación los Juegos Olímpicos, Campeonatos del mundo y Campeonatos regionales.

Ya se ha mencionado que como resultado de este despegue competitivo, existe, sin lugar a dudas, una influencia positiva en el desarrollo de los deportistas lo que se traduce en el incremento de nuevas y más complejas habilidades técnico – tácticas, es que se aprecian nuevos elementos combinativos del juego, tanto en lo individual como colectivo, nuevas técnicas de movimientos de ataque o defensa los que cada día fomentan el espectáculo competitivo y elevan el nivel de cada uno de los deportes a escala internacional. La solución está en que si se ha demostrado el incremento de nuevas y más complejas habilidades técnico – tácticas que elevan el nivel técnico – táctico, entonces, el concepto metodológico del entrenamiento necesita, urgentemente, estar a tono con ese desarrollo. No es adecuado que se compita de manera espectacular y se continúe entrenando con metodologías ya obsoletas. Se coincide con los conceptos de Julio Velasco, uno de los más destacados entrenadores del Voleibol mundial, cuando señala que:

Lo que de verdad ocurre en la situación real, es que se parte del juego. Ello se traduce en que se parte de la actividad competitiva para de ahí proyectar todo el trabajo metodológico del entrenamiento deportivo, por ello se considera que, para ganar hoy, hay que cambiar, de ahí la propuesta de conceptos modificados del entrenamiento técnico – táctico, físico y psicológico para los juegos deportivos. V. Desalvo

(comunicación personal, 11 de enero 2022)

Ante tal problema, se estudia en la presente obra una metodología del entrenamiento en la preparación técnico – táctica basada en la modelación de las acciones, la cual posibilitará incorporar a los niños, jóvenes y mayores de manera rápida, adecuada y exitosa a las tareas más complejas que plantea la actividad competitiva, y con ello abandonar obsoletas concepciones que nada favorecen al desarrollo.

5.6. El análisis científico y la necesidad de cambios en las concepciones metodológicas.

Se debe tener muy presente el desarrollo vertiginoso que el deporte alcanza hoy en día con el fin de modificar criterios y conceptos metodológicos, de ahí que es importante y necesario tomar en cuenta los planteamientos de Verjoshanski que corroboran dicha concepción:

- Los principios tradicionales y las formas de entrenamiento evidencian que una buena parte de ellos han dejado de ser actuales.
- El aumento del nivel deportivo implica un perfeccionamiento de los sistemas de preparación y de organización metodológica en los deportistas de alto nivel.
- La eficacia del entrenamiento ha condicionado el uso de métodos que favorecen la intensificación del proceso y la elevación del nivel competitivo.
- Hay que desarrollar el modelo de la actividad competitiva en las condiciones de entrenamiento. (2001, 141 p.)

Como ya se ha dicho las demandas crecientes del deporte requieren mantenerse a tono con las características del deporte mundial, dicho objetivo no se logra solo a partir de la labor en los centros nacionales de desarrollo, clubes, universidades, etc., tanto las habilidades motrices como el pensamiento táctico en las acciones del deporte se deben desarrollar desde las edades tempranas en correspondencia con la capacidad del deportista. La inserción de los deportistas en las acciones competitivas complejas a través del entrenamiento modelado constituye un paso de avance que define las siguientes ventajas:

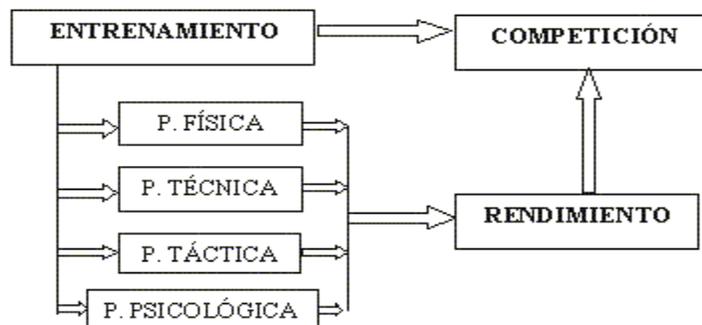
- La inserción a las acciones competitivas se realiza de una manera lógica y rápida.

- Permite optimizar el tiempo que se emplea en el entrenamiento de una manera efectiva. Se erradica la pérdida de tiempo en ejercicios que son irrelevantes.
- Al arribar los atletas a los centros nacionales, clubes etc., con un mayor desarrollo de sus habilidades competitivas, se puede orientar su actividad de entrenamiento a la enseñanza de situaciones más complejas adaptadas al nivel internacional sin tener la necesidad de dedicar tiempo a situaciones que debieron ser resueltas en etapas más tempranas del desarrollo y que hoy en día no ha sido posible.

Ya en el 2015, Navelo destaca que los juegos deportivos tienen un fin táctico. Es por ello que se ha dominado el concepto acerca del papel que jugaba la preparación técnico – táctica y su relación con las demás preparaciones. Para muchos entrenadores la preparación física constituye el núcleo desde el cual se parte hacia los demás componentes con el criterio de crear las bases del desarrollo, dominando poco el porqué de su realización. Tal afirmación se aprecia en la concepción de la obra Entrenamiento por bloques de Issurin, (2012, p. 8) cuando destaca el empleo de los ejercicios físicos para solucionar problemas de preparación física, técnica, táctica y en parte psicológica, o sea, parte de la realización del ejercicio físicos hacia los demás componentes, ello se muestra en su figura de organización de los mismos con una estructura que coloca el siguiente orden en la preparación deportiva:

- Preparación física
- Preparación técnica.
- Preparación táctica.
- Preparación psicológica
- Preparación intelectual.

Por ejemplo, Romero, (2000) señala en el esquema a continuación en un artículo denominado “Hacia una concepción más integral del entrenamiento en el Fútbol” donde también se aprecia el ordenamiento de los componentes de la preparación y aunque no se refiere a ello queda claro que para el autor la preparación física constituye el primer orden en ese juego deportivo, cuando ese equipo entrena para jugar Fútbol, de igual manera se destaca la independencia entre la preparación técnica con la preparación táctica y se respeta su concepción .



En los días actuales y dado al papel que ha alcanzado el aumento de las competencias en el mundo, ya explicado anteriormente, ello debe cambiar. Se declara que se entrena para competir y competir significa jugar, y eso requiere de un elevado trabajo en el componente técnico – táctico por lo que en la concepción del entrenamiento modelado se asume que la prioridad de la preparación lo constituye la preparación técnico – táctica, y en dependencia de sus necesidades, entonces se acude a las posibilidades que los demás componentes pueden brindar, por ello, se reitera que para los autores la preparación técnico – táctica en los deportes tácticos constituye la preparación técnico – táctica la columna vertebral de las aspiraciones del entrenador para desde ella, entonces, dirigir la atención a las necesidades que deben garantizar las demás preparaciones en el cumplimiento de los propósitos del juego. Gráfica No. 2.



Gráfica No. 2

En conclusiones, valorando el concepto de la modelación, hay que tomar en cuenta que si se entrena en la aplicación de ejercicios técnico – tácticos fuera del contexto del juego, es indudable que el atleta desarrollará habilidades técnico – tácticas, pero, para ello el entrenador ha empleado un tiempo, o sea, ha desarrollado su arsenal técnico – táctico, pero no ha desarrollado las percepciones espacio –

temporales relacionadas con la altura, dirección, distancias, velocidad de movimientos y tiempo en la ejecución del contacto con el balón. el oponente o su posición en el terreno de juego, condiciones que allí dentro son diferentes. Entonces, ese tiempo inicial que se empleó para la aplicación de ejercicios fuera del contexto competitivo ha sido un tiempo que, si lo hubiese utilizado en condiciones modeladas, desarrollando habilidades, condiciones espacio - temporales, evidentemente, permite ganar en eficacia del entrenamiento, más rápido, más amplio y más efectivo.

5.7. El entrenamiento modelado un camino rápido y exitoso hacia el alto nivel en los juegos deportivos.

La modelación del entrenamiento no surge como una alternativa más en el entrenamiento, todo lo contrario, surge como una necesidad que es consecuencia del desarrollo competitivo que alcanza el mundo en los juegos deportivos en la actualidad y en el cual se está inmerso si en materia de resultados tal aspiración representa para cualquier nación incorporarse rápida y gradualmente a los primeros niveles competitivos. Esta necesidad de emplear la modelación en el entrenamiento técnico – táctico está dada por varios fundamentos que se esbozan a continuación y permitirán alcanzar una comprensión científica y clara del objetivo que se persigue.

Destaca Platonov que una dirección eficaz del proceso de entrenamiento está relacionada con la utilización de diferentes modelos y en ello, la modelación ejerce una importante influencia. Un modelo es una muestra (estándar, patrón), en el sentido más amplio (mental o convencional), de un objeto, proceso o evento. (2001, p. 543)

5.7.1. La modelación del entrenamiento en los juegos deportivos.

Los juegos deportivos se caracterizan por su estructura de sistemas, entre ellos se encuentran, principalmente, los sistemas tácticos de ataque y defensa, a su vez estos sistemas, es posible estructurales en subsistemas y hasta operaciones individuales. Dicha estructura como subsistemas más simples, en materia de acciones que lo constituyen, se encierran en la teoría de la modelación del entrenamiento que hoy se trata, la misma ha sido estudiada por diferentes autores. Un clásico como Matveev ha tratado el concepto de la modelación como herramienta para elevar y poner a punto el entrenamiento deportivo. Se valora en su contenido, pero a tenor con la concepción que se expone en esta obra, no es en su magnitud similar a la que se trata. Matveev en esencia plantea que:

El término “modelación” trata de la reproducción algo modificada, aproximada, en el entrenamiento de las acciones para futuras competiciones, aquellas que el deportista solamente cumplirá en

los próximos certámenes. No es simplemente la copia de la acción competitiva asimilada, sino la similitud de su futura forma deseada. El problema metodológico central de la preparación de precompetición consiste en la modelación más completa posible del torneo a realizarse. La modelación es el proceso de simulación (modelación) directa al certamen principal supone la reproducción íntegra de los ejercicios de competición, del régimen de competiciones y de sus condiciones externas. (1983, p. 42).

La modelación no es nada nuevo en materia de término o método empleado en el entrenamiento deportivo, solo que la aplicación que realizan los autores de esta obra difiere de su uso clásico, necesidad que exigen las condiciones del deporte mundial de hoy en día.

Autores como Iryna, R, et al., (2023) usaron métodos de modelación en el proceso de entrenamiento de deportistas altamente calificados en la búsqueda de formas de mejorar y modernizar el proceso de entrenamiento en todos los tipos de deportes lo que ocupa uno de los lugares principales. Los autores trataron sobre el uso de métodos de modelación en deportes de equipo, teniendo en cuenta las principales disposiciones de estos métodos en la construcción del proceso de entrenamiento. Como resultado de su labor se afirma que el uso de estos métodos permite optimizar al máximo el proceso de entrenamiento. Destacando que, para alcanzar los objetivos planteados, es necesario tener en cuenta tanto los modelos del estado, la preparación y la actividad competitiva de los deportistas, así como los modelos de las formaciones estructurales del proceso de entrenamiento.

En esa misma dirección, es valorada una concepción inicial expuesta por Navelo el cual requiere de un enfoque metodológico diferente en la actualidad, en ella Navelo nos decía que:

La modelación de las acciones se desarrolla no solo en el orden individual sino también en lo colectivo y se emplea tan pronto las condiciones demostradas por los jugadores nos indiquen que pueden, con la ayuda del entrenador o los compañeros desarrollar nuevas habilidades". (2004:56).

5.8. Una nueva concepción en la aplicación del método o modelo asociado a la modelación del entrenamiento en los Juegos deportivos.

Como se aprecia Navelo & Navelo, señalan que la modelación se desarrolla tan pronto las condiciones demostradas indiquen que pueden desarrollar nuevas habilidades. Pero, hoy día tal concepción del entrenamiento es superada en la propuesta actual porque se considera una nueva modificación en su aplicación relacionada con que: la modelación de las acciones no solo se emplea tan pronto las

condiciones demostradas por los jugadores nos indiquen que pueden desarrollar nuevas habilidades, sino que:

o sea, aprender en condiciones similares a la situación de juego en lo individual, de grupos y de equipo interrelacionando las acciones individuales con las de grupos y las de equipo desde el inicio de la enseñanza o el perfeccionamiento en la misma medida en que se desarrolla el proceso de enseñanza aprendizaje de las acciones técnico - tácticas. (2014, p. 40).

Estudios recientes en esta dirección dan fe de que, en esta proyección metodológica, y con el objetivo de alcanzar resultados positivos en la preparación, se hace necesario emplear el concepto de modelación desde el primer momento en el aprendizaje. Las miras en el cumplimiento de los ejercicios dados están orientadas, en primer lugar, a resolver tareas tácticas; en los ejercicios se modelan en la práctica algunos procedimientos tácticos o formas íntegras de táctica de la competición.

Es por ello que un certero fundamento de la obra que ocupa a los autores tiene todo su basamento científico en el empleo de la “Modelación” como modelo de enseñanza - aprendizaje o de entrenamiento y como método esencial que rige todo el proceso de preparación técnico – táctica desde sus inicios hasta el momento competitivo, se manifiesta en todas las etapas de la preparación.

Se toma en consideración que:

- En un momento de la preparación no es la copia exacta de la acción competitiva sino la similitud de ella.
- En otro ya más avanzado si lo será.

Todo depende del momento de la preparación en su macrociclo de entrenamiento y del nivel del equipo con que se trabaje, pero siempre habrá modelación.

Capítulo 2. El entrenamiento modelado un camino rápido y exitoso hacia el alto nivel en los juegos deportivos.

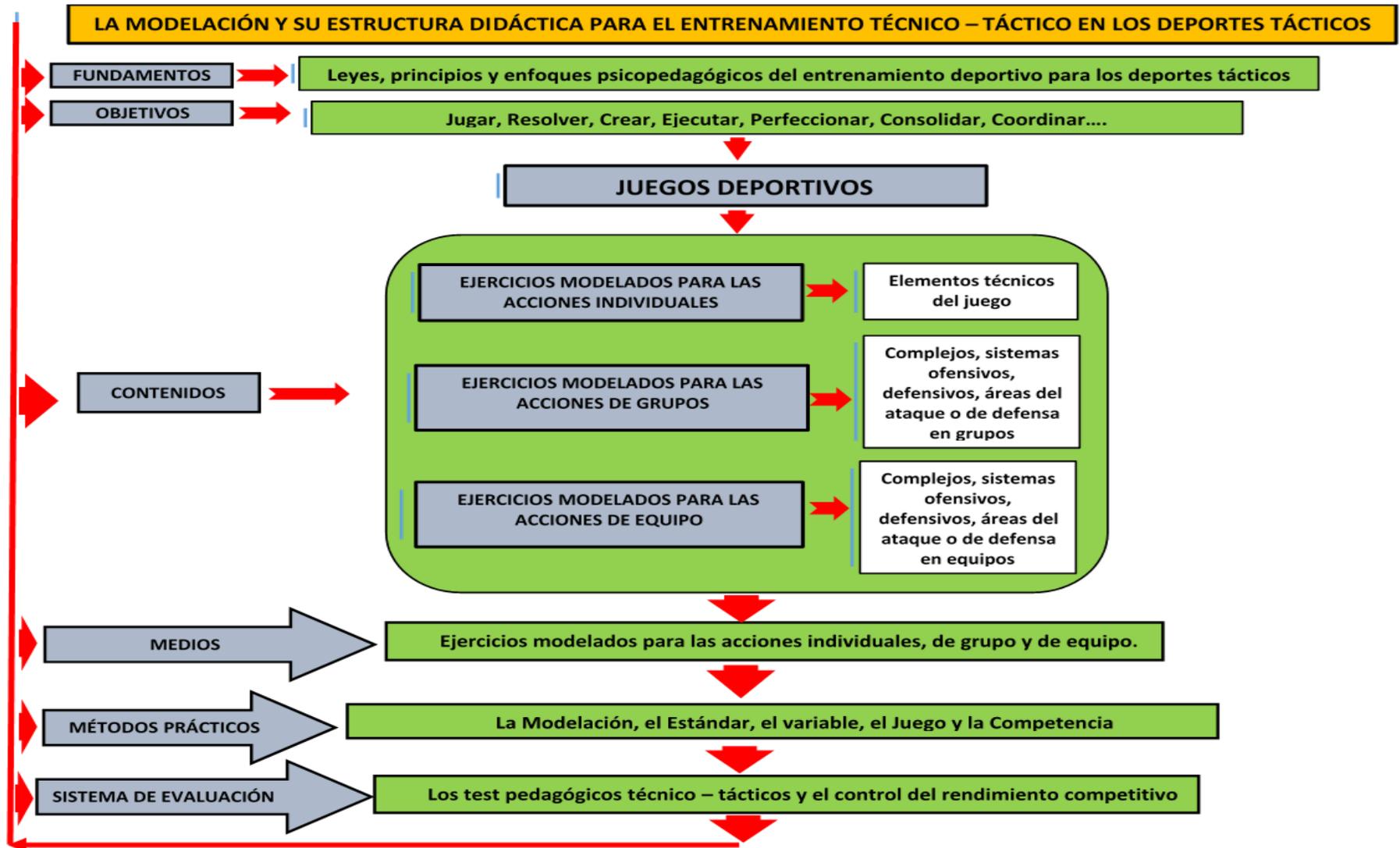
2.1. La estructuración del modelo de entrenamiento basado en la modelación y los componentes didácticos que lo constituyen.

Para caracterizar la Modelación del entrenamiento en los juegos deportivos se presenta, más adelante en la gráfica No. 3, el modelo y la estructuración didáctica de sus componentes, la misma se realiza con ejemplos palpables para su aplicación en la práctica de manera que posibilite alcanzar su comprensión. El modelo se encuentra constituido por una estructura didáctica que contempla las exigencias de un proceso pedagógico. Al observar la gráfica No. 3 se pueden apreciar por su orden los siguientes aspectos:

- Los fundamentos científicos que sustentan el modelo, los cuales se representan en los principios, leyes y enfoques psicopedagógicos del entrenamiento deportivo que le dan basamento al empleo de la modelación en el proceso de entrenamiento de estos deportes.
- Como primer componente del proceso pedagógico se realiza un estudio de los objetivos asociados a los juegos deportivos, los cuales llevan un fin implícito en el concepto de la modelación.
- De igual manera se establecen los contenidos que generan el qué entrenar en estos de deportes. Dicha determinación establece con claridad que cada uno de ellos estará orientado intencionada y conscientemente al logro de la modelación de sus acciones competitivas según sus tipos, es evidente que en los juegos deportivos predominan las individuales, de grupo y de equipo.
- En esta estructura del modelo, se aprecia, con una gran importancia los métodos del entrenamiento que caracterizan el entrenamiento modelado, entre ellos, la modelación en sí misma, el método estándar, el método variable, el juego y la competencia, los que indistintamente ejercen su papel en el interior del entrenamiento modelado.
- Finalmente, se ofrece el sistema de evaluación que también identifica su accionar con la modelación al emplear en ello los test pedagógicos técnico – tácticos y el control del rendimiento competitivo como el máximo exponente del porqué se entrena.

La modelación del entrenamiento que se trata se encuentra desarrollada en una metodología la cual permite la organización y sistematización de la misma, tal referencia se hace explícita en el siguiente acápite.

Gráfica No. 3. La representación del modelo en su estructura didáctica.



2.2. Fundamentos científicos para el empleo de la modelación en el proceso de la preparación técnico – táctica.

2.2.1. Bases pedagógicas del entrenamiento técnico – táctico modelado. El proceso de enseñanza – aprendizaje y su papel en el entrenamiento modelado.

El entrenamiento técnico – táctico en condiciones modeladas para los juegos deportivos, lleva consigo un fundamento apoyado en modelos, concepciones, metodologías y principios tanto didácticos como del propio entrenamiento deportivo lo que le brinda un sustento científico a esta importante labor. Como proceso pedagógico que constituye el entrenamiento deportivo no es posible dejar de sentar las bases que lo caracterizan. Se parte del estudio del proceso de enseñanza o enseñanza – aprendizaje como un concepto o término más completo cuando se están refiriendo al hecho del trabajo de iniciación o aprendizaje con los niños, lo que evidentemente es ver ese proceso de manera reducida, el jugador se incluye en este contexto.

El ser humano estará aprendiendo toda la vida, de cualquier manera vive vinculado a los procesos de la dialéctica, su pensamiento y acción están en una constante recepción en su desarrollo intelectual o motriz por ello está continuamente aprendiendo algo nuevo, ese aprendizaje llega por medio de un proceso de enseñanza, que en la mayoría de los casos es dirigido por profesores, entrenadores o especialistas en diversas instituciones pero en otros se alcanza por medio de la experiencia práctica, de los procesos deductivos que surgen del resultado de la aplicación del método ensayo – error, algo muy común en la práctica del deporte, a pesar de ello, de una forma u otra siempre se aprende, como es lógico, en la primera con una mayor velocidad y calidad que en la segunda.

El aprendizaje de las acciones técnico - tácticas en los juegos deportivos se distingue como el hecho de ser una actividad consciente y orientada, en la que de manera intencionada se plantean los objetivos y las tareas para resolverlas, tales propósitos se evidencian en el juego, pero se resuelven en el proceso de preparación técnico – táctica. En la misma medida en que el proceso se hace más sistémico, rico y activo, se logra la formación o perfeccionamiento de las habilidades técnico-tácticas las que pasan nuevamente a enriquecer el juego. Este proceso activo se desarrolla en un ciclo en espiral que eleva infinitamente los conocimientos y la formación de los hábitos al nivel de habilidades y destrezas técnico - tácticas.

En el niño, el proceso de adquisición tiene un espacio superior para aprender debido a que su capacidad aún no ha sido cubierta, popularmente se dice “los niños son una esponja” porque lo asimilan todo. Ya el adolescente continúa aprendiendo, pero, de alguna manera, son un poco menores sus posibilidades, por una parte, aprende algo nuevo, pero por otra, perfecciona lo aprendido, y en el adulto el proceso de adquisición es de menor profundidad y dimensión, pero siempre aprenderá y se dedica al continuo desarrollo de perfeccionar lo aprendido e incluye nuevas y mayores ejecuciones en función de vencer al oponente lo que también constituye aprendizaje. En la práctica se puede decir que un niño es capaz de aprender la técnica de todos los elementos básicos de su deporte, pero pocas variantes, el adolescente aprende las variantes y perfecciona lo aprendido de lo básico, pero el adulto aprende nuevas variantes técnico – tácticas y continúa en el camino de la perfección de lo ya aprendido que también forma parte de ese proceso de aprendizaje, siempre lo realiza en función de burlar al oponente con habilidades técnico – tácticas superiores, a unos les enseña el entrenador y a otros les enseña la exigencia y experiencia competitiva pero todos están sometidos a un proceso de enseñanza – aprendizaje, en conclusiones el proceso de enseñanza es infinito, sabemos cuándo comienza pero solo termina cuando la vida deportiva, demostrada por la manifestación de sus habilidades motrices y capacidades han llegado a su fin.

Este proceso infinito de enseñanza – aprendizaje se alcanza de diferentes formas, de ahí la respuesta al *¿cómo se enseña?* Dicha respuesta se asocia a lo que comúnmente la literatura deportiva denomina Modelos de enseñanza, en tal sentido, los resultados investigativos en el estudio de los modelos de enseñanza han servido para brindar respuesta a dicha pregunta.

2.2.2. La realidad de los modelos de entrenamiento de la técnica y la táctica y su relación con la novedosa concepción en los juegos deportivos.

En relación con los conceptos de modelo, señala Martínez que una primera aproximación al concepto de modelo citando a Escudero, (1981, p. 9) ha de ser “una representación simplificada de la realidad” y desde la filosofía, citando a Rus (1999, p. 258) vendría definido como “interpretación o representación simbólica y esquemática que permite dar cuenta de un conjunto de fenómenos”

Un modelo de enseñanza debería incluir las siguientes dimensiones constitutivas:

- una determinada concepción del aprendizaje.
- una determinada concepción del hombre.
- una determinada concepción de cultura.
- unas determinadas estrategias para alcanzar sus intenciones.
- unos determinados medios para potenciar esas estrategias.

- una determinada vía de interpretación para adecuar - modificar lo anterior a los contextos, entendidos estos como constituidos por el contenido específico de la cultura, el nivel, los alumnos, el centro y el profesor. (Martínez, 2023, p. 3-4)

En conclusiones se considera que un modelo pedagógico o didáctico es una estructura teórica que guía el proceso de enseñanza-aprendizaje, proporcionando un marco para diseñar, implementar y evaluar estrategias educativas. Estos modelos se basan en principios y teorías educativas que buscan optimizar el aprendizaje de los estudiantes.

Otros modelos también han sido motivo de análisis y estudios desarrolladores de los procesos de enseñanza – aprendizaje, en específico en la actividad deportiva en la que los estudios realizados evidencian la existencia de varios modelos que han estudiado la actividad pedagógica en la esfera deportiva, sin embargo, su esencia se puede concentrar en dos principales direcciones:

1. Modelos tradicionales o de enseñanza técnica.
2. Modelos alternativos relativos a la enseñanza táctica. En ellos se incluyen:
 - Aprender jugando. (López, 2003)
 - Los modelos de enseñanza comprensiva (derivada del término Teaching games for understanding. Hastie, P. A., & Wallhead, T. L. (2020)
 - Modelo de enseñanza integrada técnico – táctica de López y Castejón (2020)
 - El modelo didáctico alternativo técnico – táctico de Navelo Cabello 2004.

Determinan López y Sargatal que

Bajo la denominación de modelos de Enseñanza Comprensiva del Deporte (ECD) encontramos diferentes aproximaciones que tienen su origen en el Teaching Games for Understanding (TGfU) (Bunker y Thorpe, 1982) y en los modelos franceses y alemanes sobre la enseñanza deportiva según (Gréhaigne, Wallian y Godbout, 2005). Desde el punto de vista de la perspectiva psicológica subyacente, estos modelos se basan en una perspectiva cognitiva y constructivista del aprendizaje en cuya esencia se encuentra que el deportista pueda entender y comprender el qué, el cuándo y el cómo de su comportamiento en la situación de juego. Pero, sobre todo, busca que el deportista entienda el “por qué”. Esta cuestión es fundamental puesto que se basa en el hecho de que el

deportista pueda atribuir sentido a sus actuaciones y a la de los compañeros y adversarios. O, dicho de otra forma, busca que el deportista pueda responder a ¿por qué realizo esta acción y no otra? Y en la base de esta pregunta se hallan aspectos tales como ¿qué es mejor en este momento?, ¿qué están haciendo mis compañeros?, ¿cómo está jugando el rival?, ¿en qué situación tenemos dificultad?, ¿en qué momento del juego nos encontramos?, etc. Es decir, tiene en consideración todo el conjunto de elementos que se hallan presentes en un momento determinado y, al mismo tiempo, las consecuencias de dicha acción para la evolución del juego. (2014, p. 25)

En tal sentido, hay una publicación interesante que se utiliza como referencia, basada en los estudios realizados por Méndez (2020) en su trabajo titulado "Modelos de enseñanza deportiva. Análisis de dos décadas de investigación", donde se realiza un profundo análisis de los modelos de enseñanza deportiva durante dos décadas, en el mismo se identifican enfoques pedagógicos y el impacto de estos modelos en el rendimiento y preparación de los deportistas.

A mediados del siglo pasado ese autor demostró la existencia de dos modelos de enseñanza en los juegos deportivos, uno denominado "Modelo Tradicional" que es orientado al desarrollo de la técnica a partir de los primeros momentos del proceso para después trabajar lo táctico y un "Modelo alternativo", que da prioridad a la táctica, señala Méndez Giménez dice que

"... el primero de ellos se centra en progresiones de ejercicios, tanto de asimilación como de aplicación y en el desarrollo de las técnicas deportivas fundamentales antes de abordar los aspectos tácticos y de practicar el juego en situación real (se enfatiza el aprendizaje de la habilidad antes que la comprensión del juego). El segundo, se asocia a la pedagogía del descubrimiento y está fundamentado en la propuesta de experiencias motrices lúdicas vinculadas al contexto real de juego desde el primer momento". Méndez, A. (2020)

Este último se refiere a la táctica. Se reconoce también que los modelos tradicionales a los que se refiere Méndez Giménez sustentan una etapa en el desarrollo de las técnicas del deporte y otras más adelante dedicadas a la táctica, lo que contradice el concepto de preparación técnico – táctica como una unidad indisoluble en el trabajo de entrenamiento en los deportes de tipo táctico.

Como se aprecia hay una excelente relación de la clasificación de los deportes estudiadas en el capítulo anterior con esta determinación de modelos de enseñanza, en consonancia con ello, en juegos deportivos se infiere que ambos

ocupan un espacio en la concepción de los modelos alternativos, o sea, su vínculo con las acciones asociadas a la toma de decisiones en la táctica es el fundamento que los identifica con este modelo alternativo.

Por otra parte, y tomando en cuenta su profunda relación con el propósito de este estudio, los autores de esta obra analizan con mayor profundidad, dentro de los modelos alternativos, el que se refiere a la enseñanza integrada técnico-táctica de los deportes en edad escolar de López y Castejón (2005) estableciendo las diferencias con la concepción de modelación del proceso de entrenamiento que se presenta. La concepción que se analiza señala que:

Como hemos indicado anteriormente, la propuesta presentada como un “Modelo integrado Técnico-Táctico” se incluye en un marco genérico denominado “Enseñanza Comprensiva del Deporte”, y se considera como una postura intermedia² entre aquellos modelos que propugnan la enseñanza de los deportes colectivos empezando por la táctica y que mantienen la necesidad de empezar por los llamados fundamentos técnicos. (López y Castejón 2020, p. 41)

El modelo integrado técnico – táctico al cual se refieren los autores difiere de la propuesta de Modelación de entrenamiento en la que se expresa la unidad dialéctica de la técnica y la táctica desde los primeros pasos de la enseñanza y ello está dado porque el modelo comienza por una fase de dominio y consolidación de las habilidades y destrezas básicas, entendido como el punto de partida y base para el aprendizaje y enseñanza de las habilidades deportivas. Tras un cierto nivel en el dominio de la motricidad básica, se plantea una segunda fase donde se hace una integración de las habilidades técnicas y tácticas de forma simultánea, pero equilibrando la exigencia de las mismas. Y una tercera fase se hace una presentación de las habilidades técnicas y tácticas aprendidas en la fase anterior. Es decir, hay que aplicar los elementos aprendidos en el contexto del deporte, con reglas, objetivos del mismo, etc.

En conclusiones, tanto los modelos tradicionales que diferencian el proceso de la técnica independiente a la táctica, como el modelo alternativo de integración técnico – táctica expresan fases o momentos donde independizan el entrenamiento de la técnica independiente a la táctica lo cual es superado por la propuesta que considera la unidad técnica y táctica desde los primeros pasos en la enseñanza o entrenamiento.

En materia de proceso de enseñanza - aprendizaje todas estas nuevas y crecientes forma de adquisición de habilidades motrices pertenecen al macrosistema que se denomina “juego”, o sea, el elemento que constituye la esencia principal de “para que se entrena” pero, no es posible ver estas habilidades de manera aislada sino dentro de sus subsistemas que forman parte

de estructuras más simples de ese gran macrosistema que los caracteriza, se tratan estos subsistemas de las acciones ofensivas o defensivas, los complejos, los sistemas de ataque o defensa, pero como es evidente, en cada uno de ellos aparece la figura del oponente. O sea, la manifestación de los subsistemas de cada uno de los deportes que se tratan, con la manifestación o presencia del oponente crea las condiciones de modelación de la actividad de entrenamiento.

2.2.3. La unidad en el concepto técnico – táctico.

En un artículo del grupo Ekipo publicado en análisis del Fútbol, (2013) se hace mención al tema con lo cual se corroboran los fundamentos esenciales de la obra que se expone, al respecto se dice que:

En consecuencia, utilizar al modelo de juego como hilo conductor supondrá que debemos de entrenar en contextos similares a los que vamos a competir, que los ejercicios que planteemos no podrán ser copiados, que serán únicos para “nuestro” equipo, “nuestras” necesidades y potenciales, seleccionados y ajustados en base a la dificultad y complejidad del nivel de rendimiento de los jugadores, de su organización dinámica y del momento temporal que existen entre su aplicación y los efectos positivos que pueden obtenerse; porque únicamente de esta manera nos serán útiles a “nuestro” equipo y a “nuestro” querer jugar. Tamarit (2007, p.1).

Y continúa insistiendo en que:

O sea, se deberá entrenar cada situación en la zona o zonas del campo donde queremos que se produzcan”. Únicamente de esta manera, aplicando ejercicios apropiados a los problemas o necesidades identificadas, optimizaremos “nuestro” proceso de entrenamiento, dándole una dirección precisa y racionalizando el tiempo y el esfuerzo para obtener el mejor resultado posible. (Cano, O. 2009, p.1) citado por Ekipo, análisis del Fútbol (2013)

En resumen, la modelación del entrenamiento técnico – táctico actual. Navelo, R. (2014), se caracteriza por tener un fundamento científico asociado a los principios del entrenamiento deportivo que rigen en particular las condiciones modeladas del mismo. Para él sirve de base psicopedagógica el enfoque histórico cultural de Vigotski y otros conceptos y condiciones de la pedagogía en el campo del deporte a la cual se refiere más adelante.

- Enseñar la técnica con una dirección táctica del proceso significa que entrenamos para jugar o combatir y con ello alcanzar altos resultados

competitivos o lo que es igual “ganar”, que no siempre quiere decir alcanzar una medalla.

- El autor emplea con sistematicidad la expresión popular de que “a nadie le gusta ir a una competencia a perder”. Y le agrega, por expresión conocida “no tenemos tiempo para perder el tiempo” hay que optimizar el poco tiempo que para el entrenamiento se dispone porque hay que formar a los jugadores con el concepto real de su actividad competitiva que es el juego y prepararlos para el futuro que se le avecina.
- Hay que erradicar en los procesos de planificación y ejecución de las unidades de entrenamiento el empleo de mucho tiempo en tareas o ejercicios poco asociadas al juego. En este sentido Milán, Y. y Cabrales, W. (2016) señalan que:

La maestría táctica está estrechamente ligada con la técnica, la preparación física, volitiva y las cualidades individuales del jugador. Mientras mayor sea la utilización sistemática de la técnica, modelada en condiciones de competencia, mayor maestría tendrá el jugador y más fácil le será elegir el momento y la solución táctica a la situación que se pueda presentar durante el juego, aspectos que amplían sus posibilidades de triunfo y obligan al jugador, además de perfeccionar los movimientos ya practicados, a superarse en el estudio de nuevos recursos tácticos. Milán, Y. y Cabrales, W. (2016, p. 108).

En este modelo metodológico, se destacan los necesarios cambios de pensamiento en el entrenamiento de la técnica y la táctica sobre todo cuando en estos deportes se cuenta hoy en día con un alto desarrollo en el que los jugadores necesitan resolver las grandes tareas técnico - tácticas que se les impone y para esto el entrenamiento debe cumplir desde los primeros momentos del aprendizaje el papel pedagógico para el cual debe prepararse, pues no es necesario llegar a la cima para entonces resolver tareas más complejas, es como ingresar a la universidad sin transitar por la enseñanza media.

Esta concepción plantea que:

La preparación técnico - táctica es el proceso pedagógico donde se produce la transmisión y asimilación de la técnica y la táctica deportiva en una unidad dialéctica de manera que el jugador logre de forma efectiva la solución de las tareas motrices en el juego. En el mismo se cumple con el desarrollo, estabilización y perfeccionamiento de los hábitos, habilidades o destrezas

deportivas, tomando en consideración la ejecución del trabajo según el enfoque histórico cultural y su postulado de zona de desarrollo próximo expresado por Vigotski. Navelo, R. (2004, p.17)

En conclusiones, esta preparación estará estrechamente vinculada a las formas de pensamiento táctico en condiciones modeladas desde los primeros pasos en la enseñanza y durante todo el proceso. El gesto deportivo debe garantizar el éxito de la acción, pero no es la esencia principal en los fines del entrenamiento. Las direcciones técnicas y tácticas del entrenamiento serán utilizadas desde los primeros momentos de la enseñanza, sin embargo, el predominio entre uno y el otro estará en correspondencia con el momento de la preparación, con las características del grupo y con la experiencia competitiva, su esencia nos dice que siempre existirá la relación técnico – táctica en todo el proceso y no separado por fases o momentos del proceso.

2.2.4. El enfoque histórico cultural de Vigotski.

Gómez, S., & Paredes, C. (2021) hacen referencia a las teorías expuestas por Vigotski y sus continuadores en el enfoque Histórico Cultural las que son estudiadas en otras obras por, García, M. (2022), Ruiz, L. (2020), Fernández, J., & Morales, A. (2021) y Sánchez, R. (2023). Las mismas sirven de base para fundamentar los elementos esenciales de la propuesta tomando en consideración la concepción dialéctico materialista sobre la que se basa, así como su expresión más abarcadora y actualizada.

Vigotski (2016) formula un conjunto de tesis sobre el desarrollo histórico-social del hombre aplicando la filosofía marxista a la psicología. Su concepción materialista de la psiquis la considera como una propiedad del hombre como ser, materia, que tiene un cerebro, pero a la vez como un producto social, resultado del desarrollo histórico de la humanidad. Vigotski no formula una teoría de la enseñanza, pero si sienta las bases teórico-metodológicas que permiten su posterior elaboración por sus continuadores. Considera que a la enseñanza corresponde el papel rector en el desarrollo psíquico del niño, que esta es la fuente del desarrollo, que precede y conduce el mismo. La esencia de su tesis expresa que la enseñanza no necesita esperar a que el estudiante haya alcanzado determinado nivel de desarrollo para que pueda aprender algo, lo importante es precisar si en el sujeto existen las posibilidades para este aprendizaje.

Por tanto, considera que la enseñanza no debe estar orientada hacia aquellas funciones que ya han madurado, hacia ciclos concluidos del desarrollo, sino por el contrario debe dirigirse a las funciones que están en proceso de maduración, esto permitirá un buen aprendizaje, una enseñanza desarrolladora. El modelo propuesto se dirige continuamente al aprendizaje de nuevos hábitos y habilidades

en la misma medida que el joven jugador demuestre sus potencialidades, por lo que se demuestran una plena coincidencia con las ideas expresadas por Vigotski, (2016), citado por Navelo (2001).

En torno al concepto de zona de desarrollo próximo creado por Vigotski resulta de indudable valor metodológico para la enseñanza. El mismo señala que existe una diferencia entre lo que el niño es capaz de realizar por sí sólo y lo que puede efectuar con la ayuda de los adultos o de otros compañeros, y definió como zona de desarrollo próximo la distancia entre el nivel real de desarrollo y el nivel de desarrollo potencial determinado a través de la resolución de un problema bajo la guía de un adulto o en colaboración con otro compañero más capaz (Fernández & Morales (2021). Esta teoría sustenta la propuesta en lo referente a que con la ayuda del entrenador o de otros compañeros bajo las condiciones modeladas, las potencialidades del jugador serán más desarrolladas en el proceso.

2.2.5. Las percepciones espacio – temporales y su influencia en la modelación del entrenamiento.

La labor del entrenamiento deportivo como proceso de enseñanza - aprendizaje lleva consigo diversos procesos desde la psicología humana, muchos de los mismos no son intencionadamente entrenados, solo que se desarrollan como efecto de otras actividades dentro del entrenamiento deportivo. Está muy bien definido para los autores que los éxitos que se alcanzan en la Modelación del entrenamiento tienen su sustento científico en los resultados que le brindan las percepciones espacio – temporales que a través del mismo se desarrollan. David et al. señala que las percepciones espacio - temporales en el deporte ha sido estudiada por autores como Gideon (2011), Sáinz De La Torre (2014) y otros. El proceso de percepción ha sido valorado por Bermúdez, Leyva, Cabrera y Pérez (2004). como; “La interrelación del hombre con la realidad que le permite reflejar subjetivamente todos los estímulos externos de los objetos y fenómenos circundantes que actúan sobre nuestros órganos sensoriales”. (2014, p. 2)

Asegura Peñuela, J. et al., (2014) que:

En la actualidad se carece de una bibliografía especializada que revele una metodología especial con el fin de incorporar a la dirección del proceso de enseñanza-aprendizaje de los fundamentos técnicos-tácticos, las consideraciones teóricas de carácter biológico y psicológico de las cuales depende la percepción espacio-temporal contextualizados en las funciones y tareas específicas de los voleibolistas por posición en el juego. (Peñuela, 2014 p. 1)

Señalan los autores que se puede definir la percepción espacial como el conocimiento o toma de conciencia del medio y sus alrededores; es decir, la toma de conciencia del sujeto, de su situación y de sus posibles situaciones en el espacio que le rodea, su entorno y los objetos que en él se encuentran. (Según Wallon cit. por Romero, 1994). Se refiere a la ubicación de los jugadores en el área donde se desarrolla su actividad competitiva en relación con las líneas que diferencian las áreas de juego en su instalación deportiva y la relación y ubicación de sus compañeros de equipo o los oponentes y los medios que son parte de la competencia, tales como la red, el aro, la portería, etc.

Con certeza señala Platonov, V. N. (2001, p. 268), que

es completamente diferente el estado de la preparación táctica en los juegos deportivos y los deportes de combate, ya que la complejidad de las acciones tácticas está determinada por las dificultades de la percepción de la situación, la toma de decisiones y su realización a causa de la gran diversidad y frecuente cambio de las situaciones competitivas, déficit de tiempo, espacio limitado, información insuficiente, camuflaje del rival y de sus intenciones reales, etc.

Afirma que, en los juegos deportivos cuando se ejecutan las acciones tácticas se manifiestan dos niveles de objetivos operativos: uno referido al sensoperceptivo y otro al pronóstico. En el primero, se realiza la elección de la decisión entre varias alternativas que se presentan ante una situación inesperada. En el segundo, se manifiesta la toma de decisiones como resultado del análisis de las acciones del rival y de su conducta.

Así mismo destaca que, la toma de decisiones en estas modalidades deportivas tiene sus particularidades específicas dado por las condiciones de presión temporal y que esta poseerá valor táctico únicamente si se aplica en el momento justo y en estricta concordancia con la situación competitiva, por la percepción de los elementos de la situación táctica; por la denominada orientación panorámica de su campo visual; por la elección de la decisión táctica entre las variantes que pueden ser semejantes y la capacidad para ignorar las variantes que sean intermedias e insignificantes. Como se aprecia, se destaca de esta manera el valor que las percepciones juegan en los juegos deportivos.

Importante papel debe brindársele al desarrollo de la capacidad de los deportistas desde los primeros pasos de su entrenamiento, de percibir la mayor cantidad de elementos posibles del contexto deportivo, lo cual está implícito en las características del modelo propuesto. Si se logra que desde los primeros momentos del proceso y en lo sucesivo se entrene en las condiciones similares a

las que se desarrolla el deporte. Si los ejercicios llevan en su interior las formas de la actividad competitiva ya sean simples o complejos, se está identificado con la modelación del entrenamiento como concepto de esta obra, entonces, no será necesario, en momentos más avanzados del proceso, crear ejercicios para ello, lo cual brinda, por razonamiento lógico, un avance hacia el logro de mejores y mayores resultados deportivos en un menor tiempo. Se adaptaría a la dinámica particular de estos deportes, ya que en los mismos el contexto se modifica constantemente con desplazamientos, acciones de sus compañeros o del adversario, trayectorias, velocidades del balón o de las acciones del oponente, aceleraciones e intenciones porque es necesario que el jugador esté adaptado desde temprano, regulando los esfuerzos precisos y la dirección de sus acciones con el fin de enviar el balón con efectividad o enfrentar con éxitos las acciones con su oponente, para así ampliar la toma de decisiones a través de un enorme caudal de habilidades y experiencias competitivas.

2.2.6. Las bases psicofisiológicas y biológicas de los procesos perceptivos de espacio y tiempo.

Refiere Peñuela, et al., (2014) que hay que tener en cuenta el componente biológico porque una gran parte de la situación real del mundo que capta el ser humano es mediante la vista, la cual posee células especializadas ubicadas en la retina para interpretar el reflejo de la luz sobre los objetos. En este proceso se destaca el valor de las distancias en las que se encuentran los objetos, sus compañeros de equipo o los adversarios. Tal labor asociada al modelo propuesto tiene como consecuencia también permitir el desarrollo de la anticipación o capacidad para actuar de forma adelantada en los parámetros espacio-temporales del jugador. Actividad que posibilita brindarle una adecuada respuesta a las acciones ofensivas del oponente en los movimientos de defensa, ya sean individuales o colectivos. Si se entrena con ejercicios similares a la actividad competitiva en cualquier tipo de ejecución se amplía el nivel de percepción espacio temporal y con ello, las reacciones de anticipación a las acciones del oponente serán más efectivas y más desarrolladas lo cual elevaría el nivel de los jugadores en sus respectivos deportes.

Con el empleo de la modelación del entrenamiento, los jugadores deben ser capaces de determinar las características de los elementos personales y no personales del contexto deportivo, es decir, su ubicación o distancia, la velocidad con que se mueven, se incluye la identificación de su propia posición respecto a esos elementos y al área de competencia, que tan cercanos o lejanos se encuentran de las líneas, la malla, la portería, el aro, etc. En fin, la percepción espacio-temporal en los juegos deportivos es una condición psíquica que le permite al jugador descubrir, medir el tiempo de captura, ataque, golpeo al balón

o bloqueo en el área de competencia determinando las causas exactas de la sucesión de las acciones técnico-tácticas que ocurrirán.

Amplían los autores señalando que una característica en torno a la rapidez con la que el sujeto percibe y da respuesta a los estímulos, varía en dependencia del tipo de reacción si es compleja o no compleja. En el caso de los juegos deportivos la mayor parte de estímulos son complejos, ya que los jugadores, no conocen el estímulo al cual se enfrentarán ni la respuesta exacta a cada acción.

Para que el jugador se pueda ubicar en el terreno de juego es imprescindible tener en cuenta, primero, la imagen visual que él capta, en ello, el ojo juega un papel determinante en la percepción espacial ya que le indica la ubicación, distancia y forma de las cosas, sin embargo, no es posible tener un control visual de todo lo que sucede en el área de competencia, es por eso que, el jugador debe aprender a educar su sistema funcional donde el aparato vestibular juega un papel importante, ya que informa sobre la posición de la cabeza respecto al suelo.

La percepción del tiempo o percepción temporal es un campo dentro de la psicología, la lingüística cognitiva y la neurociencia que se refiere a la experiencia que una persona tiene del tiempo. Esta experiencia subjetiva del tiempo, sentido del tiempo o consciencia del tiempo se mide por cómo la persona percibe la duración de un intervalo de tiempo en el que no hay acontecimientos, y también por su percepción del devenir de los acontecimientos cuando los hay. Ephrat, L. (2019).

En atención a las percepciones del tiempo se valora también los aportes de Warren Meck (2013) quien ideó un modelo fisiológico para medir el paso del tiempo. Fue consciente de que la representación del tiempo es generada por la actividad oscilatoria de las células en la corteza cerebral superior. La frecuencia de estas células es detectada por otras células en el cuerpo estriado dorsal en la base del prosencéfalo. En su modelo Meck (2013) definió separadamente los conceptos de tiempo explícito y tiempo implícito. El tiempo explícito es cuánto estima la persona que dura un estímulo. O sea, cuánto dura la llegada del balón al apreciar la velocidad y la fuerza que le imprime el oponente. Y en relación al tiempo implícito definió que es cuánto estima la persona que queda para un evento inminente que se espera que ocurra en un futuro cercano. Se traduce en que el jugador debe realizar tal desplazamiento a tal velocidad porque la velocidad con la que viaja la pelota o con la que el oponente se traslada le indica que estará en ese lugar en determinado tiempo, en ello se pone de manifiesto la lectura del tiempo en las acciones de golpeo del balón, captura de un rebote o movimientos de defensa ante tal gesto realizado por el oponente. Ello evidentemente, contribuye con el sentido de la anticipación a determinadas acciones.

Se aclara que estas dos estimaciones de tiempo no involucran las mismas áreas neuroanatómicas. Por ejemplo, el tiempo implícito a menudo se calcula para llevar a cabo una tarea motora que involucra el cerebelo, la corteza parietal izquierda y la corteza premotora izquierda. El tiempo explícito a menudo involucra el área motora suplementaria y la corteza prefrontal derecha.

En varios estudios, señalan Peñuela, et al., (2014, p. 7) que:

se ha demostrado que las estructuras estimuladas en las tareas de determinación del tiempo son el cerebelo, los ganglios de la base y la corteza prefrontal (Ivry y Keele, 1989, Harrington y Haland, 1999; Coull, Vidal, Nazarian y Macar 2004 citados por Correa, Lupiáñez y Tudela, 2006).

Reseñan los autores que es necesario también que se haga un análisis de la percepción del tiempo a partir de los estados emocionales, los cuales alteran la valoración del tiempo, por ejemplo, en el caso de la excitación se tiende a sub-valorarlo y en el de la inhibición a sobre-valorarlo.

Squillace, M. et al., (2020, p. 4) hacen referencia a que:

Otra división de sistemas de procesamiento temporal lo da la naturaleza del estímulo a procesar, si éste es de naturaleza motora o sensorial. Así, se abre una dimensión *motor-sensorial*. Cuando se investiga no resulta la misma tarea procesar las características espacio-temporales de un intervalo (sensorial) que reproducir patrones o secuencias de intervalos a partir de la conducta (motor). Los circuitos neurales que se encargan de procesar la emisión de patrones motores son distintos a aquéllas encargadas de procesar esas mismas relaciones temporales como información sensorial (Paton & Buonomano, 2018).

- a. Las áreas sensoriales implicadas en la discriminación de patrones rítmicos/ temporales reclutan zonas del tronco encefálico y de las cortezas sensoriales de las diferentes modalidades implicadas.
- b. En cuanto a la emisión de patrones temporales también hay circuitos distintos de acuerdo a si éste es un patrón simple repetitivo o se trata de patrones complejos (Hardy & Buonomano, 2016).
- c. Por otra parte, hay tareas donde se combinan ambos componentes sensoriales y motores, ya que ambos son

fundamentales para generar la tarea (e.g. interpretación musical).

Se comparten las ideas de Peñuela, et al., (2014) cuando las mismas se asocian a las características de los juegos deportivos, los autores señalan que el proceso de percepción es una construcción compleja que parte de lo sensorial, biológico y psicológico, y en donde la experiencia deportiva juega un papel vital en el entendimiento de la dinámica de estos deportes, por ello, se hace necesario que el entrenador conciba dentro del entrenamiento técnico - táctico la actividad modelada que garantiza el proceso de análisis de la información y dar respuestas en unidades de tiempo cortas, así también, es necesario considerar los fundamentos biológicos de los que depende el proceso de percepción espacio-temporal para la dirección de la preparación por funciones específicas.

2.2.7. Principios y enfoques pedagógicos del entrenamiento deportivo para los juegos deportivos en el concepto de modelación.

En la obra “El Aprendizaje de la acción táctica” López y Sargatal quienes fungen como editores, se expresa un fundamento que se comparte con creces por los autores el cual refuerza la concepción metodológica que establece los cimientos de esta obra, señalan los autores que

Es misión del entrenador que la práctica sea abundante y variable, ofreciendo retroalimentaciones cuando sean necesarias o cuando los deportistas las reclamen modelando la dificultad técnica y táctica progresivamente tanto en condiciones estables e inestables. El desarrollo de la competencia táctica y decisional se basa en la premisa de que los deportistas deben adquirir la mayor experiencia posible en escenarios en los que emerjan las posibilidades de acción y las reglas que subyacen a dichas posibilidades sin necesidad de explicaciones por parte del entrenador (Bar-Eli, Plessner y Raab, 2014, p. 49)

2.2.7.1. Principios didácticos que posibilitan una adecuada aplicación de la modelación del entrenamiento técnico – táctico en los juegos deportivos.

A partir de estas distintas formulaciones se considera que los principios didácticos que a continuación se exponen posibilitan una adecuada aplicación del concepto de la modelación del entrenamiento y le brindan fundamento a la propuesta para el entrenador deportivo. Para ello se emplea una recopilación de autores que han estudiado a profundidad el tema desde distintos ángulos. Según Vargas, A. y Hernández, D. (2006, p. 17) los mismos se resumen en:

2.2.7.2. El principio del carácter científico del proceso docente educativo.

El proceso que se lleva a cabo para la aplicación de la modelación del entrenamiento técnico – táctico carácter científico se caracteriza porque se enseña sobre la base de una realidad objetiva, verídica, real. O sea, los contenidos y las metas que se proponen en el proceso se realizan sobre una base científica desde el punto de vista con la aspiración de obtener resultados superiores. El modo de formación de sus conceptos, la aplicación de las leyes, etc. tiene un fundamento científico, que se apoya en la realidad, basándose siempre en objetos y manifestaciones reales propias del tipo de deporte que se practica. Se lleva a cabo de manera que propicie el desarrollo intelectual de los jugadores y la transformación de sus conocimientos teóricos y prácticos en convicciones.

2.2.7.3. El principio de la sistematización del proceso docente educativo.

No hay lugar a dudas de que el modelo de entrenamiento donde prevalece la modelación de las acciones técnico – tácticas, sus conocimientos se encuentran integrados en un sistema, y es sobre esta base que se ordenan los contenidos esenciales de las acciones organizadas en forma de sistema.

2.2.7.4. El principio de la vinculación de la teoría con la práctica.

Alcanzar un efectivo resultado de las acciones que se manifiestan en la actividad competitiva tiene una importante influencia en la aplicación del principio de la teoría y la práctica está dirigido a que en el proceso de entrenamiento se combinen la fundamentación teórica de lo que se pretende con la ejecución en la práctica, con lo cual será posible obtener resultados más eficientes. Esto significa que para dominar las acciones modeladas técnico – tácticas es necesario no solo estudiar su contenido sino aprender a aplicarlo. Señalan los autores que Comenio decía "...cuando se le demuestra de qué está hecha una cosa y para qué sirve, parece como si se le diera en la mano para que él mismo se convenza de lo que está aprendiendo y para que tenga entusiasmo y alegría por lo que está haciendo". "El maestro debe enseñar sólo aquello que se puede aplicar". La práctica en el estudio que se realiza ocupa un lugar determinado en el desarrollo de los contenidos; pero requiere de los fundamentos teóricos del porqué se ejecuta tal o más cual acción de juego.

2.2.7.5. El principio de la vinculación de lo concreto y lo abstracto.

El principio de la vinculación de lo concreto y lo abstracto guarda mucha relación con otros principios de carácter pedagógicos y psicológicos significa que en la enseñanza es indispensable, siguiendo la lógica del proceso de asimilación de los conocimientos, hallar el punto de partida, ya sea, de los hechos y observaciones

de lo singular y determinar después el tránsito regular de la percepción de lo singular, a lo general, o a la inversa de lo general, de lo abstracto, a lo singular, a lo concreto. Se infiere que el uso de determinadas acciones del deporte tenga una explicación de cómo ella contribuye con un sistema de ataque o de defensa u otro componente, o sea, el jugador se le posibilita comprender cómo su accionar particular de manera modelada posibilitará organizar un sistema de juego o de ataque. Es decir, del método inductivo: de lo singular a lo general, de lo concreto a lo abstracto, y del método deductivo: de lo general a lo particular, de lo abstracto a lo concreto.

2.2.7.6. El principio de la asequibilidad.

El principio de la asequibilidad exige que los contenidos que se desarrollan en el entrenamiento sea comprensible y posible de acuerdo con las características individuales de los jugadores, está relacionada, con la forma clara de las explicaciones y demostraciones del entrenador, así como con la manera que jugadores perciben y procesan la información y su proceso de desarrollo mental, con la continua adquisición de conocimientos más y más complejos y que exijan, para entenderlos, un continuo pero tolerable esfuerzo y tenacidad por parte del e de manera individual o de los grupos y equipos de manera colectiva.

2.2.7.7. El principio de la solidez de los conocimientos.

Este principio orienta al entrenador el cómo lograr una sólida asimilación por los jugadores de los conocimientos, habilidades y hábitos. Su esencia radica en que el entrenador debe tener en cuenta, en el momento de la preparación de sus actividades en las estructuras cíclicas del entrenamiento, (llámese mesociclos, microciclos y unidad de entrenamiento) los contenidos de sus ejercicios modelados y de los medios didácticos, para garantizar la lucha sistemática y enérgica contra el olvido, el cual forma parte de los procesos psíquicos normales a través de una adecuada sistematización, ejercitación, para revisar frecuente y regularmente los contenidos que se brindan en el entrenamiento. Ello estimulará la memoria sobre la base de una comprensión anterior de lo que se ha entrenado cumpliendo el para qué se ha hecho cada uno de los movimientos o acciones técnico – tácticas lo cual no significa la repetición mecánica de la información.

2.2.7.8. El principio del trabajo consciente, creador, activo e independiente de los estudiantes bajo la dirección del profesor.

En la modelación de las acciones técnico – táctica este principio ocupa un lugar importante toda vez que su esencia radica en asegurar una correlación óptimamente favorable entre la dirección pedagógica del entrenador y el trabajo consciente y creador de los jugadores durante el proceso de entrenamiento por

ello en la aplicación de cada una de las tareas en los ejercicios se debe lograr el cómo se realizan las acciones, el para qué se realizan, asociados a su fin táctico, esclareciendo sus resultados en sentido de la obtención del punto sobre el oponente, así como la creatividad en las acciones que desarrolla y que son parte de las características de incertidumbre en este grupo de deportes de esa manera se logrará una participación en el trabajo de entrenamiento de manera consciente.

2.2.7.9. El principio de la atención de los estudiantes en interacción con el trabajo general del entrenador con el grupo o equipo.

Para darle cumplimiento a la metodología referida a la modelación de las acciones técnico – táctica propuesta, se expresa la necesidad de llevar a cabo la educación de todos los miembros del grupo o equipo colectivamente, y crear las condiciones para el trabajo integrado y activo de los mismos, a la vez que se atiende individualmente a cada uno, a fin de lograr una enseñanza efectiva y contribuir al desarrollo de las aptitudes positivas de los jugadores individualmente. Por otra parte, para elevar la efectividad de la enseñanza es preciso aprovechar toda la potencia que resulta de la actividad conjunta de los miembros de los equipos deportivos como grupo social. Ellos deben comprender en relación con los deportes de conjunto, como son los juegos deportivos, entrenar en dirección al logro de un ambiente familiar, camaraderil en el colectivo. Esto significa que es preciso conocer y comprender claramente las tareas del equipo, sus fines, luchar por el honor del grupo, que todos tengan una meta común, que todos los es del grupo estén unidos por relaciones amistosas, por una disciplina y fines comunes.

Estos principios tienen un carácter de sistema, ya que se determinan y se complementan mutuamente, es decir que todos están en una relación inseparable y la omisión de uno afecta el cumplimiento de los demás, reflejándose en el proceso y sus resultados. En dependencia de las tareas específicas de uno u otro componente, o una u otra faceta de la enseñanza, se pone en primer plano el papel rector de uno u otro principio aislado.

2.2.8. Principios del entrenamiento deportivo que posibilitan una adecuada aplicación de la modelación del entrenamiento técnico – táctico en los juegos deportivos.

La metodología del entrenamiento modelado exige el cambio constante de nuevas y mayores tareas técnico – táctica en el entrenamiento de ahí que se parte del estudio realizado por Platonov (2001) acerca de la teoría sobre el principal principio del entrenamiento deportivo; la adaptación. Y cita que

su influencia sobre el deporte moderno es considerable sobre todo a causa de que el propio deporte resulta ser la faceta de la actividad

humana en la que distintas funciones del organismo trabajan en situaciones de respuestas máximas

Al definir el concepto de adaptación se debe tener en cuenta que por ésta se entiende tanto un proceso como un resultado:

- la adaptación se utiliza para determinar el proceso durante el cual el organismo se acomoda y ajusta a los factores ambientales externos e internos.
- la adaptación se utiliza para determinar el equilibrio relativo que se establece entre el organismo y el ambiente. Platonov (2001, p. 75).

Refiere Platonov (2001) que las formas en las que se manifiesta la adaptación en los deportes tácticos son muy diversas. En el entrenamiento sistemático se ven obligados a participar en la adaptación a las cargas físicas con diferente orientación, de distinta dificultad de coordinación, intensidad y duración, y en referencia a la labor de la metodología del entrenamiento modelado, con el uso de un amplio arsenal de ejercicios dirigidos a la enseñanza y perfeccionamiento de la maestría técnico-táctica donde se incluyen las funciones psíquicas del pensamiento táctico.

Es muy importante en el proceso de adaptación en la propuesta con relación a los deportes que se ocupan, el desarrollo de las respuestas de adaptación en condiciones de variedad de actividad competitiva, lo que constituye una característica que distingue a este grupo de deportes orientado a los juegos deportivos. Aquí, las reacciones adaptativas duraderas ya formadas sirven de base a la adaptación urgente del organismo del deportista durante un juego concreto, lo que predetermina la formación de la adaptación duradera de manera que, además de mostrar estabilidad de las reacciones de adaptación principales que aseguran el funcionamiento de los sistemas adaptativos, prevenga una amplia variedad de reacciones de adaptación urgente en caso de lograr el resultado programado.

Por otra parte, Hechevarría (2006) citando a Matveev (1967) y Ranzola y Forteza (1988) realiza un estudio de la aplicación de los principios clásicos del entrenamiento deportivo y exponen el siguiente sistema de principios del entrenamiento deportivo. Se ha tomado en cuenta de los mismos aquellos que fundamentan la metodología del entrenamiento modelado en los juegos deportivos que se expone. Entre este grupo de principios se encuentran los siguientes:

2.2.8.1. Principio del nivel de dirección con vistas a logros superiores.

Señalan los autores que el deporte presupone siempre una orientación hacia el logro de elevados resultados deportivos y su constante mejoramiento, por lo que

es apreciable y lógico que en la metodología propuesta se direccionen el resultado del trabajo para alcanzar el perfeccionamiento deportivo y competitivo y que su preparación este orientada a alcanzar los mejores resultados, tarea de la cual hay que concientizar a los jugadores en el entrenamiento sistemático.

Este nivel de dirección con vista a logros superiores debe entenderse como una exigencia y una necesaria especialización profunda que reclama el deporte moderno para situar al jugador en correspondencia con los objetivos que persigue la modelación del entrenamiento en los juegos deportivos.

2.2.8.2. Principio del aumento progresivo y máximo de las cargas.

Aunque los autores se refieren al ya acostumbrado tratamiento del componente físico, se hace una valoración de su aplicación en lo técnico – táctico como elemento conductor del proceso de entrenamiento, de ahí que en torno a este principio se considera que el aumento gradual de las cargas estará con relación a los niveles de complejidad y exigencia en la realización de los ejercicios y las tareas que impone la metodología, o sea, se comienza desde los niveles más simples introduciendo las variantes técnico – tácticas de los elementos del juego y con ello elevar paulatina y progresivamente la complejidad y las cargas de cada uno de ellos, algo que es indispensable en la aplicación de la propuesta.

2.2.8.3. Principio de la continuidad o de la sistematicidad del proceso del entrenamiento.

La aplicación de la metodología requiere de la esencia que expresaron los clásicos acerca de este principio, la consecutividad de la labor pedagógica en el proceso desde las acciones más sencillas hasta las más complejas, en la búsqueda de elevados resultados requiere sistematicidad dado a la necesidad de que la adquisición o perfeccionamiento de hábitos y habilidades se forman en la constante repetición de las acciones que se organizan y se ejecutan. Hay muchas organizaciones deportivas, escuelas, universidades, clubes etc, que realizan su entrenamiento en sesiones alternas, y ello conlleva a la rotura de la sistematicidad y con ello a un avance más lento en el proceso, es por ellos que la consecutividad de las sesiones de entrenamiento solo deben ser interrumpidas para dar paso al descanso, siempre que este corresponda a la recuperación de la capacidad de trabajo del organismo.

En este principio se apoya el entrenamiento anual o a largo plazo. La sistematicidad lleva consigo que el proceso del entrenamiento transcurre a lo largo del año y durante muchos años, pasando de una categoría a otra porque la influencia de cada ciclo de entrenamiento ulterior se materializa sobre la base de las huellas del anterior, la continuidad está dada porque el proceso general del entrenamiento comienza desde que el sujeto elige un deporte para entrenarlo sistemáticamente

hasta que culmina su vida deportiva. El intervalo de descanso entre los entrenamientos se mantiene en los límites que garantizan el restablecimiento y el incremento de la capacidad de trabajo, con la particularidad de que se permite periódicamente la realización de entrenamientos con deuda parcial de restablecimiento. Según Hechevarría, (2006) citando a Matveev.

2.2.8.4. Principio del carácter cíclico del proceso del entrenamiento.

Para Forteza y Ranzola según Hechevarría (2006), el principio del carácter cíclico está dado porque el contenido del entrenamiento deportivo es necesario cambiarlo de tal forma que contribuya al desarrollo de la capacidad de trabajo y al aumento de los niveles de asimilación de la técnica y la táctica en el jugador. Eso se logra por los cambios periódicos de todos los elementos durante el proceso de entrenamiento los cuales se deben efectuar en los límites de cierto tiempo, planificados con anticipación, este principio tiene una gran importancia durante la aplicación de la metodología pues es a través de las estructuras cíclicas de mesociclos y microciclos que se realiza la planificación consciente de las tareas y ejercicios que exige la misma. En ello se cumple la organización de todo el sistema de entrenamiento y que constituye una guía metodológica donde aparecen los contenidos y su respectiva organización, el mismo se estructura periodos, etapas, mesociclos, y microciclos.

2.2.8.5. Principio de lo sensoperceptual.

Dado la influencia que manifiestan las capacidades sensoperceptuales que están asociadas a la metodología, este principio refleja el primer nivel del conocimiento, y en ello toman parte la sensación y a la percepción, pues ambas aseguran la apropiación de la primera imagen del movimiento en función de la solución de la tarea motriz y la toma de decisiones asociadas al pensamiento táctico. Se ejecuta el mismo en el momento en el que se entrena el conjunto de elementos técnicos vinculados al contexto competitivo, en el área de juego, de manera que se entrenen a la vez las percepciones espacio temporales. Citan los autores que para realizar este principio en el proceso de entrenamiento se requiere la capacidad de funcionamiento y la participación del mayor número posible de órganos sensoriales y que dentro de las principales reglas para la estructuración del proceso de entrenamiento, Harre, citado por Hechevarría (2006) señala la necesidad de crear una imagen correcta de la estructura del movimiento que se vaya aprender, la ilustración, emplear representaciones gráficas para la planificación y ejecución de los ejercicios de manera que se alcance una elevada comprensión de las tareas que cada uno de ellos lleva consigo.

2.2.8.6. Principio de modelación del proceso de entrenamiento deportivo.

Se valora con mucho interés el estudio sobre el principio de modelación del proceso de entrenamiento realizado por Bernal-Reyes, et al., (2014) tomando entre sus ideas la relacionada con el crecimiento que ha tenido en los últimos años el interés

por enlazar el entrenamiento de los deportistas con las necesidades y particularidades de la competición a lo cual nos referimos en torno a la modelación. Los autores Bernal-Reyes, et ál., (2014) valoran con importancia la optimización del entrenamiento empleando la modelación, considerando que es en términos generales como: “una imitación o simulación de una realidad construida a partir de elementos específicos del fenómeno que observa e investiga... un modelo debería incorporar solamente aquellos medios de entrenamiento que sean idénticos a la naturaleza de la competición” (p. 47).

Se concuerda con las concepciones definidas por Bernal-Reyes, et ál., (2014) cuando se refieren a las fases de creación de un modelo en la que establecen prácticamente, una metodología para su trabajo, señalando que comienza con la fase de contemplación durante la cual el entrenador observa y analiza el estado actual de entrenamiento. Posterior a ello consideran una fase de inferencia, donde el entrenador decide los elementos de su concepto de entrenamiento deberían ser retenidos y cuáles son los que necesitan mejora basado en las conclusiones de sus observaciones. O sea, se aprecia que en el modelo se introducen las concepciones del trabajo técnico – táctico asumidas según las características que son propias de ese equipo deportivo. Destacan que, en el siguiente paso, el entrenador introduce nuevos elementos cualitativos y cuantitativos tales como el volumen, intensidad de entrenamiento, aspectos técnicos, psicológicos y tácticos, etc. Y como se aprecia se puede observar el objeto de estudio de la propuesta que se está realizando, con ello construyen un nuevo modelo que es luego testado en el entrenamiento y la competencia preparatoria, alcanzando su validez luego de sus reajustes.

Los autores sugieren en la metodología de desarrollo de un modelo integral 4 fases:

1. Desarrollar el modelo técnico táctico para cada jugador individualmente, tanto en defensa como en ataque.
2. Elaborar el modelo de combinaciones tácticas, en defensa y ataque, teniendo en cuenta los futuros oponentes.
3. Establecer ejercicios y destrezas para aprender y perfeccionar los modelos individuales y de equipo.
4. Relacionar el modelo individual y el de equipo con el modelo de preparación física. Seleccionar destrezas complejas que se refieran tanto a factores técnicos y tácticos como a factores físicos.

Por último, el entrenador procedería a una selección objetiva de los métodos y medios de entrenamiento que materializaran el nuevo modelo, eliminando aquellos que demostraron ser inefectivos. Bernal-Reyes, et ál., (2014, p. 47)

Algo particular que se aprecia en el estudio de los principios del entrenamiento deportivo en la mayoría de las obras empleadas está dado por la elevada influencia que se aprecia en las explicaciones realizadas del predominio de los componentes físicos cuando se habla de cargas, sistematicidad etc. Elemento que se ilustra en el capítulo anterior al relacionar la dirección del entrenamiento desde lo físico a lo técnico – táctico y no desde lo técnico – táctico a las necesidades que deben ofrecer los demás componentes.

Se hace un análisis también de algunos principios psicológicos que tienen repercusión en la aplicación de la metodología para el entrenamiento deportivo modelado en los juegos deportivos, entre ellos:

- El carácter consciente ya explicado entre los principios del entrenamiento.
- El alcance de metas y objetivos cada vez más superiores.
- La caracterización psicológica de los jugadores.
- El Ambiente óptimo y condicionado.

2.3. La modelación del entrenamiento técnico – táctico y su relación con sus resultados en la práctica se concretan en que:

- El jugador en los juegos deportivos participa en el entrenamiento con el supremo objetivo de jugar, es por ello que su fundamento se asocia al concepto de que para ello hay que entrenar como se juega, de ahí el papel supremo de la preparación técnico – táctica que garantice el empleo de las acciones modeladas.
- Los jugadores participarán conscientemente por la orientación constante de los mismos en las tareas del entrenamiento resaltando las indicaciones necesarias que permitan sus motivaciones al aprendizaje y la identificación con las intenciones técnico - tácticas del ejercicio modelado.
- La preparación técnico - táctica se desarrolla en un proceso único empleando desde sus inicios los ejercicios modelados en las acciones individuales, de grupos o de equipo. O sea, desde los ejercicios más simples se crean las condiciones para aprender desde las posiciones en los juegos deportivos, porque se exige el desarrollo de las percepciones espacio temporales que pertenecen a las características de la instalación donde se compite o entrena.
- Se dirige el proceso de entrenamiento técnico – táctico seleccionando las acciones (elementos técnicos) y operaciones (partes que constituyen los

elementos técnicos) necesarias, organizando su ejecución en un contexto de entrenamiento modelado, con similitud a las acciones del deporte elegido, activo orientado a la creatividad de los participantes.

- Un nivel adecuado de los conocimientos teóricos, las capacidades físicas, generales y especiales durante el proceso, aunque no son la esencia para el entrenamiento, contribuyen con el cumplimiento de las tareas del entrenamiento técnico - táctico.
- La metodología propuesta se aplica dentro de un concepto de proceso pedagógico donde se produce la transmisión y asimilación de la técnica y la táctica deportiva en una unidad dialéctica de manera que los jugadores logren de forma efectiva la solución de las tareas motrices en el juego en correspondencia con las características contemporáneas del deporte.
- El proceso de aprendizaje será direccionado a la esencia de la actividad competitiva seleccionando las acciones y sus variantes y las operaciones necesarias, organizando su ejecución con el uso de los contenidos, métodos, medios y el control propuesto, en un contexto de entrenamiento modelado, activo orientado a la creatividad de los jugadores, donde la participación consciente de los mismos se garantice por la orientación constante en las tareas del entrenamiento.
- La concepción de la enseñanza tiene otro fundamento en la teoría de Vigotski de zona de desarrollo próximo cuando expresa que la enseñanza no necesita esperar a que el participante haya alcanzado determinado nivel de desarrollo para que pueda aprender algo, lo importante es precisar si en él existen las posibilidades para este aprendizaje pues existe una diferencia entre lo que él es capaz de realizar por sí sólo y lo que puede efectuar con la ayuda de los adultos o de otros compañeros.
- El control y evaluación deben ser previstos de manera sistemática lo que permitirá la autorregulación del proceso por el propio sujeto y una importante vía de retroalimentación para analizar, evaluar y corregir los éxitos o deficiencias en el cumplimiento de las tareas
- Se requiere de un adecuado nivel de creatividad y conocimientos del entrenador para el éxito del trabajo.

Capítulo 3. El tratamiento de los componentes del proceso psicopedagógico en la modelación del entrenamiento técnico – táctico.

3.1. El proceso didáctico del entrenamiento en los juegos deportivos con un enfoque de modelación, sus componentes.

En el entrenamiento deportivo como objeto de estudio en cualquiera de los aspectos de que se trate, y en la gran mayoría de los textos científicos, pedagógicos, se descubre una importante tendencia en la dirección biológica de los contenidos, sus estudios generalmente, van dirigidos a las manifestaciones asociadas a los efectos o propósitos del desarrollo fisiológico de sustratos energéticos, actividad cardiovascular, respiratoria, etc. Por otro lado, ocurre de muy similar manera, el estudio de obras vinculadas a deportes de tiempos y marcas, de carácter biológicos o técnicos y pocas informaciones dirigidas a los deportes variables, de incertidumbre como son los juegos deportivos.

Los autores son de la opinión de que, el entrenamiento como proceso psicopedagógico no solo requiere del desarrollo de capacidades sino también de la formación de habilidades, que en los juegos deportivos se encuentran totalmente vinculadas a la utilización y aprendizaje de la técnica y la táctica como un proceso pedagógico que no solo requiere del fortalecimiento físico, sino, y muy importante, necesita de la formación de hábitos y habilidades motrices que serán desarrolladas por la actividad ideomotoria en el atleta.

Señala Navelo (2021) que generalmente, durante el proceso de planificación del entrenamiento se le brinda una mayor importancia al componente biológico, que a la adquisición o perfeccionamiento de las habilidades motoras. Lo primero está representado en el volumen de horas de entrenamiento, tonelaje de peso levantado, cantidad de metros recorridos, etc. y su intensidad, y poco en lo pedagógico hacia el juego, los sistemas, el tratamiento táctico, lo cual representa la identidad de nuestros deportes. Tomando en cuenta estas reflexiones, se inicia este acápite brindando orientaciones generales sobre el tratamiento a los componentes del proceso psicopedagógico del entrenamiento, en función de la dirección fundamental del deporte; la preparación técnico – táctica.

Señala Font, J, (2012) que el proceso de entrenamiento posee una organización didáctica característica propia del deporte, y que en el manifiestan todos los componentes que actúan en el proceso didáctico, o sea:

- 1) el entrenador deportivo
- 2) los atletas
- 3) el contexto social donde se lleva a cabo los procesos de enseñanza-aprendizaje de la técnica, la táctica y la contribución al desarrollo de la

condición física y mental

- 4) y el currículum como sistema encargado de la vertebración de los procesos anteriormente señalados y que adoptan cuatro elementos constitutivos: objetivos, contenidos, condiciones metodológicas y la evaluación.

Precisamente, con este último se fortalece el concepto de que en la preparación del deportista se van a resolver numerosas tareas, pero la más importante se refiere a la formación de las habilidades técnico - tácticas. Cualquier alternativa que se emplee para desarrollar el proceso se debe realizar con la convicción de que el principal fundamento en el logro de la victoria, tanto deportiva como en el aprendizaje, va dirigida al cumplimiento de los objetivos para la adquisición de las habilidades técnico – tácticas, los sistemas y formas de juego o de combates propuestos, etc. a partir de allí, se determinan entonces las necesidades de carácter físico general y especial, teórico y psicológico. En este estudio se proclama la intención de que este proceso de planificación y tratamiento de los componentes se ejecuta en un concepto de modelación de las acciones técnico – tácticas con el empleo de los siguientes componentes:

- Los objetivos en el trabajo de entrenamiento.
- Selección adecuada de los contenidos del entrenamiento.
- Determinación de los medios y sus formas de aplicación.
- La selección de los métodos y la metodología.
- El control y la evaluación.

3.1.1 Los objetivos, su papel rector y su derivación en el proceso de enseñanza aprendizaje técnico-táctico.

El objetivo es quien da inicio en el tratamiento de los componentes didácticos del entrenamiento, en cualquier función del conocimiento ocupa un lugar predominante para la conducción de un proceso, determina un fin hacia el cual se desea llegar y su función es la de lograr transformaciones graduales en el sistema de conocimientos, hábitos y habilidades de los deportistas, de esta manera alcanza el papel rector en la preparación, no debe existir tarea alguna en el entrenamiento que no se conciba sin un propósito. De igual manera, asume un papel constantemente activo tomando en consideración que el proceso de enseñanza-aprendizaje de las habilidades deportivas y la adquisición de capacidades es un proceso dialéctico que se desarrolla en constantes cambios por lo que los objetivos estarán en función de orientar la solución de las nuevas tareas que son generadas constantemente por el proceso. Entre las condiciones o premisas fundamentales para el trabajo con los objetivos se destaca la necesidad de que se traten de forma planificada lo que contribuirá con el éxito en el proceso de enseñanza.

La teoría que fundamenta el proceso de realización de los objetivos puede llevarse a cabo en cualquier sistema de planificación de entrenamiento, ya sea tradicional o contemporáneo, no obstante, el tratamiento de los componentes didácticos que se esbozan ha sido desarrollado siguiendo las bases y principios del concepto de periodización planteado por el ruso Leonid Matveev a partir del 1962, aun cuando en la obra que se estudia ha sufrido modificaciones que perfeccionan el trabajo del entrenamiento deportivo con la incorporación de nuevos conceptos asociados al mundo deportivo actual. Se acentúa la concepción de que el tratamiento de los componentes didácticos del proceso de entrenamiento requiere del entrenador un pleno conocimiento de los procedimientos que va a utilizar relacionados con la metodología del entrenamiento.

El objetivo, determina un fin hacia el cual se desea llegar y su función es la de lograr transformaciones graduales en el sistema de conocimientos, hábitos y habilidades de los jugadores. De esta manera alcanza el papel rector en la preparación, no debe existir tarea alguna en el entrenamiento que no se conciba sin un propósito. De igual manera, asume un papel constantemente activo tomando en consideración que el proceso de enseñanza-aprendizaje de las habilidades deportivas y la adquisición de capacidades bajo la primicia de la modelación del entrenamiento es un proceso dialéctico que se desarrolla en constantes cambios, por lo que los objetivos estarán en función de orientar la solución de las nuevas tareas que son generadas constantemente por este proceso. Entre las condiciones fundamentales para el trabajo con los objetivos se destaca la necesidad de que se traten de forma planificada en un concepto de derivación gradual de los objetivos en las diferentes estructuras del macrociclo de entrenamiento, ello contribuirá con el éxito en el proceso de enseñanza. Navelo (2004) citando a Álvarez (1995) señalo que:

el objetivo depende de los problemas, una vez establecido, se convierte en rector del proceso, como elemento esencial que es. La actividad dialéctica de los objetivos se manifiesta en que una vez establecidos los objetivos, a partir de los problemas, son estos los que determinan qué otros problemas seleccionar para resolver.

Es conocido que aún subsisten un número de dificultades por las que profesores y entrenadores continúan atravesando cuando se les brinda tratamiento a los objetivos. Se ha tratado el término "improvisación", y una de las principales causas de esta insuficiencia está relacionada con el trabajo de los objetivos porque se entrena sin determinar un fin y eso conlleva a la práctica y no al entrenamiento como proceso pedagógico.

3.3.1.1.1. Caracterización de los objetivos en el estudio que se realiza.

Los objetivos van a estar caracterizados por un grupo de importantes factores, que desempeñan funciones particulares:

- a) Su función pedagógica.
- b) El grado de generalidad.
- c) El nivel de asimilación.
- d) El nivel de profundidad de los contenidos.
- e) El grado de participación.
- f) La función pedagógica de los objetivos.

a) Su función pedagógica.

Comprende dos aspectos importantes: el aspecto instructivo y el educativo, que se desarrolla en el contexto de proceso de entrenamiento. En el caso que se ocupa, la instrucción se refiere a la asimilación de conocimientos, hábitos y habilidades vinculadas a los elementos técnicos y sus variantes y a la solución de las tareas tácticas que posibilita la modelación de las acciones en la metodología. Mientras que la educación está dirigida a la formación de la concepción científica del mundo, las características de la personalidad, la moral, los valores, etc. Ello se refleja en el sentido de crear un carácter personalizado sobre la implicación que lleva el esfuerzo diario y la dedicación al entrenamiento en pos de darlo todo por la victoria de la institución que se representa, en los valores que allí se expresan, la voluntad, entrega, disciplina, valentía. Tanto el aspecto instructivo como el educativo son complementarios, integrales, son indisolubles.

La parte instructiva de los objetivos que se orientan se debe concebir expresando la unidad dialéctica entre lo técnico y lo táctico, lo físico, teórico y psicológico, lo que llega principalmente a través de la adquisición de nuevos conocimientos en el aprendizaje de los elementos propios del juego o del combate orientado con la participación de los contenidos, medios y métodos al logro de las tareas, ese proceso que responde a un objetivo de carácter instructivo es inseparable a la formación de la personalidad, los valores y del desarrollo de las cualidades morales y volitivas del atleta.

Lo educativo se desarrolla, entre otros aspectos, por medio de la exigencia en el cumplimiento de los objetivos donde el control y evaluación juega un importante papel a través del rigor en el trabajo y las adecuadas relaciones interpersonales que se dan en los ejercicios o sesiones de entrenamiento. Las formas y expresiones que emplea el entrenador en ese propio espacio de tiempo, complementan de manera integral la formación multilateral de los atletas que debe realizarse con el propósito consciente

e intencionado de los entrenadores. Problemas detectados en el propio proceso de formación de los jugadores pueden llevar consigo la necesidad de modificar o restablecer los objetivos para enfrentar nuevos empeños.

b) El grado de generalidad.

El grado de generalidad expresado por Navelo (2004) se refiere al espacio que abarca la determinación de los objetivos, en este sentido los objetivos se subdividen en:

- Generales.
- Parciales.
- Específicos.

Los objetivos generales que se exponen tienen una proyección dirigida al objetivo principal del deporte de que se trate, en el caso de los juegos deportivos, se representa en “Jugar” en los deportes de combate estará asociados a Luchar, Combatir, Boxear, etc., y se cumplen en el macrociclo y los períodos de entrenamiento. Como se aprecia estos objetivos se refieren a elementos que tienen un nivel de contenido más abarcador en las acciones del deporte que se trate, donde se determine como aspectos esenciales, el nivel de juego a alcanzar, el sistema de combate a emplear, las habilidades técnico-tácticas a dominar y los sistemas tácticos ofensivos y defensivos, así como las capacidades a desarrollar, entre otros importantes aspectos.

Los objetivos parciales: constituyen en la modelación del entrenamiento un aspecto importante porque es allí donde se hace énfasis y se determinan los contenidos, métodos y tareas que orienta la modelación, van dirigidos a las estructuras intermedias de los planes de entrenamientos, se refieren los autores a las etapas, mesociclos y microciclos, sus contenidos cumplen tareas parciales también para “Jugar, Luchar, Combatir”, están relacionados con las tareas de los objetivos generales en la estructura del macrociclo y los períodos, así como el desarrollo parcial de capacidades.

Los objetivos específicos se enmarcan en la unidad de entrenamiento y su principal relación va a estar orientada a las habilidades y capacidades específicas modeladas se tomarán en consideración las acciones y operaciones más simples a los propósitos que la anteceden y que son propias para lograrlas en la sesión de entrenamiento tomando en consideración la unidad técnico – táctica en su concepción. Expone Navelo (2004), en la tabla No. 2 una serie de objetivos constituidos en habilidades deportivas según su tipo, y se observa que se pueden utilizar en dependencia de la unidad estructural de que se trate y la misma contribuye a una realización óptima del proceso, según el contenido y la estructura a que pertenezcan en el macrociclo.

3.3.1.1.2. El nivel de asimilación

El nivel de asimilación significa el nivel de dominio que deberá tener el atleta del contenido. Este nivel se puede clasificar en reproductivo o productivo. En la metodología ambos alcanzan una posición importante ya que no se lograrán resultados si no se toman en cuenta los niveles. El reproductivo es aquel nivel de asimilación que exige que el atleta sea capaz de repetir el contenido que se le ha enseñado, se refiere generalmente a la demostración del gesto técnico y sus variantes de la acción que se aprende caracterizada por su ejecución empleando principalmente, para ello el método estándar, es una forma de evaluar la calidad de la formación del hábito motor y puede ser en forma declarativa o resolviendo problemas iguales o muy similares a los ya resueltos.

El productivo es aquel nivel de asimilación que exige que el atleta sea capaz de aplicar, ante situaciones nuevas, los contenidos que aprende que deben estar caracterizados por más de una variante de ejecución de las técnicas básicas de manera que le permita resolver problemas en condiciones variables y que exige que ellos conciben el modo de su solución, es el nivel que caracteriza las exigencias en la metodología de las acciones modeladas, incrementando la complejidad y resolución de tareas en el orden tácticos. Es una manifestación de la habilidad alcanzada por el atleta en la solución de las tareas del entrenamiento, el combate y el juego. De tal forma, cuando el atleta resuelve una situación del juego o del combate se está en presencia de un nivel productivo.

Tabla 1. Modificaciones de objetivo en dependencia de categoría en que se trabaje Un ejemplo en Habilidad	Categorías		
	Principiantes	Intermedias	Juveniles o adultos
Sacar...	<ul style="list-style-type: none"> Colocarse... Lanzar el balón... Coordinar el movimiento... Golpear el balón... 	<ul style="list-style-type: none"> Sacar con determinada eficiencia... Sacar hacia un lugar determinado de poca complejidad... 	<ul style="list-style-type: none"> Sacar hacia un lugar determinado de alta dificultad. Sacar en condiciones de juego con determinada eficiencia.
Pasar...	<ul style="list-style-type: none"> Colocarse... Colocar las manos... Coordinar los movimientos de brazos y piernas... 	<ul style="list-style-type: none"> Pasar de frente hacia una zona... Pasar para la combinación... 	<ul style="list-style-type: none"> Perfeccionar la combinación 32 sobre pases...

El nivel más alto de lo productivo es lo creativo. En este nivel creativo el atleta demuestra aportes cualitativamente novedosos en las acciones del entrenamiento, del combate y del juego, lo logra cuando ha sido capaz de dominar un elevado arsenal de variantes técnicas que le permiten crear nuevas condiciones para salir victorioso durante el enfrentamiento con sus oponentes, en ello la modelación con su metodología proporciona, si se ejecuta consciente e intencionadamente, el nivel de maestría deportiva.

La barrera entre lo productivo y lo creativo no es absoluta y está en dependencia del nivel de exigencia que el nuevo problema ejerza sobre el atleta y de las tensiones que genera su solución. Se debe trabajar para cumplir los requerimientos del deporte contemporáneo a que nos exige el mundo competitivo actual, de ahí que, como regularidad, debe tender a lo productivo y lo creativo.

3.3.1.1.3. El nivel de profundidad de los contenidos en el proceso de planificación

El nivel de profundidad, se refiere al grado de esencia del contenido a asimilar. Es el nivel de profundidad lo que puede caracterizar a un mismo contenido cuando se desarrolla en las distintas categorías o edades: se refiere a nivel de principiantes, al nivel intermedio o al nivel de juveniles y adultos. A continuación, algunos ejemplos en el Voleibol.

Para alcanzar una adecuada familiarización con el trabajo en los objetivos es importante determinar el nivel de profundidad que requieren, lo que permitirá identificarlos y derivarlos de una manera más fácil. Cada uno de estos contenidos va a depender de las categorías con que se trabaje, por ejemplo: “Dominar los fundamentos del Complejo I....” en una categoría principiante puede ser catalogado como un objetivo de carácter general alcanzando un nivel de profundidad como contenido mayor, sin embargo, en una categoría intermedia el mismo no pasa de ser un objetivo parcial, por ende, su nivel de profundidad de contenido es menor.

En el caso de los objetivos específicos, por ejemplo, Pasar..., Sacar..., Rematar..., Bloquear..., etc. para el voleibolista constituye una habilidad primaria, sin embargo, la misma se diferencia en dependencia del nivel o la categoría donde se trabaje, la acción de “Pasar” para un principiante requiere de un grupo de operaciones básicas las cuales pueden constituir varios objetivos específicos. Para un voleibolista de nivel intermedio será simplemente “Pasar” con determinada condición. Pero para un juvenil o adulto “Pasar” va implícito o formando parte de otras acciones ofensivas o defensivas que estarán dadas en una combinación, un sistema, etcétera. De ahí que, determinar el objetivo necesite del análisis lógico-metodológico particular. En la tabla No. 1 se puede ver un ejemplo de cómo un objetivo específico se modifica en dependencia de la categoría en que se desarrolle.

3.3.1.1.4. El grado de participación.

Una particularidad que recomienda Navelo, R. (2004) para el empleo de los objetivos en la propuesta son las referentes al grado de participación que solo ocurre en los juegos deportivos y se dan con los jugadores en el cumplimiento de sus propósitos, de ahí que se encuentran objetivos con carácter individual y con carácter colectivo.

- a) **Los objetivos con carácter individual:** están referidos a los que pertenecen a los juegos deportivos y a los deportes de combate y son aquellos donde todos los atletas están en la obligación de trabajar en un elemento del deporte en sí en lo particular, por ejemplo, para un voleibolista *Rematar desde la 4 hacia el sector diagonal del terreno... o Pasar de frente desde la posición 3 hacia la 4...* Para un balonmanista sería *Lanzar a portería por la zona derecha...* Para un boxeador sería *Golpear con un directo a determinado lugar...* Como se ve su intención va dirigida a todos con un carácter individual del trabajo, los mismos tienen una marcada influencia en el trabajo con las categorías principiantes en los inicios o a mediados del macrociclo de entrenamiento y en algunos casos con las categorías intermedias en los primeros momentos de la preparación. No se recomienda el uso excesivo de este tipo de objetivo porque puede influir negativamente en el desarrollo de las responsabilidades colectivas del equipo.
- b) **Los objetivos con carácter colectivo:** son propios de los juegos deportivos porque tienen un sentido más abarcador, cumplen con la exigencia que debe caracterizar el deporte colectivo, o sea, grupos de jugadores o todos los jugadores participan en un objetivo común, por ejemplo:
- *“Coordinar las acciones de ataque en la ofensiva rápida en condiciones estándar”*
 - *“Perfeccionar las acciones en el contraataque para la combinación 32 en condiciones variables”*

Esta característica expresada en los ejemplos brinda un sentido colectivo al entrenamiento, todos los jugadores independientemente de la tarea que realizan en el ejercicio se sienten responsables de cumplir sus obligaciones individuales en beneficio del éxito colectivo, tanto el que Recibe, el que Pasa como el que Ataca o Asegura se siente participe de la “Ejecución del Complejo I” o del “Perfeccionamiento de las acciones del contraataque”.

3.3.1.1.5. El nivel de sistematicidad

En la metodología para el empleo de la modelación de las acciones técnico – tácticas del proceso de preparación se clasifica como un sistema en correspondencia con el grado de complejidad que se evidencian en cada una de sus estructuras y categorías. En este caso se refiere el autor, a los propósitos en los microciclos, mesociclos, las etapas y los períodos que en un sistema conforman los objetivos generales para la

formación del atleta o el equipo e incluso, el tránsito por las diferentes categorías. Cada uno de estos niveles posee sus propios objetivos. Cuando se asciende de un nivel a otro más complejo es consecuencia de la integración de un conjunto de niveles subordinados, es decir, el sistema en el mesociclo incluye todo un conjunto de tareas en los microciclos y en la etapa un conjunto de tareas en los mesociclos.

Requisitos más importantes para la elaboración del objetivo

Este autor es del criterio de que la elaboración de los objetivos se debe realizar sobre la base de las condiciones más simple posibles, el entrenador debe expresar sencillamente qué quiere hacer, lamentablemente, en ocasiones, las exigencias tecnicistas que se asumen en la elaboración de los objetivos para con los entrenadores crea inseguridad y confusiones en ellos. El objetivo debe cumplir los siguientes requisitos:

- Siempre será dirigido al jugador, ellos serán los que juegan, pasan, atacan, coordinan sus acciones, etc.
- Debe ser expresado en forma de habilidad.
- Debe manifestar el contenido principal que trata.
- Debe caracterizar las condiciones en que se ejecuta.
- Se debe determinar el tiempo en que se cumple.

Para alcanzar una alta efectividad estos requisitos deberán estar sujetos a las siguientes recomendaciones:

- Preciso: No se utilizarán términos que no guarden relación con lo deseado.
- Lógico: Forma parte de un sistema organizado lógicamente y metodológicamente.
- Concreto: Definición sintética del propósito a lograr.
- Factible: El objetivo debe ser realizable en el tiempo, nivel, lugar y con los medios y métodos disponibles.
- Evaluable: Las habilidades o acciones que se realizan deben ser observables y evaluables de tal forma que el entrenador pueda determinar su grado de cumplimiento.

En el tratamiento de los objetivos se consideran en la propuesta metodológica dos importantes aspectos:

- a) La determinación de los objetivos.
- b) La derivación de los objetivos patrones en unidades estructurales más simples o pequeñas.

a) Cómo lograr la determinación de los objetivos.

Para lograr determinar los objetivos generales hay que partir de que los mismos proceden de las habilidades principales del deporte escogido

, se puede organizar un taller por grupos de deportes o el deporte en específico y desarrollarlo según el siguiente cuestionario:

Determinar cuáles son los objetivos o habilidades necesarias para su deporte.

Dicha tarea se logra a través de la respuesta que se le dé a la siguiente interrogante:

- ¿Qué se necesita hacer para lograr la principal actividad competitiva de mi deporte? Constituyen las habilidades de dicho deporte, por ejemplo:
 - En los juegos deportivos: Jugar
- ¿Con qué características desarrollo esa habilidad u objetivo?
 - Con determinadas habilidades técnico - tácticas (elementos técnicos) de movimientos.
 - Con un sistema determinado a la ofensiva o defensa.
 - Con determinada forma de juego, rápido, combinado, normal.
- ¿Cuáles son los niveles de requisitos?
 - El por ciento de rendimiento.
 - La exigencia en los resultados, a nivel grueso, semipulido, pulido.
- ¿En qué tiempo se cumple el objetivo?
 - En la unidad de entrenamiento.
 - En la semana (microciclo) de entrenamiento.
 - En la etapa de entrenamiento.
 - En el plan anual para determinada competencia o juegos.

Entonces se encuentra que es posible alcanzar tal objetivo:

“Jugar Baloncesto con un sistema X para un rendimiento del 60% en los juegos nacionales”.

b) La derivación de los objetivos patrones en unidades estructurales más simples o pequeñas.

La derivación gradual de los objetivos en la propuesta se refiere a lo que se necesita realizar para cumplir la habilidad principal determinada con anterioridad de mi deporte, o sea, serían las operaciones o habilidades más simples que

necesita esa habilidad más general las cuales se cumplen en unidades estructurales. Por ejemplo, ¿qué se necesita hacer para jugar Voleibol? A partir de aquí se comienza el proceso de operacionalización de las habilidades y con ello su derivación gradual en las diferentes estructuras del plan de entrenamiento.

Por ejemplo, para jugar Voleibol o Baloncesto, etc., se necesita, Sacar, Pasar, Recibir, ejecutar combinaciones tácticas, ejecutar técnicas de movimientos etc. o sea son habilidades que se desglosan de la habilidad principal en las estructuras superiores de Macro ciclo, Períodos o Etapas a las estructuras más simples que pueden ser los mesociclos o microciclos. En la tabla No. 2, se puede apreciar un ejemplo en el Voleibol, de cómo se deriva el objetivo o habilidad de Sacar. Como se aprecia esta habilidad llega a alcanzar hasta 8 operaciones que se desglosan en estructuras más simples del plan de entrenamiento y conllevan la realización de esos ejercicios en las condiciones modeladas que exige la metodología. En la tabla No. 3, Navelo (2004) se ha definido el tratamiento de la habilidad principal en los juegos deportivos que es Jugar, y se establecen las habilidades complejas para los conjuntos o subconjuntos de acciones, así como, las habilidades aisladas constituidas por los elementos del juego, en este caso el Voleibol, en la última columna se aprecian ejemplos de las operaciones que se ejecutan para darle cumplimiento a las habilidades en los elementos del juego. Tal disposición es posible realizarla en cualquier juego deportivo y su función radica en la orientación del trabajo modelado.

Tabla No. 3. Tratamiento para la derivación gradual de las habilidades desde lo general a lo específico.

Habilidad Principal	Habilidades complejas para los conjuntos o subconjuntos de acciones	Habilidades aisladas para los complejos I y II	Operaciones para los elementos del juego
JUGAR	<ul style="list-style-type: none"> • Consolidar... • Ejecutar... • Perfeccionar... • Interrelacionar... • Coordinar.... ...los complejos I y II del juego de voleibol según los sistemas previamente definidos.	Recibir	Desplazarse, Colocarse, Coordinar, Percibir, Dirigir, Girar.
		Pasar	Desplazarse, Colocarse, Coordinar, Percibir, Fintar, Dirigir, Girar.
		Atacar	Desplazarse, Saltar, Golpear, Girar, Fintar, Dirigir, Percibir, Caer.
		Sacar	Colocarse, Lanzar, Golpear, Dirigir, Coordinar.
		Bloquear	Colocarse, Desplazarse, Percibir, Coordinar, Saltar, Introducir, Caer.
		Defender	Colocarse, Desplazarse, Percibir, Coordinar, Dirigir, Caer.

El entrenamiento técnico-táctico modelado, una mirada al éxito en los juegos deportivos

En la tabla No. 4 se amplían, para su mayor comprensión, por medio de un ejemplo en los juegos deportivos las habilidades, el contenido que abarca, a qué unidad cíclica pertenece y qué tipos de acciones les son inherentes.

Tabla No. 4. En un ejemplo en los juegos deportivos se brinda el tratamiento de los objetivos para la planificación en las diferentes estructuras cíclicas del macrociclo de entrenamiento.

Tipo de objetivo	Habilidad propia del objetivo	Contenidos que puede abarca	Unidades estructurales en el macrociclo	Tipos de acciones
GENERALES (Propios macrociclo y períodos)	Objetivos que son posibles de lograr a largo plazo. - Jugar con un sistema...	<ol style="list-style-type: none"> 1. El tipo de juego: Normal, Rápido, Semi-combinado o combinado. 2. Los sistemas de juego que se emplearán por el equipo: 5 – 1, 4 – 2, 6 - 2. 3. Los sistemas de juego en la defensa del campo: Con el seis atrás, con el seis en el medio o con el seis adentro. 	Macro ciclo y Períodos.	Acciones de equipo.
PARCIALES (Propios de las etapas, mesociclos y microciclos)	Objetivos a alcanzar a mediano plazo: - Jugar. - Perfeccionar. - Sacar - Consolidar. - Pasar. - Coordinar. - Rematar. - Combinar. - Integrar. - Bloquear. - Defender. - Dominar.	<ol style="list-style-type: none"> 1. El tipo de juego: Normal, Rápido, Semi-combinado o Combinado. 2. Los sistemas de juego que se emplearán por el equipo: 5 – 1, 4 – 2, 6 –2. 3. Los sistemas de juego en la defensa del campo: Con el seis atrás, con el seis en el medio o con el seis adentro. 4. Los sistemas de juego en la defensa del saque: Con dos, con tres, con cuatro o con cinco jugadores. 5. Los complejos I o II. 	Etapas, Mesociclos o Microciclos.	Acciones de equipo y de grupo.
ESPECÍFICOS (Propios de las sesiones de entrenamiento)	Objetivos propios de la sesión de entrenamiento : - Desplazarse - Sacar - Colocarse - Coordinar - Pasar - Lanzar - Golpear - Realizar - Rematar - Girar - Recibir - Bloquear - Ejecutar	<ol style="list-style-type: none"> 1. Las operaciones más simples para lograr una habilidad específica de los fundamentos del juego en acciones individuales. 2. Los fundamentos propios del juego de voleibol en las acciones individuales. 3. La interrelación de varios fundamentos del juego en las acciones de grupo para la ofensiva o la defensa. 4. Detalles específicos en los complejos I o II del juego. 	Unidad de entrenamiento	Acciones individuales de grupos o de equipo.

En conclusiones, la labor rectora a de los objetivos tienen su base en la determinación de los problemas y las metas que se persiguen en el proceso de entrenamiento. Son ellos los conductores en el trabajo de planificación y proyección del entrenamiento, en la determinación de los contenidos, las cargas y la evaluación a emplear, entre otros factores.

- La propuesta permite a los entrenadores alcanzar una visión real del desarrollo del proceso de planificación del entrenamiento basado en la derivación gradual de los objetivos en sus estructuras de planificación.

Tabla No. 5. Ejemplo para la derivación de los objetivos específicos que pueden ser empleados de los microciclos a las sesiones de entrenamiento pertenecientes a un microciclo.

Día	Objetivos técnico - tácticos
Lunes:	Recibir desde las posiciones 5 y 1 hacia la 3-2 tomando en consideración la colocación del cuerpo y los desplazamientos cortos a la derecha e izquierda en condiciones modeladas y estándar por medio de las acciones individuales.
Martes:	Recibir desde las zonas zagueras ante saques en condiciones modeladas y estándar tomando en consideración la colocación del cuerpo, los desplazamientos y el empleo de los brazos para dirigir el balón a la zona 3-2. Ejecutar pases normales hacia las 3 zonas delanteras desde diferentes posiciones del terreno después de un lanzamiento del balón.
Miércoles:	Pasar (pasadores y atacadores) desde las diferentes zonas del terreno después de una recepción simple o un lanzamiento del balón en condiciones modeladas y variables para atacar, sobre pases estándar, balones por las diferentes zonas del terreno. Sacar hacia las zonas derecha e izquierda del terreno opuesto en condiciones modeladas y estándar tomando en consideración el lanzamiento del balón y el momento del golpeo.
Jueves:	Atacar de frente pases normales por las zonas 2 y 4 del terreno tomando en consideración la realización del último paso de la carrera de impulso y los movimientos del brazo de golpear. Sacar hacia las zonas delantera y trasera del terreno opuesto en condiciones modeladas y estándar tomando en consideración el lanzamiento del balón y momento del golpeo.
Viernes:	Coordinar la ejecución del medio complejo recepción - pase - ataque - aseguramiento, por las zonas derecha e izquierda del terreno ante saques simples y en condiciones estándar de grupos. Sacar hacia el terreno opuesto dividido en 4 zonas similares en condiciones modeladas y variables.

Es muy importante distinguir que el hecho de determinar un objetivo, el cual precisa la realización de un propósito en un elemento o determinadas acciones del juego, no quiere decir que no se puedan entrenar otros contenidos del entrenamiento. La intención principal de los objetivos es destacar aquellos aspectos sobre los cuales se tomarán todas las medidas para alcanzar su cumplimiento.

Durante todo el estudio anterior se ha podido apreciar que el objetivo en su categoría rectora del trabajo:

- determina un grupo de condiciones donde se agrupa la labor con las habilidades que se deseen desarrollar.
- refleja el contenido a alcanzar e impartir.
- dicta las condiciones metodológicas bajo las que se va a entrenar.
- determina los medios a emplear y el tiempo para alcanzarlo, entre otros aspectos.

Es por ello que cuando se estudia el tratamiento de los objetivos es imposible aislarlo de los demás componentes que lo constituyen. Señala Martín que:

desde el punto de vista didáctico, se suele aceptar que las decisiones sobre los objetivos tienen prioridad sobre las que conciernen a los contenidos y a los métodos, con lo cual no se cuestiona el entramado de implicaciones mutuas existente entre objetivos, contenidos y métodos. Pertenece al procedimiento metodológico la forma en que los entrenadores enseñan cosas a sus deportistas, es decir, elaboran contenidos personalizan la dosificación de las cargas, controlan secuencias motrices, corrigen e implantan procedimientos de retroalimentación, utilizan instrumentos para apoyar y reproducir rendimientos de entrenamiento y evalúan los rendimientos obtenidos tanto en el aprendizaje de la técnica como de las capacidades físicas. (2001, p. 40)

3.1.2. Los contenidos modelados de la preparación técnico – táctica en los juegos deportivos.

El término contenido de la enseñanza es tratado por Navelo (2004) citando a destacados pedagogos. Entre ellos se refiere a Labarrere (1991), cuando señala que el contenido es el volumen de conocimientos, habilidades y hábitos que deben apropiarse los alumnos para lograr los objetivos de la educación, (Labarrere, G. y Valdivia, G., 1991:86). De igual manera, se valora la concepción de contenido del entrenamiento generada por Martín citando a Carl, 1983, 33, donde señala que:

el contenido del entrenamiento es el tipo de actividad que se produce durante el entrenamiento mediante su realización se intentará conseguir determinados objetivos. Los contenidos esenciales del entrenamiento son formas de ejercicios y tareas cognitivas específicas, como esquemas tácticos, con cuya realización los deportistas modifican su estado de rendimiento, pero también figuran aquí las competiciones secundarias y de

control, las medidas fisioterapéuticas e higiénicas, así como la nutrición. (2001, p. 40).

Se determina que tal definición, en el caso del deporte sería el volumen de conocimientos, habilidades y hábitos técnico-tácticos, que el entrenador debe brindar a sus jugadores para lograr los objetivos de la preparación. Al referir las habilidades y hábitos técnico – tácticos entonces se destaca el qué se entrena, cuáles son los contenidos de los ejercicios que se imparten en las sesiones de entrenamiento que permiten el dominio de las acciones de la actividad competitiva en cada uno de los deportes. Son los contenidos que marcan la eficiencia del entrenamiento y el dominio cada vez mayor de las habilidades del deporte de que se trate. Por ejemplo, el saque, el pase, la recepción, el lanzamiento a puerta, etc.

El empleo de los contenidos modelados expresados guarda una estrecha relación con el trabajo en la planificación actual del proceso de entrenamiento porque requiere que se organicen los diferentes elementos de su estructura concebido sobre la base del método de la modelación, o sea, realizar todos los ejercicios basados en los contenidos técnico – tácticos, en función de las características principales del deporte que se trate, Navelo. R (2021) considera que dichas acciones están ajustadas dentro de una variedad de fases donde están conectados varios elementos técnicos del acto competitivo entre sí y de ahí el concepto modelado de las mismas, incluyendo un pequeño número de acciones que se encuentran relativamente aisladas. Ejemplificando en el Voleibol, señala Navelo (2021) citando a Berthold Fröhner, (1986) que, se determinan las fases más reincidentes durante las acciones de la actividad competitiva y las llamó: “Fases típicas del juego” elemento que es posible implementar en otros deportes de tipo tácticos.

En el Voleibol, tomando como ejemplo la explicación del acápite que se trata, el autor, parte del estudio sobre las fases típicas del juego citadas por Fröhner y determinó no solo emplear las existentes sino crear todas las posibles fases y microfases que suceden en el juego o actividad competitiva aplicadas al entrenamiento y organizarlas metodológicamente lo cual refuerza el concepto de modelación citado en la obra. Esto permitirá la aplicación consciente del trabajo constituyendo los contenidos modelados de la preparación técnico-táctica y una guía de extraordinario valor pedagógico la cual va a garantizar, unida a otros elementos, el desarrollo armónico de los jugadores.

Como se ha venido tratando la principal dirección del mismo va orientada a la actividad modelada del deporte que se trate, de ahí que se insista en que la columna vertebral de la preparación del asuma la dirección fundamental del entrenamiento en las tareas técnico-tácticas lo que se traduce en que, a partir de los objetivos propuestos para Jugar, etc., entonces se determinan las necesidades en la preparación física general y especial, preparación psicológica,

preparación teórica, etc.

Cuando se habla de la enseñanza y el perfeccionamiento de un fundamento técnico determinado en condiciones modeladas, se asume la concepción del trabajo técnico vinculado a lo táctico, al desarrollo del pensamiento operativo que le permita analizar las acciones y brindar una respuesta motriz adecuada que se fundamenta en el uso de un pensamiento flexible logrado por el dominio de las variantes técnicas aprendidas en el proceso de entrenamiento y la solución de tareas problémicas en condiciones variables y competitivas.

El desarrollo técnico – táctico va en correspondencia con las características del equipo (edad, experiencia deportiva y de las posibilidades individuales de cada jugador. En relación con el término “variantes de ejecución” se refiere, por ejemplo, a lo siguiente: el ataque de frente es el movimiento básico y sus variantes son el ataque con giros, contra las manos, en finta etc. Este contenido hay que desarrollarlo en las acciones individuales insistiendo principalmente en el empleo de los contenidos en las de grupo y equipo. En el aprendizaje de las variantes de cada fundamento técnico se fundamenta el éxito de la habilidad técnico-táctica, en la misma medida en que el jugador sea capaz de dominar una mayor cantidad de habilidades, (variantes o recursos técnicos) podrá emplear con mayor efectividad su pensamiento táctico.

3.1.2.1. La elaboración de los contenidos del entrenamiento técnico – táctico modelado.

Más adelante en el capítulo de planificación de la preparación técnico – táctica en condiciones modeladas se explica cómo se ejecuta el proceso de aplicación de los contenidos modelados a partir de las estructuras cíclicas del mesociclo, es por ello que se recomienda que el entrenador o su colectivo técnico deben elaborar el conjunto de acciones de toda la actividad que realizan los atletas en el acto competitivo y a partir de allí y en correspondencia con la edad de su equipo o atleta, entonces diseñar cuales son las acciones (contenidos del entrenamiento) que deben entrenar. Por ejemplo, en el caso de luchadores, seleccionar todas las acciones de desplazamientos, técnicas de movimientos a la ofensiva y la defensa, de pie, en cuatro puntos, etc. En torno a ello se ejemplifica más adelante lo que realiza Navelo (2021) en el Programa de Preparación del voleibolista que los contenidos del entrenamiento para la planificación de los mesociclos, microciclos y unidades de entrenamiento pueden ser los siguientes:

a. El contenido en las acciones modeladas individuales.

1. Posiciones y desplazamientos vinculados con los ejercicios en todos los elementos del juego.
2. Saques dirigidos al terreno opuesto.
3. Envío (voleo) por arriba desde las zonas del terreno hacia la zona 32.
4. Pases cortos, medios y largos contra bloqueos.

5. Envío por abajo desde las zonas del terreno hacia la zona 32.
6. Recepción del saque desde las zonas de juego.
7. Ataque por zonas 4, 3 y 2. Sin y contra bloqueo.
8. Bloqueo. Sin y contra ataques.
9. Defensa del campo desde las zonas del terreno hacia la zona 32.

b. **El contenido en las acciones modeladas de grupo.**

En este grupo de acciones encontramos cinco subgrupos. El primero de ellos se refiere a:

- **Los elementos que permiten ser trabajados de manera independiente:**
 1. Envío (voleo) por arriba desde las zonas del terreno hacia la zona 32.
 2. Envío por abajo desde las zonas del terreno hacia la zona 32.
 3. Recepción del saque desde zonas del terreno.
 4. Entradas a la red para ataques en combinaciones.
 5. Bloqueo. Sin y contra ataques.
 6. Defensa del campo desde zonas del terreno vinculadas al bloqueo y ataque.
- **Elementos interrelacionados para entrenar en los complejos I o II:**
 1. Pase alto paralelo – ataque - aseguramiento. Bloqueo pasivo/activo.
 2. Pase alto diagonal - ataque - aseguramiento. Bloqueo pasivo/activo.
 3. Pase en combinación – ataque - aseguramiento. Bloqueo pasivo/activo.
- **Elementos interrelacionados para entrenar en el complejo I:**
 1. Recepción - pase alto paralelo - aseguramiento.
 2. Recepción - pase alto paralelo/diagonal - ataque - aseguramiento. Bloqueo pasivo/activo.
 3. Recepción - pase en combinación - aseguramiento.
 4. Recepción - pase en combinación - ataque - aseguramiento. Bloqueo pasivo/activo.
- **Elementos interrelacionados para entrenar en el complejo II:**
 1. Envío - pase alto - ataque - aseguramiento. Bloqueo pasivo/activo.
 2. Envío - pase en combinación - ataque - aseguramiento. Bloqueo pasivo/activo.
 3. Defensa - pase alto paralelo/diagonal - aseguramiento.
 4. Defensa - pase alto paralelo/diagonal - ataque - aseguramiento. Bloqueo pasivo/activo.
 5. Defensa - pase en combinación - aseguramiento.
 6. Defensa - pase en combinación - ataque - aseguramiento. Bloqueo pasivo/activo.
 7. Bloqueo - defensa (incluye el aseguramiento).

8. Bloqueo - defensa - pase alto - paralelo/diagonal - ataque - aseguramiento. Bloqueo pasivo/activo.
 9. Bloqueo - defensa - pase en combinación - ataque - aseguramiento. Bloqueo pasivo/activo.
 10. Bloqueo - pase directo - ataque - aseguramiento. Bloqueo pasivo/activo.
 11. Pase directo - ataque - aseguramiento. Bloqueo pasivo/activo.
- Elementos interrelacionados para entrenar los dos complejos simultáneamente:

Se ejecutan a partir de la unión de dos conjuntos de fases que pertenecen a los complejos I y II. Por ejemplo, tomamos un conjunto a partir de los siguientes fundamentos:

- ♦ En una cancha: Recepción - pase paralelo - ataque - aseguramiento. En la otra cancha se continúa con: bloqueo - defensa - pase paralelo/diagonal - ataque - aseguramiento.

De esta forma se ejecuta uno o varios ciclos de acciones que van a estar en dependencia de la caracterización de esta categoría y del volumen y la intensidad que se necesite en ese momento.

c. **El contenido de las acciones modeladas de equipo.**

- En el complejo I
 1. Recepción - pase alto paralelo/diagonal - aseguramiento.
 4. Recepción - pase alto paralelo/diagonal - ataque – aseguramiento. Bloqueo pasivo/activo.
 2. Recepción - pase en combinación - aseguramiento.
 5. Recepción - pase en combinación - ataque – aseguramiento. Bloqueo pasivo/activo.
- En el complejo II
 - Las acciones que se entrenan en dichas condiciones son las siguientes:
 1. Envío - pase alto paralelo - aseguramiento.
 2. Envío - pase alto paralelo - ataque – aseguramiento. Sin/contra bloqueo.
 3. Envío - pase en combinación - ataque – aseguramiento. Bloqueo pasivo/activo.
 4. Defensa.
 5. Defensa - pase alto paralelo/diagonal - aseguramiento.
 6. Defensa - pase alto paralelo/diagonal - ataque – aseguramiento. Bloqueo pasivo/activo.
 - 7.
 8. Defensa - pase en combinación - aseguramiento.
 9. Defensa - pase en combinación - ataque – aseguramiento. Bloqueo pasivo/activo.

10. Bloqueo - defensa - pase alto paralelo/diagonal - ataque – aseguramiento. Bloqueo pasivo/activo.
 - 11.
 12. Bloqueo - defensa - pase en combinación - aseguramiento.
 13. Bloqueo - defensa - pase en combinación - ataque – aseguramiento. Sin/contra bloqueo.
 14. Bloqueo - pase directo - ataque – aseguramiento. Bloqueo pasivo/activo.
 15. Pase directo - ataque – aseguramiento. Bloqueo pasivo/activo.
 16. En cada una de las posibilidades de entrenamiento anteriormente expuestas se puede incluir el saque al comienzo de las acciones en dependencia de los intereses del entrenador.
- En los complejos I y II simultáneamente:
 - ✓ En una cancha: Recepción - pase alto – balón fácil al oponente - aseguramiento. En la otra cancha continua con: Envío - pase alto – balón fácil al oponente - aseguramiento, así se da un ciclo que se va a extender en dependencia de los objetivos que pretenda el entrenador.
 - ✓ En una cancha: Recepción - pase paralelo - ataque - aseguramiento. En la otra cancha se continúa con: bloqueo - defensa - pase paralelo/diagonal - ataque - aseguramiento.
 - El juego
 1. De estudio.
 2. Con tareas.
 3. De control.
 4. Libre.
 - La competencia
 1. Preparatoria.
 2. Fundamental.

3.1.3. Los medios como componente didáctico del proceso. Los ejercicios modelados como medio en la propuesta metodológica.

Los medios del entrenamiento modelado se encuentran asociados a los contenidos y los métodos del mismo, señala Platonov, V. N. (2001, p. 236), clásicos de la metodología del entrenamiento deportivo, que:

Los medios de la preparación deportiva son los diversos ejercicios físicos que influyen directa o indirectamente en el perfeccionamiento de la maestría deportiva. La composición de los medios de la preparación deportiva se forma considerando las particularidades del deporte concreto que es el objeto de la especialización deportiva.

Se refiere a los medios del entrenamiento deportivo como el ejercicio físico referentes a la preparación general, auxiliares, de preparación especial y de competición.

Destaca que los ejercicios de preparación general sirven para el desarrollo funcional de todo el organismo del deportista. Pueden tanto corresponder a las peculiaridades del deporte escogido, como estar en una determinada contradicción con éstas. Los auxiliares presuponen unas acciones motrices que crean un fundamento especial para el posterior perfeccionamiento en tal o cual actividad deportiva. Los de preparación especial son los más asociados a la propuesta de ejercicios modelados toda vez que ocupan un lugar principal en el sistema de entrenamiento de los deportistas y abarcan el círculo de medios que incluyen elementos de la actividad competitiva y acciones cercanas a ésta en su forma, estructura y también en el carácter de las cualidades manifestadas y la actividad de los sistemas funcionales del organismo.

Por último, se destacan los ejercicios de competición los cuales presuponen la ejecución de un complejo de acciones motrices que son el objeto de la especialización deportiva de acuerdo con las reglas existentes de las competiciones. Pueden ser considerados como modelos más cómodos y objetivos de las posibilidades de reserva del deportista, señala Platonov, (2001) citando a Laputin, (1986). En el caso que ocupa la obra, se refieren a los medios del entrenamiento deportivo que se dividen también en función de la finalidad de su acción. Cabe destacar los medios relacionados en general con el perfeccionamiento de diferentes aspectos de la preparación: técnica, táctica, etc.

Por otra parte, Zhelyazkov considera que,

según la característica dinámica y cinemática, en cuanto a la actividad motriz concreta, los ejercicios físicos pueden agruparse en tres grupos principales: competitivos, de preparación especial y de desarrollo general. Los ejercicios competitivos son actividades motrices íntegras típicas del respectivo deporte o disciplina que son objeto de especialización y se ejecutan según las reglas competitivas. Su característica cualitativa se determina por el hecho de que por la dinámica del esfuerzo neuromuscular y por su estructura externa son adecuados a la actividad motriz específica. De igual manera los ejercicios de preparación especial: son actividades motrices semejantes que por una serie de características son parecidos, pero no idénticos a los ejercicios competitivos, se refieren al desarrollo de las cualidades físicas. (2001, p. 129).

En el caso que ocupa al estudio, es indudable que los ejercicios que tienen una elevada vinculación con el estudio son de tipo competitivos los cuales el autor

los caracteriza por la similitud con las acciones competitivas, lo que es totalmente asociado a la modelación del entrenamiento que se trasmite.

Esta clasificación que distingue los ejercicios competitivos se identifica en la propuesta con los ejercicios modelados el que en el proceso de preparación técnico-táctica permiten desarrollar los contenidos de la enseñanza, y a su vez representan el modo de expresión de los métodos. Las exigencias en los juegos deportivos de hoy en día imponen la necesidad de trabajar para la formación de un pensamiento más productivo. Esta necesidad parte de distintas condiciones que deben reunirse para la aplicación de los diferentes ejercicios en las sesiones de entrenamiento porque hay diferencias cuando se emplean ejercicios individuales en el caso de los deportes de combate e individuales o colectivos en el caso de los juegos deportivos, hay diferencias cuando se aplican en el período preparatorio y sus etapas o cuando se aplican en el competitivo, hay diferencias cuando estos ejercicios tienen una intención en la enseñanza o el perfeccionamiento y hay diferencias cuando su tendencia es a lo técnico o a lo táctico.

Como ya ha sido tratado la concepción de modelados está estrechamente ligada a la similitud de las acciones del entrenamiento con aquellas que realiza en la actividad competitiva, en este caso se refieren los autores a los ejercicios como el elemento más importante donde se materializa la ejecución del entrenamiento y en ello toma especial protagonismo el ejercicio modelado. El concepto que se maneja en torno a la modelación del entrenamiento no significa que la acción que se realiza es estrictamente similar y completa con la acción competitiva porque, como se puede apreciar más adelante, es posible modelar una técnica de la actividad del deporte en condiciones más sencillas, o sea, es posible realizar partes del movimiento desglosando la técnica del elemento técnico en partes o ejecutando imitaciones simples del movimiento que se aprende o perfecciona pero sus raíces no pierden la similitud con la acción competitiva, los movimientos del cuerpo del atleta estarán ligados a la ejecución de la técnica que se entrena tomando muy en cuenta que los mismos se realizan en el contexto competitivo, en el terreno de juego.

De ahí que los ejercicios empleados podrán ser simples o complejos, pero siempre con una concepción modelada a las características del deporte con un fin táctico en una u otra edad o categoría. La metodología propuesta se dirige continuamente al aprendizaje de nuevos hábitos y habilidades en la misma medida que el joven atleta demuestre sus potencialidades. Se aprecia que cada tipo de contenido está estructurado por los diferentes tipos de acciones, individuales en el caso de los deportes de combate e individuales, de grupos y de equipo en los juegos deportivos, las mismas siempre serán en condiciones modeladas y adaptados a las características de la actividad competitiva en sí.

3.1.4. Clasificación de los ejercicios en los juegos deportivos.

3.1.4.1. Clasificación de los ejercicios en los juegos deportivos

La clasificación propuesta se realiza con una dirección metodológica encaminada a desarrollar en el proceso tanto la particularidad de la enseñanza de los elementos técnicos y sus variantes como el desarrollo del pensamiento táctico, para ello hay que emplear su vínculo con los métodos que más adelante se tratan. La utilización de los ejercicios permitirá planificar con relativa facilidad y de manera consciente el proceso de preparación técnico - táctica.

Estos ejercicios son utilizables en los juegos deportivos como en los deportes de combate, entre ellos se encuentran aquellos que van dirigidos a las acciones individuales, de grupo y de equipo lo que amplía el campo de acción en el orden metodológico de esta propuesta. Lo expresado se aprecia en la tabla No. 6.

TIPOS DE ACCIONES	TIPOS DE EJERCICIOS PARA LOS JUEGOS DEPORTIVOS	
Acciones individuales.	1. Modelados de introducción.	En todos los tipos de acciones se emplean: 8. Los juegos. 9. La competencia.
	2. Modelados para el desarrollo	
Acciones de grupo.	3. Modelados en una zona del terreno de juego. (ofensiva o defensa)	
	4. Modelados entre ambas zonas del terreno de juego	
Acciones de equipo.	5. Modelados para un complejo o sistema ofensivo	
	6. Modelados entre ambos complejos o sistemas de juego	

3.1.4.2. Los ejercicios modelados en las acciones individuales.

Los ejercicios modelados en condiciones individuales van dirigidos a la formación o el perfeccionamiento de las habilidades técnico-táctico de manera individual, o sea, el atleta no va a estar vinculado con otros compañeros en las acciones del ejercicio. Se ejecutan de forma más simple e independiente ya que el atleta concentra su atención en sus propios movimientos soslayando aquellos que aparecen en las acciones cuando se trabaja a partir de los de grupos, en correspondencia con las características de cada uno de los juegos deportivos, estos ejercicios no deben ser empleados prolongadamente, son propios de las categorías de iniciación. Los conceptos que aparecen en las acciones individuales son los siguientes:

1. Ejercicios modelados de introducción: Son aquellos que se incorporan en el inicio de la enseñanza, ellos se orientan fundamentalmente para el fortalecimiento de una parte del movimiento o al movimiento en general, en su aplicación se emplean los movimientos de imitación o fracciones del elemento técnicos se desarrollan también acompañados de medios auxiliares como pueden ser los sostenedores de balones, los balones colgantes y otros, pero

deben ser empleados en las condiciones del juego de manera que el jugador aprenda en esas condiciones, ocurre que en ocasiones se enseña fuera del contexto de juego para después llevarlo a las condiciones del terreno lo que implica desarrollar nueva percepciones y por ende una pérdida de tiempo y de desarrollo.

2. Ejercicios modelados de desarrollo: Son un escalón superior en el trabajo técnico - táctico, se caracterizan por su similitud con las condiciones del juego pero que aún no abarcan todas las condiciones de la acción compleja del juego, se parte desde las más sencillas hasta las más complejas, dichos ejercicios responden al patrón de juego establecido en las aspiraciones del entrenador.

3.1.4.3. Los ejercicios modelados en las acciones de grupos.

Los ejercicios cuando se trabajan en grupos tienen la característica de mezclar el dominio técnico - táctico individual adquirido interactuando con los demás jugadores, su tendencia va dirigida a la formación de habilidades técnico-tácticas para la concepción o perfeccionamiento de las acciones del juego, de ahí que su uso debe ser más frecuente desde los propios inicios del proceso. Entre estos ejercicios se encuentran los siguientes:

3. Ejercicios modelados en una zona del terreno. (Zona de ataque o de defensa): Son los ejercicios que se ejecutan en un grupo de jugadores que no alcanza la totalidad del equipo, se realizan en condiciones similares a las situaciones de juego, como su nombre lo indica solo se realizan en una zona ya sea de ataque o de defensa, (delantera o zaguera). Ellos van dirigidos al modelo (sistema, forma) de juego concebido en las aspiraciones del entrenador. Por ejemplo, en el Voleibol se encuentra, recepción del saque entre dos o tres jugadores en la zona de defensa 5, 6 y 1 (zaguera).
4. Ejercicios modelados entre ambas zonas del terreno. (Zonas de ataque y de defensa relacionadas entre sí): Son similares en su contenido a los modelados en una zona, solo que modifican su estructura ya que se realizan entre ambas zonas vinculando jugadores en una zona y otra, es posible que en no todos los juegos deportivos sean posible ejecutar según el concepto. Por ejemplo, en el Voleibol los jugadores en las posiciones dos y tres bloquean un balón atacado en su dirección y el jugador de la posición uno se mueve con conocimiento previo de lo que se pretende realizar, como se puede observar participan los jugadores de las posiciones dos, tres y uno que pertenecen a las zonas de ataque y de defensa.

3.1.4.4. Los ejercicios modelados en las acciones de equipo.

Los ejercicios de equipo conforman el ideal previsto en la concepción de los sistemas y formas de juego del entrenador, es la forma superior del entrenamiento técnico - táctico, pero es difícil alcanzar rendimientos en los

ejercicios de equipo cuando anteriormente no se crearon las condiciones para ello, en ocasiones se logra sacrificando el aprendizaje lo que a fin de cuentas afecta el desarrollo de los jóvenes valores. Representan la esencia del deporte de ahí que su uso debe ser sistemático y su nivel de complejidad debe depender del dominio que se va logrando en los ejercicios de grupo, pero siempre deben ser utilizados. Cuando se han empleado de manera adecuada los contenidos y los métodos, estos ejercicios se caracterizan por su aplicación en condiciones variables.

5. Modelados para un complejo o sistema de juego. (Complejo 1 o 2, sistema a la ofensiva o defensiva).
6. Modelados para ambos complejos o sistemas entre sí. (Complejos 1 y 2 o sistemas ofensivos y defensivo simultáneamente).

Estos constituyen la máxima expresión del modelo de juego que ha sido concebido desde las acciones individuales. Ciertas situaciones particulares con carácter estándar se van a presentar durante la realización de estos ejercicios en el inicio del proceso, las mismas van dirigidas al entrenamiento de determinadas tareas establecidas de antemano. Cuando se han cumplido los objetivos metodológicos establecidos en el sistema, las condiciones variables van a predominar en su realización. El empleo del trabajo con ambos complejos o sistemas de juego simultáneamente favorece el logro de las situaciones de juego que se desea alcanzar.

7. El juego: Constituye un elemento insustituible en los juegos deportivos, su aplicación permite alcanzar altas metas siempre y cuando se utilice en los momentos oportunos y sobre la base de vencer los objetivos que para su realización se propongan. Hay que destacar que, el juego en sus distintas manifestaciones puede ser utilizado a través de todo el período de preparación tomando en consideración el nivel de los jugadores, sus características y el momento en que se emplea. Es posible ubicar juegos en partidos de 2 vs 2; 3 vs 3 y otras variantes como el juego a base de un solo elemento en algunos deportes que bien puede ser el voleo por arriba o por abajo o combinando dos o tres fundamentos e incluso se emplean en los momentos iniciales de la enseñanza los juegos sobre lanzamiento y capturas de balones, después de un picó en el suelo, etc., todo depende del nivel que vayan alcanzando los jugadores y los objetivos que en cada momento sean propuestos. El juego puede ser empleado en varias formas:
 - a) De estudio (E): Se usa cuando es necesario realizar el estudio de determinadas estructuras o sistemas de juego, así también, en los inicios de la preparación con el objetivo de tener una idea general del estado o las características del equipo.
 - b) Con tareas (T): Se refiere al juego donde obligatoriamente hay que darle cumplimiento a determinadas tareas o indicaciones orientadas por el

entrenador, las mismas pueden ir incorporadas a reglas especiales o provisionales del juego de manera que estimulen su cumplimiento. Constituyen una de las variantes más importantes y de mayor necesidad en los entrenamientos.

- c) De control (C): El juego de control va dirigido al establecimiento de controles del rendimiento estadístico de los jugadores en particular o del equipo en general, los resultados alcanzados permiten establecer parámetros de rendimiento para valorar el desarrollo y tomar las medidas pertinentes en el futuro inmediato, los mismos deben ser analizados en el seno del equipo pues su empleo correcto sirve de estímulo al entrenamiento.
- d) Libre (L): Este tipo de juego se emplea como descarga emocional de determinados períodos de tiempo llenos de tensiones físicas, psicológicas o docentes de carácter general y está orientado para permitir durante su realización todo lo que desde el punto de vista técnico-táctico esté al antojo de los jugadores.

8. La competencia: Preparatoria o Fundamental

La competencia preparatoria (P): Es un medio decisivo para evaluar el estado de preparación del equipo. Puede realizarse fundamentalmente al concluir momentos importantes de trabajo, por ejemplo, al final de los mesociclos o etapas y períodos del macrociclo.

La competencia fundamental (F): Constituye el objetivo supremo de la preparación. Para tomar parte en ella, el entrenador, entre otras cosas, deberá tener planificado con lujo de detalles su plan de competencias definiendo sistemas, combinaciones y formas de juego evitando improvisaciones de última hora.

Como se ha podido apreciar todos los ejercicios se encuentran enumerados de manera consecutiva aun cuando pertenezcan a diferentes tipos de acciones. Este ordenamiento metodológico de lo simple a lo complejo constituye una guía durante la planificación de todo el proceso.

3.1.5. La manifestación de los métodos y la metodología en la modelación del entrenamiento técnico-táctico.

Según Hours el método, sin dejar de pertenecer al terreno de lo pedagógico, pasa a ser un factor de implicancia y desempeño de lo didáctico, ambas dimensiones coadyuvando y actuando como dispositivos de conformación y consolidación de cierta postura política que sutilmente se instalará en la conciencia del sujeto. (2018, p. 3)

Como ya se ha tratado, se evidencia con gran fuerza en el empleo de los componentes del proceso de entrenamiento en la bibliografía universal en la

dirección biológica del proceso y no en la pedagógica, de ahí que al estudiar los métodos se evidencia que sus intenciones, en la gran mayoría de los casos que se explican, tienen un sentido al empleo y a los efectos en el orden fisiológico del organismo del deportista. Sin embargo, en este acápite, al tratarse el proceso pedagógico que constituye la preparación técnico – táctica, se realiza un estudio de aquellos que están vinculados a dicho proceso, o sea, al cómo enseñar, perfeccionar o desarrollar hábitos, habilidades y formas del pensamiento táctico. En resumen, se estudia el proceso pedagógico dirigido a la formación de hábitos y habilidades en función del desarrollo del pensamiento táctico como elemento esencial en los deportes de tipo tácticos. Como parte del sistema de componentes del proceso de enseñanza – aprendizaje que se lleva a cabo, se desarrolla entonces, el estudio de los métodos para la preparación técnico – táctica.

En ese sentido destaca Verjoshanski que:

Para calificar la técnica deportiva, deberán ser utilizados dos regímenes de trabajo del organismo diferentes por su intensidad (potencia) de esfuerzos; el predominante y el máximo. El primero se usa en el perfeccionamiento de la estructura del ritmo y coordinación del ejercicio de competición o de sus elementos aislados; el segundo sirve para coordinar la estructura de ritmo y la coordinación y la biodinámica de los movimientos con un nivel elevado de preparación física especial del deportista. Estos regímenes deberán ser distribuidos en el tiempo y también coordinados con todos los contenidos del proceso de entrenamiento, para que, al inicio del período de competiciones, garantice la capacidad de realizar el ejercicio básico con alta velocidad y máxima potencia de esfuerzo. (2002, p. 137)

O sea, de lo expresado por Verjoshanski, se infiere que el uso de dos regímenes de trabajo esté vinculado al empleo de métodos, se refiere el autor “al trabajo del organismo diferente por su intensidad” y a “la realización del ejercicio básico con alta velocidad y máxima potencia de esfuerzo” lo que supone el éxito técnico en la ejecución del mismo.

Se plantea por otro lado que, la sistematización de los métodos es una de las cuestiones que no se ha solucionado en la teoría del deporte, debido a la diversidad de la actividad de entrenamiento y a las diferencias en los enfoques de esta cuestión, no obstante, Zhelyazkov los reúne en tres grupos principales:

- Métodos de realización de las cargas de entrenamiento, principalmente para las capacidades funcionales del deportista.
- Métodos de perfeccionamiento de las funciones motrices, referidos a la enseñanza y formación de los respectivos conocimientos, hábitos y

destrezas.

- Métodos de organización y regulación de las sesiones de entrenamiento con vista a elevar la efectividad. (2001, p. 131)

Como se aprecia, se evidencia en la clasificación presentada que el autor coloca los métodos con dirección a lo biológico como el primer grupo cuando la esencia en el grupo que ocupa la obra está dirigida a jugar. No obstante, la modelación de las acciones que se promueve se ubica en el segundo grupo referido a los métodos del perfeccionamiento de las funciones motrices, referidos a la enseñanza y formación de los hábitos y destrezas, a lo cual el autor le incluye las habilidades.

En otro sentido en el que se le brinda al estudio de los métodos en esta obra, señalan Forteza, A. y Ranzola, A. (1988) citado por Hechavarría (2006), que el método surge como un elemento estrechamente vinculado a la enseñanza, y lo definen como las formas interrelacionadas de trabajo entre el pedagogo y el educando, y que están dirigidas a la solución de las tareas de la enseñanza. (1988, p.7)

Por su parte, Martín considera que los métodos de entrenamiento son procedimientos planificados de transmisión y configuración de contenidos, dentro de unas formas de entrenamiento dirigidas a un objetivo. (2001, p. 41)

En tal sentido, Navelo (2004) señala que los métodos de la enseñanza no responden a una clasificación única, plantea que en la didáctica contemporánea existen diferentes clasificaciones, sin embargo, al analizarlas no entran en contradicciones unas con otras, por el contrario, permite al entrenador ver el proceso de enseñanza a través de sus distintas aristas. Ahora bien, ¿Cuáles son los métodos más afines a la realidad práctica de la preparación técnico - táctica de los deportes tácticos referidos en la propuesta?

Verkhoshanski, en torno al valor que le brinda a la maestría técnica, señala que:

la maestría técnico-deportiva no es un estado que pueda alcanzarse alguna vez, sino que es el resultado actualizado de un proceso ininterrumpido e interminable del movimiento, desde menos perfeccionado a más perfeccionado. Por ello, la esencia del perfeccionamiento de la maestría técnico-deportiva en el entrenamiento a largo plazo reside en la búsqueda y asimilación permanentes de procedimientos motores racionales que permitan aprovechar del mejor modo posible el creciente potencial motor del deportista. (2002, p. 43)

En el Manual para el entrenador de Voleibol nivel 2 se señala que:

los dos métodos más utilizados en la enseñanza de habilidades complejas son el “**modelado**” y la “**concatenación**”

encadenamiento”, y refieren que en el modelado la habilidad que se va a enseñar va tomando forma gradualmente al demostrar brevemente y explicar la habilidad completa, al simplificar la habilidad, incluyendo sólo las acciones más importantes, al permitir a los atletas practicar la habilidad en forma simplificada y al agregar gradualmente las partes faltantes. Hasta que la habilidad completa sea aprendida. En el encadenamiento las habilidades complejas están hechas de distintas partes y cada una de ellas puede ser tomada como un eslabón en una cadena, en ella, los atletas encadenan una habilidad con otra. Es posible empezar con el principio de una cadena y aprender el primer eslabón, luego añaden el segundo y practican con los dos juntos. Entonces el tercero es agregado y los tres se practican en secuencia. Este proceso continúa hasta que la cadena está completa. Manual para el entrenador de Voleibol nivel 2. (2003, p. 68).

En esta última referencia se aprecia un particular empleo poco común en el campo de la didáctica del entrenamiento al citar al método de encadenamiento, no obstante, por la relación con el deporte se hace referencia a ello.

Por otro lado, en el tratamiento universal se emplean para el proceso de preparación técnico – táctica o proceso de enseñanza - aprendizaje los siguientes:

- Orales.
- Visuales.
- Prácticos.

Los métodos Orales. Hechavarría (2006) citando a Forteza y Ranzola define que los autores se refieren al nombrar los métodos en este grupo a los métodos auditivos, término que otros emplean designándolos como métodos orales o verbales, señalan los autores referidos que estos métodos se utilizan con la participación de los analizadores auditivos y su objetivo fundamental se dirige a la asimilación del ritmo de ejecución de los ejercicios por los estudiantes, así como para reconstruir las características temporales y espacio-temporales del movimiento. En ellos se inserta la explicación de los movimientos técnicos del deporte que se trate.

Los métodos visuales. En relación con los **Visuales**, se aprecia también un grupo de métodos que se manifiestan de diferentes formas, y citan los autores antes referenciados que pueden ser directos e indirectos. Ellos describen a las diferentes formas de la demostración de los ejercicios, unos realizados por el profesor y otros por medio de películas, vídeos etc.

Ya refiriéndose al grupo de métodos prácticos se hace necesario recordar que el tratamiento que se le ofrece a los métodos en este acápite está referido a su

empleo específico en el campo de la didáctica, o sea, a cómo se emplean los métodos prácticos en el proceso de enseñanza – aprendizaje o de perfeccionamiento de las acciones técnicas en cada uno de los deportes objetos de estudio y no a su influencia en el desarrollo físico, cardiovascular o morfológico, una vez esclarecido ello, se mencionan a los siguientes métodos:

Los métodos prácticos. Son aquellos en los que se pone de manifiesto la actividad práctica, o sea, la ejecución. Es la manifestación real donde se vinculan los tres grupos de métodos. El entrenador va a ejecutar un ejercicio con su equipo y puede hacerlo de manera global, fragmentaria, modelada estándar, etc., pero como expresión lógica, debe mostrar el movimiento, explicarlo y ejecutarlo. En lo referente a la metodología modelada en la preparación técnico – táctica que se explica, se tratan, más adelante, y de manera particular aquellos métodos que mayor incidencia alcanzan en el éxito durante la aplicación de la metodología. Se refieren los autores a los siguientes métodos:

El método fragmentario o el método de las partes, es un método que se manifiesta de manera clara en el proceso de enseñanza – aprendizaje del entrenamiento deportivo, refieren los autores que se utiliza para la enseñanza de acciones técnicas o elementos técnicos de los deportes, si tal ejecución se puede llevar a cabo por medio de la división en elementos relativamente independientes. Ejemplo, la enseñanza de una técnica del tiro en movimiento en Baloncesto o del remate en el Voleibol cuando la acción se ejecuta fracciones de movimientos que facilitan el aprendizaje.

El método integral global. En contraposición a este método, se explica más adelante el referido al **método integral global o método global**, este método adquiere las mismas características del anterior porque su empleo es netamente dirigido al proceso de enseñanza – aprendizaje, el mismo se utiliza en los casos en que es imposible fraccionar el elemento técnico porque la división conduce a la variación de la estructura del movimiento, aunque se emplea con algunos detalles que, posteriormente, se agrupan de forma gradual para el aprendizaje del elemento técnico. Por ejemplo, la técnica del golpeo con el interior del pie en el Fútbol o la recepción del pase en el Voleibol,

El método de la modelación. En el caso de la propuesta que ocupa a los autores alcanza una especial relevancia el método de la Modelación, toda vez que identifica en su plena magnitud los aspectos de que trata la metodología que se expone. En tal sentido, es sistemático el empleo del mismo en muchas publicaciones del deporte, sin embargo, en este caso es necesario perfeccionar parte de su concepción en relación con lo expresado por Matveev quien en torno a la modelación del entrenamiento señala que:

La modelación trata de la reproducción algo modificada, aproximada en el entrenamiento de las acciones para futuras competiciones. El problema metodológico central de la

preparación de precompetición consiste en la modelación más completa posible del torneo a realizarse y supone la simulación directa al certamen principal con la reproducción íntegra de ejercicios de competición, del régimen de competencia y de sus condiciones externas. (1983, p. 42).

Como se aprecia, el concepto expresado por Matveev asume la labor de modelación en las etapas próximas a la competencia lo que en relación con la propuesta actual difiere en su empleo porque Navelo, R. considera en su concepción que el método de la modelación se refiere al uso constante de ejercicios modelados durante todo el proceso de entrenamiento de la preparación técnico - táctica y no solo a la modelación para el torneo principal a realizarse según Matveev. En resumen, el método de la modelación en la metodología trata de la reproducción algo modificada, aproximada o total de las acciones que se realizan en los ejercicios técnico – tácticos del entrenamiento. No quiere decir ello que desde el inicio se van a reproducir las acciones exactas de la competencia, sino que las acciones que realiza el jugador ya sean modificadas, más simples, pero siempre aproximadas al movimiento competitivo, en su zona de juego, con los jugadores en sus posiciones establecidas, con la regularidad que el deporte exige, etc. Por ejemplo, si va a aprender a pasar que lo haga desde las posiciones de pase, cerca de la red, si va a aprender a atacar que lo haga desde la zona de ataque, en la red, con un bloqueo que puede ser pasivo, por una dirección definida, pero como se puede percatar, las asociaciones del espacio, los objetos, los compañeros y el oponente ya comienzan a conformar un sistema que permite crear las condiciones para entrar a la realidad del juego de manera más efectiva y como es lógico más rápida a que si se realizan ejercicios fuera del contexto del juego, entonces, al colocarlos en ese contexto pues comenzarían a diferenciar nuevas situaciones perceptivas motor que atrasan el proceso.

Plantea Garganta que:

...a través de ese entrenamiento el atleta y su equipo concretan sus planes e crean nuevos comportamientos que pasan a ser familiares para quien los practica, demostrando un patrón de juego, un sistema de preferencia. Considera que el recurso de la modelación, en el sentido de acceder al conocimiento del juego parece ser un medio posible una vez que, según Le Moigne (1990), es un proceso que nos permite la comprensión o construcción de la inteligencia de un fenómeno complejo de modelación del juego dinámico. Para él modelar lleva consigo la oportunidad de identificar, formular e resolver problemas e desde ahí construir enunciados. (2000, p. 42)

Por otra parte, se fortalece la concepción cuando en la obra *El Aprendizaje de la acción táctica*, de Víctor López y Jordi Sargatal como editores, señalan que:

En el contexto y la situación en el proceso de aprendizaje de la táctica en todos los modelos se destaca la necesidad de que los contextos de práctica reproduzcan al máximo las restricciones que se presentan en la situación de juego. Sin duda lo que subyace a esta intención es favorecer la transferencia entre la práctica y la situación real. Las sesiones de entrenamiento se convierten en simulaciones de juego en los que la fidelidad física (materiales, espacios, condiciones ambientales, etc.), la fidelidad perceptiva (patrones estimulatorios) y la fidelidad psicológica (presión, estrés, etc.) estén progresivamente presentes. (2014, p. 44)

El Método del ejercicio estándar. Este método es muy empleado a razón de las situaciones de distribución de las cargas físicas algo que reiteradamente caracterizan a los métodos en el entrenamiento deportivo. El empleo que se le da en la modelación del entrenamiento se refiere a la aplicación del ejercicio de manera estandarizada, o sea, se repite el ejercicio sin ningún tipo de variaciones sustanciales de su estructura determinada por el tipo de elemento técnico que se emplea, la dirección, altura, velocidad del medio o de la posición de sus compañeros de equipo. Su ejecución va dirigida al fortalecimiento del movimiento técnico, así como a la familiarización con las posiciones y acciones que posibilitarán en otra ocasión, la anticipación necesaria en el desarrollo del pensamiento táctico, lo cual está muy relacionado con el componente táctico en la preparación. O sea, durante la ejecución del ejercicio se mantienen todas las características del mismo sin la realización de cambios en su forma o contenido. Por ejemplo, ataque constante en una dirección determinada, con el mismo tipo de pase y por la misma zona de ejecución. Refiere García Manso (200__) que el método del ejercicio estándar consiste en utilizar el ejercicio básico de competición como forma de trabajo. Estos autores realizan múltiples clasificaciones de ejercicios en condiciones estándar, pero todos van dirigidos a la movilización de la carga y no al desarrollo pedagógico del proceso de adquisición de habilidades técnico - tácticas

El Método del ejercicio variable.

Una vez que se ha logrado la ejecución del ejercicio en condiciones estándar en las diferentes variantes de realización, entonces el jugador estará en condiciones de realizarlo en condiciones variables. Lo cual indica que se realiza el ejercicio modificando los parámetros de dirección, altura, técnicas o velocidad tanto en las acciones ofensivas como defensivas. Por ejemplo, el jugador podrá defender balones a la derecha, a la izquierda, arriba o delante sin previo aviso ni conocimiento de la acción a realizar lo que lo coloca ante la necesidad de crear sus mecanismos de anticipación a la acción. Si los ejercicios en el método

estándar fueron realizados con calidad, entonces, emplear estos le serán mucho más fácil toda vez que ya los jugadores se familiarizaron con todos y cada uno de los aspectos que van implícito en el ejercicio. Este método tiene una gran identificación con las acciones asociadas al desarrollo del pensamiento táctico tanto por la anticipación como por la particularidad de que los ejercicios independientemente de ser realizados en condiciones variable también llevan consigo la modelación de la acción deportiva en el contexto del deporte que se practica. Señalan los autores que consiste en la variación dirigida de las influencias en el transcurso de los ejercicios.

La vinculación entre el método estándar y el método variable. En la figura No. 1, más abajo, se puede apreciar el proceso de entrenamiento que es un proceso de enseñanza – aprendizaje con sus 3 etapas según Puni y el ascenso del proceso en la medida que transcurre el paso por cada una de sus fases. Es significativo apreciar que en las columnas rojas y azul se demuestra la vinculación del método estándar con el método variable, o sea, no existe un período para emplear un método y luego iniciar con el otro, todo lo contrario, ellos se van utilizando armónicamente en la misma medida que el proceso avanza. A esta labor se le incorpora que ese ejercicio se está realizando de manera modelada, entonces, se encuentra aquí la principal fórmula del desarrollo de la unidad de lo técnico con lo táctico para lo cual estos tres métodos constituyen la columna vertebral del proceso de preparación técnico – táctica que se asume en la metodología. En la misma medida es posible aplicar el método del juego y la competencia de manera sencilla y en correspondencia con el nivel que se adquiere.

El Método del juego:

Es en el juego donde se materializa el aprendizaje y la máxima expresión de la modelación que desde los primeros momentos se ha venido entrenando, en él se manifiestan los cambios que produce el entrenamiento. El juego tiene la posibilidad de crear un estado que posibilita que los jugadores no perciban la carga que se les trasmite dado por el estado emocional que se crea a través de este método. Ellos pueden realizar un volumen de carga bastante grande a una intensidad elevada porque el juego exige la más alta manifestación de las condiciones motrices y físicas y lo más importante, lo ejecutan como si no lo notaran. De igual manera el juego posibilita la familiarización con las exigencias del reglamento. En la actividad de los jugadores se prevé el logro de un objetivo técnico – táctico, se realiza en condiciones constantes y variables pues es característico la sistemática manifestación de situaciones imprevistas que crean un estado de incertidumbre. Los jugadores realizan un determinado papel en correspondencia con sus funciones en el juego y crean premisas en su formación de la personalidad.

Consideran Navelo y Santana (2021) que el juego constituye un elemento insustituible en nuestro deporte, su aplicación permite alcanzar altas metas

siempre y cuando se utilice en los momentos oportunos y sobre la base de vencer los objetivos que para su realización se propongan. Hay que destacar que, el juego en sus distintas manifestaciones puede ser utilizado a través de todo el período de preparación tomando en consideración el nivel de los jugadores, sus características y el momento en que se emplea. Es posible ubicar juegos en partidos de 2 vs 2; 3 vs 3, y otras variantes como el juego a base de un solo elemento que bien puede ser el voleo por arriba o por abajo o combinando dos o tres elementos e incluso, es posible emplearlos en los momentos iniciales de la enseñanza los juegos sobre lanzamiento y capturas de balones, después de un picó en el suelo, etc., todo depende del nivel que vayan alcanzando los jugadores y los objetivos que en cada momento sean propuestos. El juego puede ser empleado en varias formas:

- a. De estudio (E): Se usa cuando es necesario realizar el estudio de determinadas estructuras o sistemas de juego, así también, en los inicios de la preparación con el objetivo de tener una idea general del estado o las características del equipo.
- b. Con tareas (T): Se refiere al juego donde obligatoriamente hay que darle cumplimiento a determinadas tareas o indicaciones orientadas por el entrenador, las mismas pueden ir incorporadas a reglas especiales o provisionales del juego de manera que estimulen su cumplimiento. Constituyen una de las variantes más importantes y de mayor necesidad en los entrenamientos.
- c. De control (C): El juego de control va dirigido al establecimiento de controles del rendimiento estadístico de los atletas en particular o del equipo en general, los resultados alcanzados permiten establecer parámetros de rendimiento para valorar el desarrollo y tomar las medidas pertinentes en el futuro inmediato, los mismos deben ser analizados en el seno del equipo pues su empleo correcto sirve de estímulo al entrenamiento.
- d. Libre (L): Este tipo de juego se emplea como descarga emocional de determinados períodos de tiempo llenos de tensiones físicas, psicológicas o docentes de carácter general y está orientado para permitir durante su realización todo lo que desde el punto de vista técnico-táctico esté al antojo de los jugadores.

El Método de la competencia.

La competencia produce elevadas posibilidades de ejecución toda vez que los jugadores desean vencer en la misma, ellos juegan para vencer al oponente. La misma aparece implícita dentro de las formas del juego y es una expresión avanzada del concepto modelado del proceso, pues una vez que se juega se esté en presencia de lo modelado del juego, sobre todo si se compite, su relación es íntima, juego – competencia.

Tal como sucede en la aplicación del método del juego, se pueden establecer competencias en las distintas manifestaciones del juego y como ya se ha señalado, puede ser utilizado a través de todo el período de preparación tomando en consideración el nivel de los jugadores, sus características y el momento en que se emplea. Es posible ubicar competencias en partidos de 2 vs 2; 3 vs 3, y otras variantes. Es posible competir en los momentos iniciales de la enseñanza a través de juegos sobre lanzamiento y capturas de balones, etc., es posible competir empleando elementos específicos del juego por medio de tareas, es posible competir en terrenos reducidos, etc., todo depende del nivel que vayan alcanzando los jugadores y los objetivos que en cada momento sean propuestos. Es importante resaltar que la competencia siempre posibilitará evaluar el rendimiento en cualquiera de las formas que se practique y es una oportunidad que debe ser aprovechada por los entrenadores. Ya se ha señalado las diferentes formas de expresión de los juegos y con ellos la competencia, en este sentido y tratándose de la competencia pura del juego, éstas son expresadas en la planificación y ejecución de los planes de entrenamiento como:

La competencia preparatoria (P): este método en esa expresión de manera modelada es un medio importante para evaluar la marcha del estado de preparación del equipo. Puede realizarse fundamentalmente al concluir momentos importantes de trabajo, por ejemplo, al final de los mesociclos o etapas y períodos del macrociclo.

La competencia fundamental (F): la competencia fundamental constituye la máxima expresión de los resultados del trabajo de preparación, es el cumplimiento del objetivo supremo de la preparación y la más alta demostración del proceso de modelación que sea venido realizando en el período de preparación de los equipos. Para tomar parte en ella, el entrenador, entre otras cosas, deberá tener planificado, con lujo de detalles, su plan de competencias definiendo sistemas, combinaciones y formas de juego evitando improvisaciones de última hora.

En conclusiones, se destacan las ideas de Navelo y Santana (2021, p. 72) al referirse al empleo de los métodos que:

- La selección de los métodos a utilizar se realiza tomando en consideración la edad, sexo y experiencia deportiva de los equipos.
- Se debe combinar el empleo de los métodos durante la marcha del aprendizaje o perfeccionamiento como parte de uno de los principios fundamentales de la aplicación de la propuesta.

3.1.6. El control y la evaluación del entrenamiento técnico – táctico en el concepto modelado.

La eficacia de las acciones planificadas crea dudas en el entrenador debido al carácter multifactorial que influye en el mismo, o sea, es posible que el

rendimiento del jugador informe de determinado por ciento y la realidad puede estar dada por diferentes aspectos, se hizo un control sobre el resultado de un tiro al aro en el Baloncesto o sobre los tiros a puerta en el Fútbol, sin embargo, tal resultado que mide el rendimiento técnico – táctico pudo estar influido por un bajo nivel de preparación física o por un estado psicológico determinado, o por las condiciones variables del oponente, en fin, aunque no sea significativo, siempre habrá cierto nivel de subjetividad en los resultados finales de un control del entrenamiento técnico – táctico.

Por otra parte, tal como se ha venido valorando, el control y evaluación de la preparación técnico – táctica no está exento del tratamiento que privilegia los demás componentes de la planificación, sencillamente porque es más fácil brindar información sobre pruebas de carácter estándar en cuestiones de velocidad, peso, o tiempo que en la calidad o resultado de una ejecución que de por sí se realiza bajo la influencia de numerables variables. Es muy común apreciar como los análisis de selección o valoración del rendimiento se realiza solo por el resultado físico o antropométrico, es familiar escuchar, ¿cuánto mide?, ¿cuánto salta? ¿Qué estatura tiene?, antes de cuestionar ¿cuál fue su rendimiento técnico – táctico en el evento? ¿cuántos goles hizo?, ¿qué efectividad tuvo en los tiros? Lo planteado anteriormente, permite deducir que es necesario conferir al control y evaluación de la preparación técnico – táctica la importancia que merece porque ella contribuye con el crecimiento integral del jugador.

Los clásicos del entrenamiento deportivo establecen la relación entre el control y evaluación porque uno depende del otro, o sea, para evaluar es necesario controlar porque esos datos que se han obtenido del control realizado servirán de fundamento para realizar un análisis de lo ejecutado. En el entrenamiento deportivo contemporáneo, controlar y evaluar van estrechamente unidos. La necesidad de planificar, con criterios cada vez más objetivos, ha sido una constante demanda de reconocidos especialistas en los juegos deportivos, lo cual se evidencia en la amplia bibliografía publicada por diferentes autores y consultada por los investigadores.

No es posible dejar de valorar a Zatsiorski cuando de control y evaluación se trata, en este sentido citado por Ibañez /2020) quien refiere que “el control tiene un carácter pedagógico, dado por la retroalimentación en forma de enlace de retorno, que le permite al entrenador obtener información, esto posibilita conocer cómo marcha el proceso y en caso de ser necesario rectificar su dirección”. (2020, p.31).

Por otra parte, por Morales & Álvarez (2003), lo plantean como “la fuente de orientación del entrenador, considerando que su función retroalimentadora garantiza el conocimiento acerca de la marcha del cumplimiento de los objetivos trazados. Por eso, el control debe estar presente a todo lo largo del ciclo de

preparación del deportista". (pp. 2, 87)

De igual manera, (Ruiz 2009), considera que el control se basa en las medidas. En el deporte competitivo, control, es la comparación entre objetivo y el resultado de una determinada actividad; generalmente incluye toda la parte del proceso posible de cuantificar, las tareas y su volumen, algunos índices de cargas, los resultados en competencias, test pedagógicos y otros tipos de pruebas como formas imprescindibles de control". (p. 14).

En este sentido, Harre (1987), otro clásico de la metodología del entrenamiento, lo define como un *"registro de rendimiento de cada uno de los deportistas mediante la medición, el conteo, la observación y evaluación en el deporte o disciplina, con el objetivo de constatar el efecto entrenado de cada una de las cargas o estado de rendimiento del deportista"*. (p. 63, 322).

Por otra parte, en el caso de la evaluación como parte del proceso de retroalimentación en el entrenamiento deportivo, Vinuesa, M. y Vinuesa, I. consideran que:

El entrenamiento, como actividad científica que es, debe ser evaluado periódicamente. La evaluación es una parte integrante de los programas de entrenamiento, que no se debe sobrevalorar ni despreciar, sino utilizar correctamente con el fin de conocer el estado del deportista, para ver si se van cumpliendo las metas propuestas y también para analizar el desarrollo del plan de entrenamiento, detectando de este modo los fallos y abriendo la posibilidad de rectificar oportunamente. (2016 p. 174)

Los autores definen la evaluación como el proceso que recaba información específica, para poder emitir los juicios pertinentes y tomar las decisiones oportunas». Y consideran que el mismo debe desarrollarse, ordenadamente, atendiendo a la definición de los objetivos de la evaluación, la medición, el análisis, juicio, valoración y conclusiones y por último la toma de decisiones. Deben cumplir las siguientes exigencias:

- Que midan lo que se desea medir.
- Que sean actuales, validados con bases científicas.
- Que sean adecuados a la edad, sexo y nivel de preparación del atleta.
- Que su puesta en práctica sea factible.
- Que se puedan comparar y relacionar con otras referencias.

En relación con los objetivos de la evaluación se debe tener presente la necesidad de que los test midan lo que en realidad se desea evaluar, el momento en que se realiza que objetivamente posibilite medir a los jugadores en las condiciones óptimas del momento de entrenamiento, el test debe estar

elaborado sobre la base de la modelación de las acciones técnico –tácticas que en ese momento se necesita medir. No es adecuado realizar evaluaciones con test que supuestamente medirán algo, lo correcto es que el test brinde lo que en realidad se ha entrenado en ese período de tiempo establecido en los objetivos de los planes, las evaluaciones tienen como objetivo la necesidad de diagnosticar, comprobar, controlar o comparar y pronosticar aspectos concretos del equipo o los jugadores según el plan establecido.

Lo cierto es que, en todos los estudios didácticos sobre la materia de entrenamiento, el control y la evaluación poseen un amplio tratamiento desde diferentes aristas. Se resalta en ello el riesgo que se corre cuando se aplican cargas sin el debido control, o métodos y ejercicios técnico – tácticos sin controlar y evaluar la marcha de su resultado de manera sistemática.

Se toma en consideración lo expresado por Zhelyazkov, T. (2001) que, aunque contradictorio con la idea de esta obra, el mismo realiza una distinción entre los componentes del proceso de preparación del deportista al separar la preparación técnica de la preparación táctica, sin embargo, en lo que a la modelación se refiere, el autor fortalece la idea en torno al rendimiento táctico, reconoce y acepta la influencia de la ejecución técnica (principalmente en categorías de iniciación) en el rendimiento en general, pero, reconoce en el mismo la influencia multifactorial de todos los componentes de la preparación del deportista.

Siguiendo la línea de lo anterior, es importante concertar la opinión de otros autores que se coincide con criterios, en relación con ello, Hernández, et al, citando a otros autores señala que:

El gesto por sí solo ejecutado con brillantez y expresado en todo su potencial, no es suficiente si no es utilizado en el momento adecuado, con fines concretos y ajustado a relaciones con otros elementos (Lees, 2002). De aquí se desprende, claramente, que la ejecución técnica no es la única ni la más importante de las cuestiones a resolver por el jugador, aunque la importancia del proceso de aprendizaje de la técnica, como medio de ayuda y apoyo a la resolución táctica, no está en discusión (Guillen, 2018). (2021, p. 319)

Se incorpora a esta concepción la necesidad de tomar en cuenta las características de los juegos deportivos donde se gana haciendo puntos y se pierde permitiendo puntos, el rendimiento de la táctica no solo está influenciado por la ejecución mecánica de los elementos del juego sino también por múltiples factores que como se explica más abajo son difíciles de regular, de ahí que se toma como aspecto esencial el control de la ejecución técnica asociada al fin táctico de la acción en las categorías de iniciación, sin embargo, ya en categorías intermedias y de alto nivel el control de los resultados se toma a partir del rendimiento en el juego, como base de la explicación realizada al inicio de la obra que se expone.

Se considera la opinión de Zhelyazkov, al referirse al control de la preparación táctica cuando señala que:

es uno de los problemas más difíciles en la regulación del entrenamiento deportivo moderno, y toma en consideración:

- El carácter sintetizado de la táctica que integra todos los aspectos de la preparación deportiva.
- La falta de criterios objetivos (cuantitativamente mesurables) para evaluar su contenido.
- El carácter indefinido de las acciones tácticas típico de los juegos deportivos y las luchas individuales. (2001, p. 412).

De la misma manera, se aprecia que el sistema de evaluación va a tener una elevada connotación en lo referente a dos aspectos, el primero a los test pedagógicos asociados a los tipos de ejercicios de conjunto y en segundo lugar al rendimiento deportivo en condiciones competitivas. Ello estará dado por la maestría que manifiestan hoy en día los jugadores en el terreno de juego que es el reflejo, entre otros aspectos, de los avances científicos que han contribuido con la elevación de los resultados competitivos. En este campo, el control y la evaluación del entrenamiento y las competiciones ha sido uno de los temas más tratados.

Como se conoce, el control y la evaluación orienta sobre la marcha del trabajo y es un elemento guía en la corrección y objetividad del entrenamiento. El trabajo de la preparación técnico-táctica en la modelación de las acciones, como cualquier componente de la preparación del jugador debe ser evaluado sistemáticamente en las diferentes estructuras que constituyen el macrociclo de preparación, para ello, son empleados, según Navelo (2021) como:

- a) Operativo. El control del rendimiento de los ejercicios del entrenamiento.
 - b) Corriente. Los test pedagógicos técnico-tácticos.
 - c) Por etapas. Control del rendimiento técnico-táctico en competencias.
- a) El control del rendimiento en los ejercicios del entrenamiento se refiere a la necesidad de tener una información sencilla de la marcha sobre la adquisición o dominio de determinado elemento técnico, combinación, sistema de juego, etc., cumplen objetivos específicos de la planificación y se emplea en la propia sesión de entrenamiento cuando se selecciona un ejercicio que cumpla con el requisito de la modelación y sea elegido por su importancia en la misma, para realizar un control que puede ser ejecutado por el propio entrenador o por el propio jugador. Por ejemplo, durante el ejercicio de ataque contra bloqueo se orienta la realización de 15 ataques y se toma la cantidad de ataques en las que el jugador logro vencer al bloqueo contrario y empleando una fórmula sencilla es posible medir el por ciento de rendimiento con que trabajó en ese

ejercicio, utilizando un total de 15 ataques que representa el 100% y de ellos logro colocar con efectividad 9 lo que constituye el 60% del rendimiento en el ejercicio.

- b) En relación con los test pedagógicos técnico – tácticos planificados, son de predominio de las categorías iniciales (11-12 años) o en menor proporción con las de edades intermedias (13- 14 años), cumplen objetivos parciales o generales de la planificación, son los que se realizan al finalizar un microciclo, mesociclo, etapa o período del plan de entrenamiento, pueden constituir pruebas ya establecidas en el programa de entrenamiento las cuales han sido validadas científicamente. Ellas permiten valorar el estado actual del rendimiento de los jugadores en lo individual o colectivo, así como el estado de adquisición de la forma deportiva en un momento determinado y contemplado en la estructura del macrociclo de entrenamiento.
- c) En cuanto al control del rendimiento en competencia, cumplen objetivos parciales o generales de la planificación y alcanzan la mayor representatividad del entrenamiento técnico – táctico modelado, toda vez que se realiza en correspondencia directa con las acciones en el juego y es propio por su predominio en los equipos ya de edades intermedias de 13-14 años o juveniles en adelante. En el mismo se realiza el control y evaluación de las acciones individuales y colectivas del equipo, tiene el fin de medir objetivos parciales y generales del entrenamiento, a su vez, es posible medir la marcha de estructuras intrínsecas del tipo de deporte, ya sea por rotaciones en el Voleibol, por sistemas de juego a la ofensiva o la defensa en el Baloncesto, el Fútbol, etc. Se deben emplear sistemas de control del rendimiento propio de cada deporte, ya sea a través del cómputo manual o automatizado en dependencia de los sistemas existentes para cada tipo de juego deportivo. Se insiste que la actividad modelada del trabajo técnico – táctico en este tipo de control alcanza la máxima representatividad de evaluación del rendimiento.

En la propuesta es importante el incremento en la sesión de entrenamiento del control del rendimiento en cada uno de los ejercicios que constituyan objetivos principales a cumplir. En este caso el control no cumple solamente con la intención de evaluar el rendimiento, sino que también favorece su incentivo, estimulando y motivando a los jugadores para erradicar dificultades o para reconocer logros alcanzados en el entrenamiento. Para ello no es necesario el empleo de un personal auxiliar, los propios jugadores pueden autoevaluarse a la vez que participan en la realización del ejercicio empleando planillas de control individual. Posterior al entrenamiento la evaluación individual y colectiva del trabajo se convierte en un aspecto necesario tanto para los jugadores como para el entrenador en beneficio del control del trabajo.

Como ya se ha dicho, en los juegos deportivos cuando se emplean los test o pruebas modeladas, dirigidas al rendimiento técnico-táctico, se aprecia una

influencia de la variabilidad de las acciones dado por situaciones como la forma en que se mueve el balón, la técnica que se emplea, factores climáticos, etc., lo que incide, de cierta manera, en los resultados de la prueba, no obstante, sus resultados son muy valiosos.

Es imprescindible señalar que para la realización de los test pedagógicos se deben tomar en cuenta un grupo de medidas de estandarización en cada medición que se realice a través del macrociclo de entrenamiento, entre ellas se encuentran las relacionadas con:

- El horario en que se ejecute la prueba.
- Emplear balones similares para cada ejecución de las pruebas.
- Establecer condiciones similares en cada día de realización, por ejemplo, después del calentamiento y antes de la realización de cargas elevadas que puedan influir en los resultados.
- Considerar el estado de salud y recuperación necesaria en los jugadores, de manera que no hayan realizado esfuerzos en las horas precedentes al test.
- Se debe conocer el test y sus objetivos bien demostrados y explicados, es necesario hacer ensayos previos a la prueba.

En relación con los test pedagógicos se considera que, tomando en consideración su importancia para evaluar el desarrollo parcial de la efectividad del proceso de entrenamiento en un periodo en el que no se cuenta con las suficientes competencias, es que se recomiendan un grupo de pruebas científicamente validadas para ser empleadas en las categorías de principiantes e intermedias. En ello se aprecia un ejemplo utilizado en el Voleibol y se ilustra en el ejemplo de test 1 y 2.

Por otra parte, se aprecia en el ejemplo No 3, más adelante, un test sobre el control del rendimiento a través de los resultados competitivos como máxima expresión de la puesta en práctica de la modelación del entrenamiento. La puesta en práctica de dicho control por medio de la evaluación de los resultados del juego, evidentemente resulta un instrumento que garantiza la demostración real de los esfuerzos que realiza el jugador desde el punto de vista técnico-táctico, primero, porque el jugador ejecuta las acciones ante las condiciones tácticas del juego que por demás son identificadas como variables, de incertidumbre que presenta el juego y segundo porque siempre va a dar el máximo de sí con el objetivo de alcanzar el triunfo sobre su adversario. La debilidad de los sistemas de control radica en que el rendimiento siempre estará influenciado por el nivel del equipo contrario, sea superior o inferior, por ejemplo, el equipo está muy bien en su preparación, pero encontró un rival que lo supera considerablemente y sobre el cual no puede rendir lo necesario por lo que no puede demostrar el ascenso en relación con otras competencias, anteriormente realizadas. Puede suceder lo contrario, el equipo no está totalmente preparado

pero el nivel del oponente es tan inferior que lo hace parecer incontenible y su rendimiento se eleva considerablemente.

Por todo esto se recomienda que cuando el entrenador vaya a emplear el rendimiento competitivo como medidor de los niveles de desarrollo durante una etapa de entrenamiento debe propiciar comparar los rendimientos contra un mismo oponente en etapas diferentes, de ese modo el instrumento que se usa para medir el resultado siempre será el mismo y por ende se verán disminuidas las influencias de esta variable.

En cuanto al empleo de la estadística para medir el rendimiento técnico – táctico en el juego, Hernández, et. al, 2021. p. 139) considera que en la competición se evalúa el rendimiento para tomar decisiones de corrección y/o ajustes frente al rival y, en los entrenamientos, se evalúa el rendimiento para planificar las metas y enfoques de las siguientes sesiones preparatorias. Por ende, la utilización de la estadística en el Voleibol moderno se ha hecho una obligación en cada equipo que desee obtener los mejores niveles de rendimiento.

Ejemplo de test No. 1.

Ejemplo de test pedagógico para las categorías principiantes desde 10 hasta 12 años en el deporte Voleibol.

El jugador realizará la ejecución del movimiento técnico en tres intentos en condiciones variables, los mismos deben permitir la observación de dicho movimiento por parte del entrenador o los entrenadores. Él o los observadores deberán tomar aquellos errores reincidentes que hayan ocurrido durante la realización de los intentos permitidos. Dichos errores son señalados en la presente planilla.

Nombre y apellidos: _____ Equipo: _____ Fecha: _____			
Fundamentos.	Errores cometidos	Sí	Ptos
<u>SAQUE.</u> Lado derecho e izquierdo después de la señal del entrenador	No extiende el brazo al golpear.		
	Lanza incorrectamente la bola.		
	Descoordinación en los movimientos de flexión y extensión.		
<u>RECEPCIÓN.</u> Hacia los lados y al frente sin conocimiento previo	Descoordinación en los movimientos de flexión y extensión.		
	Recepciona fuera del área de contacto de los antebrazos.		
	Flexiona los brazos durante el contacto.		
<u>PASE</u> Hacia el frente sobre un lanzamiento a los laterales y al frente.	Mala colocación debajo del balón.		
	Descoordinación de los movimientos de flexión y extensión.		
	Mala colocación de las manos sobre el balón.		
<u>ATAQUE.</u> De frente sobre lanzamiento del balón.	Deficiente el último paso de la carrera de impulso.		
	No golpea con el brazo extendido.		
	No realiza el "muñequero".		
<u>BLOQUEO</u> Con balón sostenido a la derecha e izquierda después de la señal.	Deficiencia en los desplazamientos y colocación		
	Dificultades en la flexión para el despegue.		
	Dificultades de introducción de los brazos al terreno opuesto		
<u>DEFENSA.</u> Después de un ataque suave a la derecha, izquierda o al frente.	Posición erecta del cuerpo.		
	Recepciona fuera del área de contacto de los antebrazos.		
	Uso incorrecto de los brazos durante el contacto.		

<u>Evaluación de los elementos del juego.</u>	
a) Recepción: 20 puntos.	d) Remate: 15 puntos.
b) Pase: 20 puntos.	e) Defensa: 15 puntos.
c) Saque: 15 puntos.	f) Bloqueo: 15 puntos.

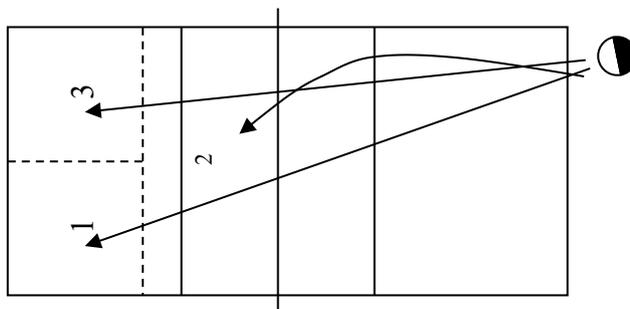
<u>Evaluación del saque, ataque, bloqueo y defensa.</u>
• Si no comete errores: 15 puntos.
• Si comete un error: 10,5 puntos.
• Si comete 2 errores: 7,5 puntos.
• Si comete los 3 errores: 0 puntos.

<u>Evaluación del pase y la recepción.</u>
• Si no comete errores: 20 puntos.
• Si comete 1 error: 14 puntos.
• Si comete 2 errores: 10 puntos.
• Si comete los 3 errores: 0 puntos.

Ejemplo de test No. 2.

Ejemplo de test pedagógico para evaluar el rendimiento técnico - táctico en el entrenamiento en las categorías de 12 hasta 14 años en el deporte Voleibol.

Para la realización de este test se tomará como elemento principal la efectividad de las acciones pues se conoce que después de un entrenamiento sistemático durante los años que lo antecedieron los jugadores están ya en condiciones de vencer objetivos superiores. No obstante, a ello, siempre debe ser una premisa para cualquier entrenador la exigencia durante la ejecución técnica del movimiento. En una planilla elaborada al efecto el entrenador colocará el nombre de los jugadores y la cantidad de aciertos realizados en cada uno de las pruebas realizadas, al final, por medio de la clave elaborada al efecto procesará entonces los puntos y la calificación obtenida. Es posible también la realización de parte de las pruebas, entonces para ello debe realizar modificaciones en el total de puntos a obtener.

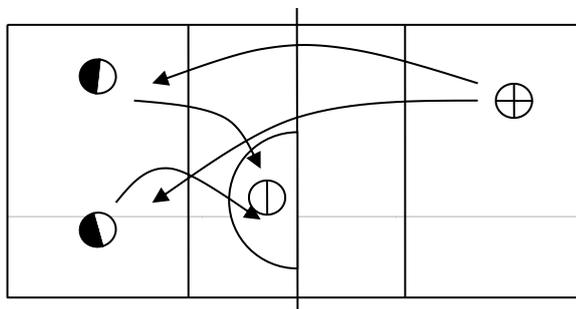


1. Para la evaluación del saque:

- Orden de realización: Hacia las zonas 1, 2 y 3 marcadas en el terreno.

Se realizarán dos (2) intentos de saques hacia cada zona por el lado derecho o izquierdo del terreno.

2. Para la evaluación de la recepción del saque.

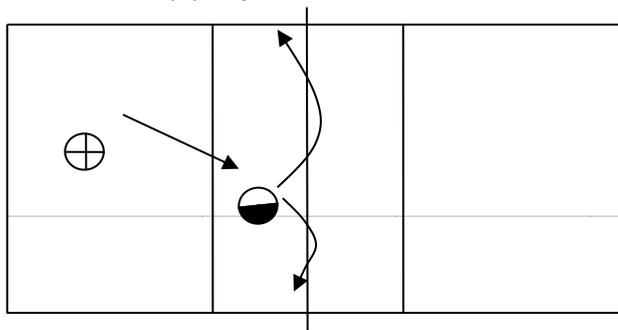


Se realizarán tres (3) intentos de recepción en la posición 5 y tres (3) en la posición uno (1). El saque debe ser ejecutado según las variantes explicadas al inicio. Las recepciones deben ser dirigidas dentro del área del semicírculo en la red y a una altura que permita la realización del pase lo cual debe ser evaluado por el observador. El área en la red semicircular mide 2.5 m. de radio a una separación de 1 m. de la línea lateral.

3. Test para la evaluación del pase.

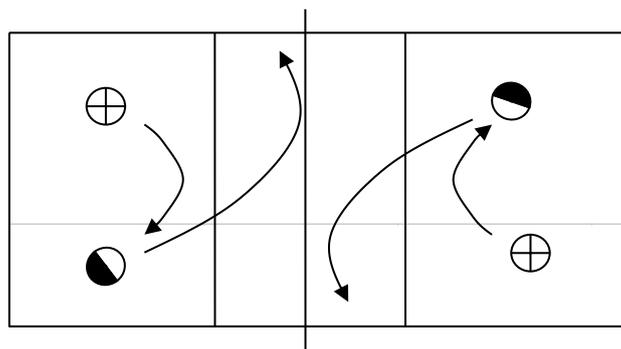
a) Para los pasadores.

La bola será lanzada por el técnico o un especialista. El pase se evalúa por su calidad. Debe ser alto que permita una correcta realización de un ataque. Separado de la net de 20 a 50 cm. Así como de 20 a 50 cm. hacia el interior de la antena. Se realizarán tres (3) repeticiones hacia cada zona tanto para los

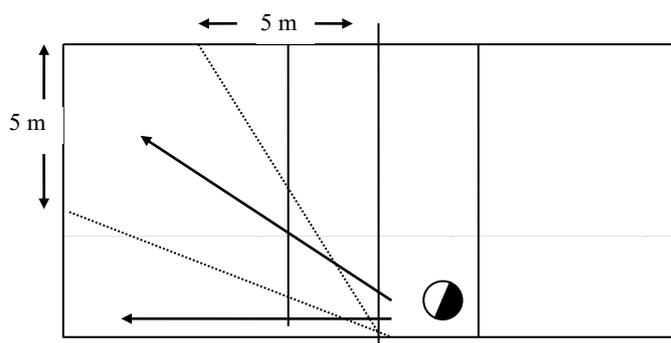


pasadores como para los atacantes.

b) Para los atacantes.

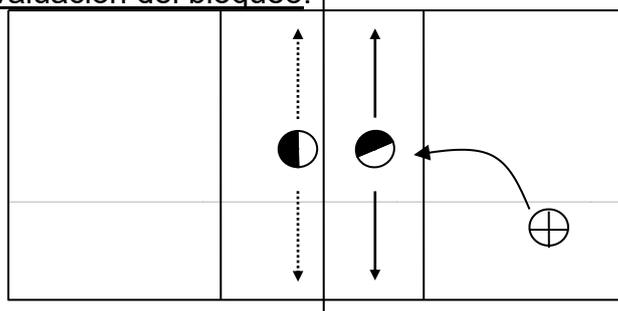


Test para la evaluación del ataque.



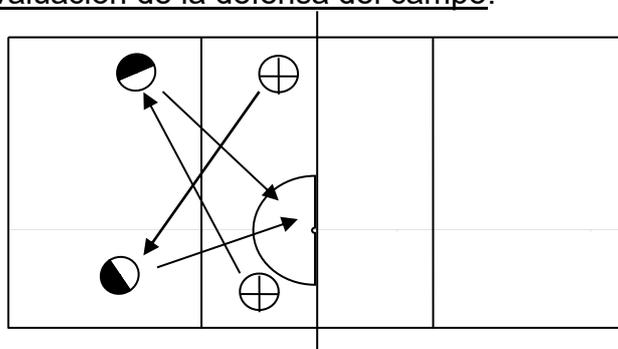
Se realizarán tres (3) ataques hacia la diagonal y tres (3) hacia la línea. Los jugadores izquierdos invierten la posición de ataque. Es importante que el pase se ejecute con una calidad tal que permita la realización del ataque lo que debe ser considerado por el observador.

4. Test para la evaluación del bloqueo.



El jugador desde el centro del terreno se desplaza en dirección al pase. Se evalúa de bueno cuando se ubica frente a la bola, salta e introduce sus manos en tiempo. Se ejecutan tres (3) repeticiones hacia cada dirección. El pasador no debe realizar movimientos engañosos.

5. Test para la evaluación de la defensa del campo.



Se ejecutan tres (3) intentos por la posición cinco (5) y tres (3) por la posición uno (1). Los balones que sean defendidos y transitan a baja altura que no permitan una correcta realización del pase, aun cuando caigan dentro del semicírculo, serán evaluadas como deficientes. La fortaleza y dirección del ataque se ejecutará en dependencia de la categoría en que se esté realizando el test.

Total, de puntos a obtener por los jugadores.

- Saque: 15 puntos.
- Recepción: 20 puntos.
- Pase: 20 puntos.
- Ataque: 15 puntos.
- Bloqueo: 15 puntos.
- Defensa: 15 puntos.
- Total: 100 puntos.

Clave para la evaluación del saque, ataque, bloqueo y defensa.

- De 6 intentos acierta 6, alcanza: 15 puntos.
- De 6 intentos acierta 5, alcanza: 13 puntos.
- De 6 intentos acierta 4, alcanza: 11 puntos.
- De 6 intentos acierta 3, alcanza: 9 puntos.
- De 6 intentos acierta 2, alcanza: 7 puntos.

- De 6 intentos acierta 1, alcanza: 5 puntos.

Clave para la evaluación de la recepción y el pase.

- De 6 intentos acierta 6, alcanza: 20 puntos.
- De 6 intentos acierta 5, alcanza: 17 puntos.
- De 6 intentos acierta 4, alcanza: 14 puntos.
- De 6 intentos acierta 3, alcanza: 11 puntos.
- De 6 intentos acierta 2, alcanza: 8 puntos.
- De 6 intentos acierta 1, alcanza: 5 puntos.

Clave para la evaluación de los jugadores.

- Si alcanza de 90 a 100 puntos: Excelente.
- Si alcanza de 80 a 89 puntos: Bien.
- Si alcanza de 70 a 79 puntos: Regular.
- Si alcanza menos de 70 puntos: Desaprobado.

Ejemplo de test competitivo No. 3.

El control del rendimiento técnico - táctico individual y colectivo durante la competencia

La ejecución de las acciones técnico-tácticas durante la competencia crea una condición objetivamente incomparable con la que acontece en el entrenamiento y esta se manifiesta en tres sentidos; el primero porque el jugador realiza esfuerzos superiores a aquellos que está acostumbrado durante el entrenamiento, segundo, porque la competencia se caracteriza por una serie de condiciones variables que no son similares al entrenamiento y tercero, porque el estado psicológico influye positiva o negativamente en los resultados del jugador, de ahí que la realización del control estadístico alcance una extraordinaria importancia.

Muchos son los sistemas que hoy en día existen para realizar el control competitivo, algunos por su instrumentación son indudablemente objetivos, pero disminuyen su valor práctico a la hora de aplicarlos pues son muy complejos y requieren de un elevado número de observadores o de equipos técnicos que no están al alcance de todos. Otros métodos son más simples y brindan una información adecuada al entrenador.

El método que más adelante se explica responde a aquellos que permiten una objetiva información y que al mismo tiempo no requiere de otros observadores o de un equipamiento complejo, incluso puede ser controlado por el propio técnico al tiempo que dirige su equipo cuando ya adquirió la práctica necesaria en su aplicación. También tiene la importancia de que su información puede ser inmediata y contribuye con las decisiones tácticas de dirección que pueden ser tomadas en el propio juego. El rendimiento se controla en una planilla que está estructurada por el número de los jugadores en lo individual (en las filas) y las seis formaciones del equipo en el terreno en lo colectivo (las columnas) las cuales a su vez están constituidas por los complejos I y II del juego.

El método es denominado Navelo - Control y consiste en la evaluación tanto

positiva como negativa de las acciones finales de cada pasaje del juego, las que van al rendimiento individual del jugador y se plasman en la columna de la formación en que se esté desarrollando la acción lo que permite posteriormente evaluar todas las formaciones del equipo. Cada formación se identifica por la posición de un jugador en el terreno el cual servirá de guía, en el caso de que se juegue con un sistema 5-1 se puede tomar al pasador del equipo como jugador guía, en otros sistemas se puede identificar por la posición de uno de los pasadores u otro jugador lo que queda a elección del entrenador. Por ejemplo, cuando ese jugador seleccionado está en posición 1 entonces el equipo adoptó la formación 1 la cual el entrenador puede identificar sin dificultad alguna. Al mismo tiempo se realiza la anotación en la columna del complejo I o II en el cual se ejecutó la acción lo que también nos permite evaluar con mayor precisión donde están nuestras deficiencias y éxitos.

En la planilla No. 1 podemos observar cómo se ejecuta el trabajo. En la parte superior se colocan los datos que identifican el juego tales como el equipo, oponente, fecha y los resultados según se vayan alcanzando. En la primera columna se colocan los números de los jugadores que participan en el juego tanto en una cara de la página como en la otra.

La simbología que aparece en la planilla es la siguiente:

- K-II: Son las acciones que suceden cuando el equipo está con el saque.
- K - I: Son las acciones que suceden cuando el equipo está con la recepción.
- Pt. Ga.: Puntos ganados.
- Pt. Pe.: Puntos permitidos.

La simbología para la anotación de los fundamentos es la siguiente:

- Saque: S
- Recepción: R
- Pase: P
- Remate: A.
- Aseguramiento: G.
- Bloqueo: B.
- Defensa: D.
- Finta: F.
- Falta técnica: T

Como ya explicamos al principio, primeramente, se identifica donde se está iniciando el juego, por ejemplo, en este caso se comienza en la formación 2 estando el equipo en el K-I. El equipo realiza la recepción, el pase y ataca contra la red, el ataque fue

realizado por el jugador No. 5 y es ahí cuando se anota en su casilla la letra A (ataque) indicando que cometió un error en el ataque, así ininterrumpidamente se continúa la realización de la anotación según va pasando de una rotación a la otra se va avanzando en la planilla, o sea, pasa del K-I de la posición 2 al K-II de la posición 1 y así sucesivamente se van realizando las anotaciones. El primer set se anota en la primera línea y los demás en las siguientes, pues hay una línea para cada set (5 sí es necesario). En la medida en que se va acumulando información el entrenador puede ir identificando las deficiencias y fortalezas de cada formación.

Al final del juego en la vertical se suman los resultados obtenidos realizando una suma algebraica de los positivos contra los negativos, de la misma forma se realiza en la horizontal; en la vertical se determinan los resultados alcanzados en cada una de las formaciones del equipo, en la horizontal se determina el rendimiento individual de los atletas. Las acciones positivas son los Puntos Ganados. Las acciones negativas son los Puntos Permitidos. Es posible también realizar otros procesamientos estadísticos a partir de estos datos todo ello va a depender de las posibilidades y los objetivos que el técnico se proponga.

Los resultados estadísticos permiten planificar los entrenamientos con un sentido totalmente objetivo, por ejemplo, si la formación 6 fue la que afrontó más problemas entonces se dedica una mayor parte del tiempo a su entrenamiento. Aún más, es posible determinar dentro de la formación 6 cuál fue el problema principal si el K-I o el K-II, si la recepción o el ataque, en fin, las condiciones objetivas son insuperables para la dirección del entrenamiento. Lo mismo sucede desde el punto de vista individual, para cada jugador se brinda una información estadística que también posibilita la creación de diferencias individuales durante la aplicación de las tareas del entrenamiento.

A continuación, se expone la planilla de observación con algunos ejemplos para una mejor comprensión, para ello se emplea una página por sus dos caras, la cara A recoge las formaciones 1, 6 y 5, en la cara B se anotan las correspondientes a las formaciones 4, 3 y 2.

El entrenamiento técnico-táctico modelado, una mirada al éxito en los juegos deportivos

Planilla No 1.

Cara A

CONTROL DEL RENDIMIENTO TÉCNICO - TÁCTICO EN

COMPETENCIAS. Navelo – Control.

Equipo: Habana. Oponente: Camagüey. Fecha: 29/04/22 Resultados: 23/25;
19/25; 22/25

No	Posición 1				Posición 6				Posición 5				Total
	K - II		K - I		K - II		K - I		K - II		K - I		
	PG	PP	PP	PG	PG	PP	PP	PG	PG	PP	PP	PG	
3	A		P		S					D			
				AA	SS								
	A				S	D	A	AA					
6		BB	AB			BB				S			
		B		BB			A	B	S	SS			
											D		
12				A									
						AB							
1								A			A	B	
								AA					
		DD	B		A				BA			A	
5						D				B	B1		
2	D									F			
	S												
	S												
10		S			B				BB	B			
						D			A	BB		BB	
7								A	S				
Tot	5	6	4	5	6	7	2	7	7	9	4	4	
	0				4				-2				

Ante tal propuesta las principales indicaciones metodológicas serán las siguientes:

Desde el punto de vista pedagógico se realizan las siguientes recomendaciones:

- Se conduce el proceso de entrenamiento técnico – táctico seleccionando las acciones necesarias para cada complejo del juego organizando su ejecución obligatoriamente en un contexto de entrenamiento modelado, activo, orientado a la creatividad táctica de los jugadores y a su participación consciente en las tareas.
- El proceso de aprendizaje será direccionado al juego y los objetivos previstos de cómo jugar, organizando su ejecución con el uso de los contenidos, medios, métodos y el control propuesto.
- Emplear permanentemente ejercicios que estén asociados con la conducta del juego con similitud en las posiciones del terreno de la acción que se realiza para lograr la necesaria familiarización y comprensión del mismo, en fin, aprender y entrenar como se compete.
- Erradicar en los procesos de planificación de las unidades de entrenamiento el empleo de ejercicios que nada tienen que ver con el juego, pues ocupan tiempo y limitan el desarrollo.
- Los ejercicios que se utilicen podrán ser simples o complejos, pero siempre con una concepción modelada a las características del juego y su fin táctico.

Capítulo 4. La planificación de la preparación técnico-táctica, desde un concepto modelado, una solución al problema de la improvisación.

4.1. Aspectos generales del proceso de planificación del entrenamiento para un macrociclo en la modelación.

“Hoy en día el entrenamiento deportivo ha sido invadido por la biologización en su metodología”, así expresa Navelo (2004, p. 68) al citar Forteza en su libro *Entrenamiento Deportivo Alta Metodología* Forteza, (1997. p. 5).

El cumplimiento del principio de adaptación a la carga, desde el punto de vista biológico y pedagógico, está determinado por la necesidad de realizar una adecuada planificación de sus componentes en el entrenamiento. Sin embargo, cuando se habla de carga de entrenamiento y su planificación, se ejemplariza, en la dirección de la preparación física, lo que da como resultado que se le brinde poco tratamiento a la preparación técnico - táctica, a pesar de que la misma constituya la columna vertebral del deporte que se trate.

En este sentido, referimos que los juegos deportivos para alcanzar la victoria no es necesario únicamente, que el jugador salte en la vertical 3.50 m o que se desplace a una alta velocidad o que mantenga una resistencia especial de alto nivel, ello es importante, pero equipos con esas características en muchas ocasiones no son capaces de alcanzar el podio porque sus carencias están dadas porque no saben o tienen dificultades para jugar, de ahí que lo más completo es que sea capaz de jugar con elevados rendimientos técnico – tácticos y que a la vez pueda hacerlo con altos niveles de preparación física demostrados por ejemplo, en su salto de 3.50 m, sus desplazamientos rápidos y en el mantenimiento de una alta capacidad de resistencia especial, entre otros aspectos, ahí estará el logro de un trabajo en el cual la preparación técnico-táctica desempeña el eje fundamental, y constituye el hilo conductor en la preparación del equipo orientada al proceso permanente de adquisición y perfeccionamiento de las habilidades deportivas como un importante aspecto a considerar en las tareas de adaptación de la carga.

De lo anteriormente señalado se desprende que, en el entrenamiento deportivo en los juegos deportivos, cuando se cumpla la adaptación biológica a las cargas, se debe velar porque la misma se realice de igual manera en lo concerniente al proceso de formación de hábitos y habilidades sustentadas en el desarrollo de un pensamiento táctico creador y atemperado a las características competitivas del mundo deportivo actual. Ello se logra de manera efectiva si se alcanza un resultado eficiente en el entrenamiento modelado.

Para valorar la idea principal del tema que se aborda es necesario definir el concepto que acerca de la planificación del entrenamiento se plantea. En tal sentido Navelo citando a Vargas (1998), señala que:

La planificación del entrenamiento constituye toda la concepción

teórica de un proyecto mental sustentado en las bases que rigen los principios de la pedagogía general, los principios metodológicos de la educación física y los principios fundamentales del entrenamiento deportivo, así como las reglas de la periodización, el empleo adecuado de los medios y métodos, etc. (2004, p. 69)

Desde el punto de vista técnico - táctico en la labor de planificación se proyectan los componentes didácticos del proceso; los objetivos, contenidos, ejercicios, métodos y el control y evaluación y se organizan dentro de las estructuras cíclicas del plan de entrenamiento basados sobre las teorías psicopedagógicas y principios y del entrenamiento deportivo, tal afirmación se puede apreciar en la gráfica No 4.

El empleo de los componentes didácticos, ya planteados, puede ser utilizados en cualquier estructura o sistema de planificación del entrenamiento como son la Estructura Pendular de Arosiev, el Esquema Estructural de Teschiene, el ATR o las Campanas Estructurales de Forteza, entre otros. Ninguna estructura de planificación hace diferencias en relación con la aplicación de los componentes didácticos en los juegos deportivos, mientras se realice bajo la aplicación de las leyes y principios pedagógicos del entrenamiento deportivo.

Tomando en cuenta que el concepto de periodización del entrenamiento planteado por L. Matveev puede ser empleado en cualquier organización deportiva (llámese equipo deportivo), se utiliza la misma para ilustrar el funcionamiento de los ejemplos que se sitúan en la planificación de un ciclo de entrenamiento. Pero por su influencia en el proceso de enseñanza - aprendizaje en niños y jóvenes está considerado, preferiblemente, como una alternativa importante para ser empleada en su desarrollo hacia el alto rendimiento.

Se exige que las tareas de planificación requieren del entrenador un pleno conocimiento de las herramientas y medios didácticos que va a utilizar en ese proceso, allí la maestría pedagógica del mismo puede resultar decisiva porque planificar no solo es colocar cifras numéricas en los espacios dedicados a los mesociclos o sesiones de entrenamiento, sobre todo cuando se habla de planificar la preparación técnico - táctica, en un proceso pedagógico, para lo cual es necesario determinar:

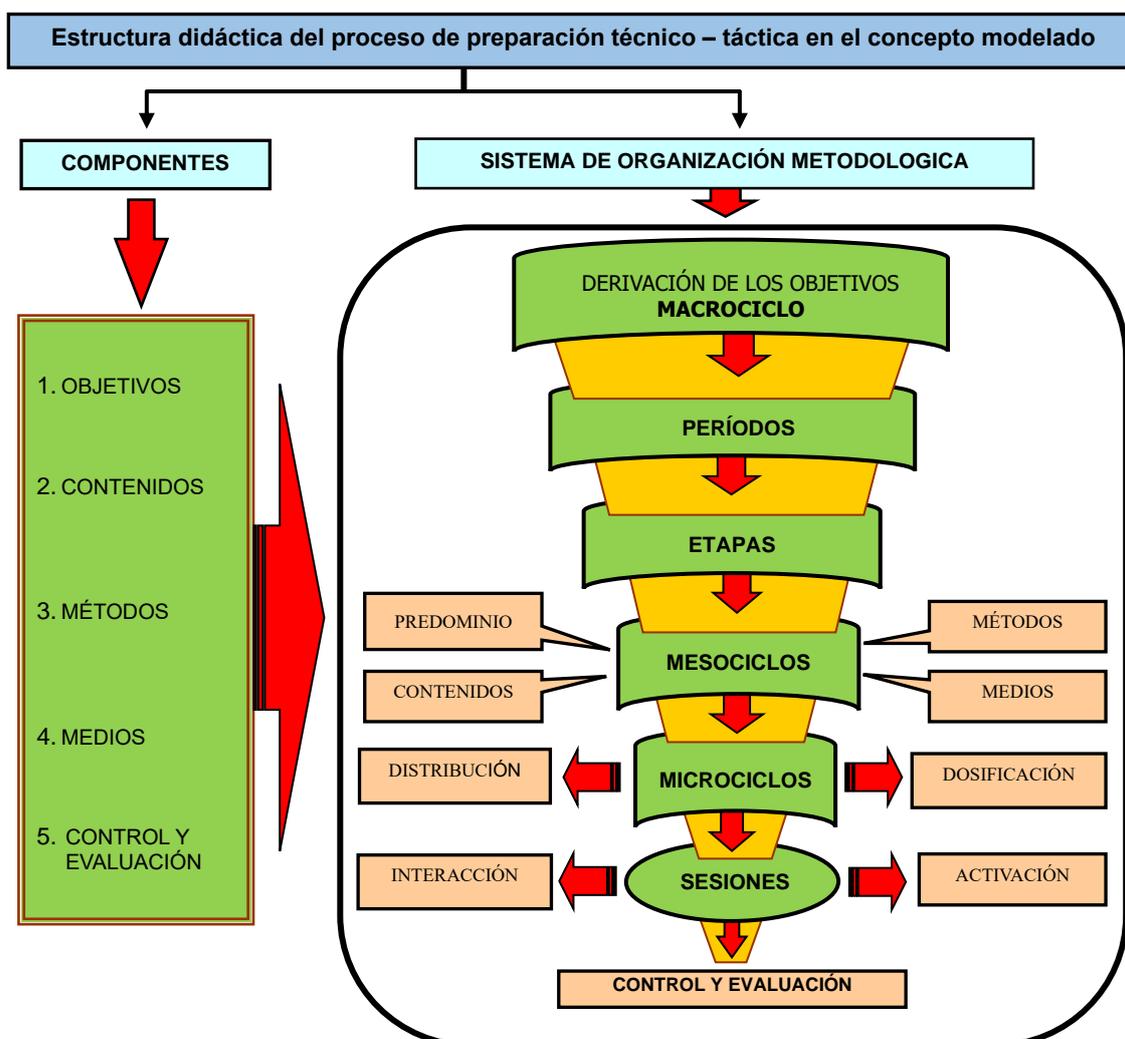
- hacia dónde se dirige el equipo
- por medio de qué alcanzamos ese propósito
- con qué contenidos podemos resolver nuestros empeños
- cuáles serán las condiciones metodológicas para lograrlo.
- a ello se añade entonces la determinación del volumen, la intensidad y demás componentes de la carga que son necesarios para dirigirlo y con ello alcanzar la ansiada forma deportiva.

Una adecuada planificación de la preparación técnico - táctica que de por sí, en esta obra, va dirigida en un concepto de modelación del entrenamiento, posibilita la formación y desarrollo de las habilidades propias del juego y garantiza los principales propósitos del entrenamiento relacionados con las formas de juego, los sistemas, combinaciones y la adquisición de las habilidades individuales de los jugadores en beneficio de los intereses comunes del equipo.

Se reitera que, en esta dirección, es indudable que los instrumentos necesarios para cumplir con las tareas del entrenamiento son los componentes de la preparación técnico - táctica, nos estamos refiriendo a los objetivos, contenidos, métodos, medios y el control y evaluación de la misma. En lo adelante se explica cómo se insertan dichos componentes dentro del proceso de planificación, y cómo los mismos contribuyen con la solución de estas tareas.

4.2. La estructura didáctica del macrociclo de entrenamiento.

Esta estructura posibilita alcanzar una idea general de la realización del proceso



Gráfica. 4. Estructura didáctica del proceso de preparación técnico – táctica. Navelo, (2021)

de planificación y como se aprecia en la gráfica No 4, está constituida por dos elementos fundamentales: **los componentes y el sistema de organización metodológica**. Los componentes son las partes integrantes del proceso didáctico de preparación técnico-táctica modelado donde van a aparecer los objetivos, los contenidos, los métodos, los medios y el control y evaluación del proceso de entrenamiento. El sistema de organización metodológica, como se aprecia en la gráfica, es la estructura organizativa y activa del proceso, brinda las posibilidades para realizar la planificación al poner en función cada uno de los componentes del entrenamiento en su dirección técnico - táctica u otra. Entre ellos se aprecian las estructuras cíclicas desde el macrociclo hasta las sesiones y cómo se insertan los componentes didácticos modelados en cada una de ellas, partiendo de la derivación gradual de los objetivos en cada una de las estructuras, para que a al arribar al mesociclo se determinen los contenidos, los medios, los métodos y la distribución del predominio de la acciones, cada una de ellas por si solas, llevan consigo el control y evaluación que al final permite la retroalimentación del proceso tomando en cuenta las dificultades encontradas en el trabajo sistemático.

4.3. La planificación del entrenamiento en un plan del macrociclo según el concepto de periodización de Matveev en los juegos deportivos.

El objeto de la obra que se ofrece va dirigido al tratamiento de la modelación del entrenamiento en la preparación técnico – táctica en los juegos deportivos, de ahí que se orientan a continuación los aspectos que se deben tomar en cuenta para la realización de la planificación en condiciones modeladas de entrenamiento técnico – táctico.

Los planes de entrenamiento constan, en el concepto que se asume en sentido general, de un macrociclo que necesariamente no requiere el empleo de un año de trabajo de entrenamiento, el mismo puede ejecutarse para períodos de tiempo más corto, como pueden ser característico en el trabajo de entrenamiento en clubes o federaciones deportivas que organizan ligas para las cuales se cuenta con un período de tiempo más reducido, ese aspecto puede ser asumido en la teoría que se explica sin dificultad alguna, para ello los planes deberán estar compuestos por dos elementos esenciales:

- a) El plan escrito.
- b) El plan gráfico.

a) **El plan escrito.** Generalmente no es en todas las organizaciones deportivas pertenecientes a los juegos deportivos en las que se elaboran los planes escritos, sin embargo, los entrenadores deben llevar consigo las informaciones, datos y concepciones más importantes del trabajo, no obstante, a continuación, se orientan cuáles deberán ser las más apropiadas para llevar a vías de hecho la labor de planificación en el concepto modelado del entrenamiento:

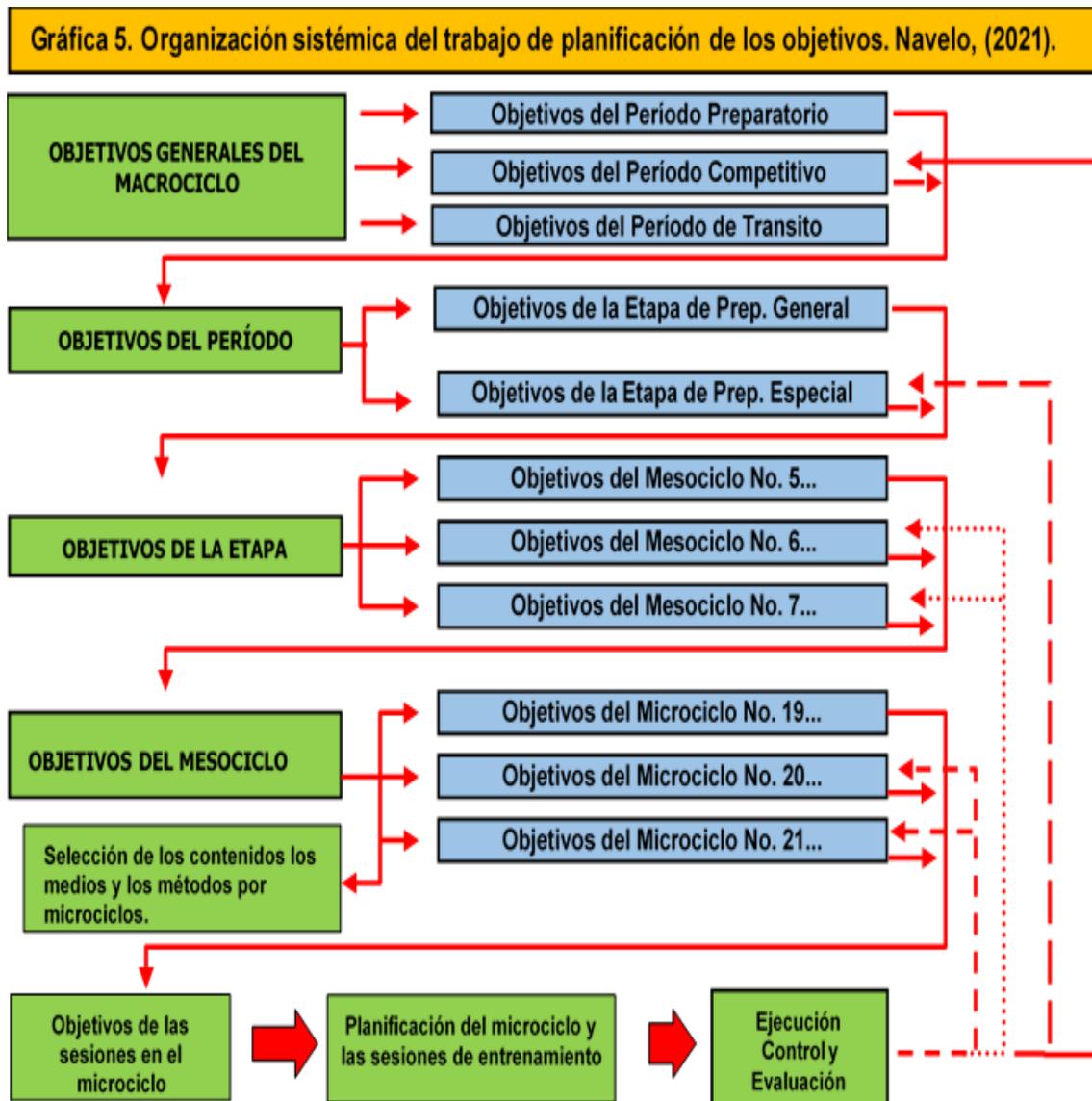
El plan escrito lleva en su interior toda la labor que en materia teórica debe ser establecida para darle cumplimiento a su plan de entrenamiento en los juegos deportivos y la misma consta de los siguientes aspectos:

- Descripción del colectivo técnico que dirige al equipo.
- Fechas de inicio y culminación del plan de entrenamiento.
- Relación de jugadoras(es).
- Exigencias para la integración del equipo.
- Análisis individual por jugadoras(es).
- Análisis colectivo del equipo.
- Objetivo general del macrociclo. Periodos, Etapas. La derivación gradual de los objetivos del macrociclo a los períodos. La derivación gradual de los objetivos del período preparatorio a las etapas de preparación general y especial. La derivación gradual de los objetivos de la primera etapa a los mesociclos que la constituyen. La derivación gradual de los objetivos del primer mesociclo en los microciclos que lo constituyen. Gráficas 5, 6, 7 y 8.
- Objetivos generales por aspectos de la preparación por etapas.
- Tabla de volúmenes del macrociclo, períodos, etapas y mesociclos.
- Planificación de los test pedagógicos en el macrociclo.
- Principales tareas para dar cumplimiento a los objetivos propuestos por aspectos de la preparación.
- Planificación de competencias preparatorias y fundamental en el macrociclo.
- Métodos a utilizar para dar cumplimiento a los objetivos.
- Necesidades para darle solución al proceso de entrenamiento.

4.3.1. Organización sistémica del trabajo de planificación de los objetivos, su función orientadora en el proceso

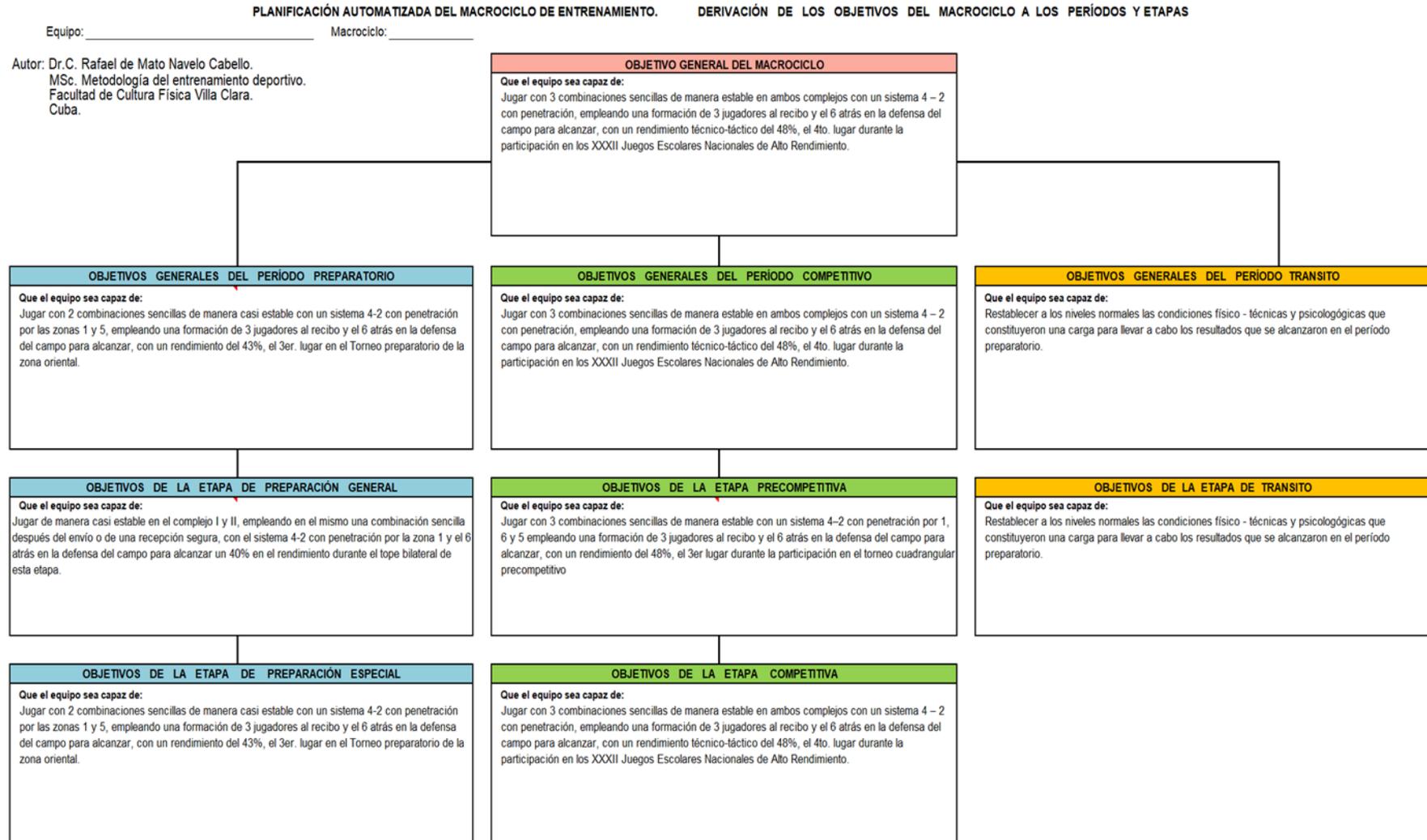
Para iniciar este trabajo es necesario partir de los objetivos generales del macrociclo y los períodos. Teniendo como premisas las características del equipo, el entrenador deberá determinar sus propósitos finales relacionados con los sistemas, funciones y formas de juego. Esta organización sistémica constituye la guía para todo el trabajo de planificación. La misma se realiza a partir de la derivación gradual de los objetivos del macrociclo a los períodos, del período preparatorio a las etapas de preparación general y especial, de la primera etapa a los mesociclos que la constituyen. Posteriormente, se planifica el mesociclo derivando el objetivo en los microciclos que forman parte de él, se

seleccionan y distribuyen los contenidos, medios y los métodos por los microciclos con su proceso de control y evaluación correspondientes, según se



aprecia en la gráfica No. 5. Deberá emplear las indicaciones dadas en el capítulo anterior en relación con la derivación de los objetivos y una vez establecido su funcionamiento puede guiarse para ello con las estructuras de derivación que se les ofrece en las gráficas 6, 7 y 8.

Gráfica No. 6. Ejemplo de la derivación gradual de los objetivos desde el Macro ciclo a sus períodos y etapas.



Gráfica No. 7. Ejemplo de la derivación gradual de los objetivos desde las etapas a sus mesociclos

PLANIFICACIÓN AUTOMATIZADA DEL MACROCICLO DE ENTRENAMIENTO
DERIVACIÓN DE LOS OBJETIVOS DE LAS ETAPAS A LOS MESOCICLOS

OBJETIVOS DE LA ETAPA DE PREPARACIÓN GENERAL			
Contenida en los mesociclos:	1	2	
Que el equipo sea capaz de:			
Jugar de manera casi estable en el complejo I y II, empleando en el mismo una combinación sencilla después del envío o de una recepción segura, con el sistema 4-2 con penetración por la zona 1 y el 6 atrás en la defensa del campo para alcanzar un 40% en el rendimiento durante el tope bilateral de esta etapa.			

Autor: Dr.C. Rafael de Mato Navelo Cabello.

MSc. Metodología del entrenamiento deportivo.

Facultad de Cultura Física Villa Clara, Cuba.

OBJETIVOS DEL MESOCICLO : 1	Etapas de Prep General
Ejecutar el complejo I y el saque en el complejo II dirigido al desarrollo de la recepción a la posición 3-2, el pase de frente y espalda y el ataque rápido por el medio y mediano a la esquina con penetración por la posición 1 apoyándose en las acciones individuales y de grupo en condiciones estándar y variables para alcanzar 75 puntos en la realización del test pedagógico.	

OBJETIVOS DEL MESOCICLO : 2	Etapas de Prep General
Consolidar el complejo I y II dirigiendo el balón en la recepción y la defensa a la posición 3-2 y el pase alto, medio y chiquito para una combinación sencilla en el complejo I, penetrar por posiciones 1 y 6 y bloquear individual y de grupos, esta labor se realiza por medio de las acciones individuales y de grupo en condiciones estándar y variables para alcanzar 80 puntos en el test pedagógico y un rendimiento competitivo cercano al 40%.	

OBJETIVOS DEL MESOCICLO :	
Jugar de manera casi estable en el complejo I y II empleando en el mismo una combinación sencilla después del envío o de una recepción segura con el sistema 4-2 con penetración por la zona 1 y el 6 atrás en la defensa del campo para alcanzar un 40% en el rendimiento durante el tope bilateral al finalizar el mesociclo.	

OBJETIVOS DEL MESOCICLO :	

Gráfica No. 8. Ejemplo de la derivación gradual de los objetivos desde el mesociclo a sus microciclos.

PLANIFICACIÓN AUTOMATIZADA DEL MACROCICLO DE ENTRENAMIENTO. DERIVACIÓN DE LOS OBJETIVOS DE LOS MESOCICLOS A LOS MICROCICLOS

OBJETIVOS DEL MESOCICLO :	1	Etapa de Preparación General
Ejecutar el complejo I y el saque en el complejo II dirigido al desarrollo de la recepción a la posición 3-2, el pase de frente y espalda y el ataque rápido por el medio y mediano a la esquina con penetración por la posición 1 apoyándose en las acciones individuales y de grupo en condiciones estándar y variables para alcanzar 75 puntos en la realización del test pedagógico.		

Autor: Dr.C. Rafael de Mato Navelo Cabello.
MSc. Metodología del entrenamiento deportivo.
Facultad de Cultura Física Villa Clara. Cuba.

Microciclo	Mesociclo	Etapa	Microciclo	Mesociclo	Etapa	Microciclo	Mesociclo	Etapa	Microciclo	Mesociclo	Etapa	Microciclo	Mesociclo	Etapa	Microciclo	Mesociclo	Etapa
1	1	Prep Gral	2	1	Prep Gral	3	1	Prep Gral	4	1	Prep Gral	5	1	Prep Gral			
Recibir a la posición 3-2 ante saques simples para pasar normal y atacar balones por las 3 zonas delanteras del terreno. Sacar hacia diferentes zonas del terreno dividido en 4 partes. Se caracteriza el entrenamiento por su realización en condiciones modeladas estándar por medio de las acciones individuales.	Recibir a la posición 3-2 ante saques variables con pase de frente y de espalda normal y mediano a la posición 4 con ataques de balones por las 3 zonas delanteras del terreno. Sacar hacia diferentes zonas del terreno dividido en 4 partes. El entrenamiento se realiza en condiciones modeladas, estándar y variables por medio de las acciones individuales.	Ejecutar el medio complejo I con recibo a la posición 3-2 ante saques variables desde el terreno opuesto para pasar de frente y de espalda normal, mediano a la posición 4 y chiquito por el centro con penetración por la posición 1, de manera que permita atacar balones por las 3 zonas delanteras del terreno, sacar hacia diferentes zonas del terreno dividido en 6 partes, desarrollando el	Ejecutar el complejo I y el saque en el complejo II, el primero dirigido al desarrollo de la recepción a la posición 3-2, el pase de frente y de espalda y el ataque rápido por el medio y mediano a la esquina con penetración por la posición 1 desarrollando el entrenamiento en condiciones modeladas, estándar y variables, a través de las acciones individuales y de grupo para alcanzar														

b) El plan gráfico.

Por su parte el plan gráfico se refiere a la ilustración de todo lo que constituye la planificación del macrociclo, en la gráfica No. 9 se ilustra un ejemplo de dicha planificación, en él se constata una serie de componente que permiten una comprensión más clara de la tarea, es importante esclarecer que la cantidad de microciclos es posible adaptarla a la disponibilidad que tengan las diferentes instituciones deportivas, clubes, escuelas, federaciones, etc., este plan consta de los siguientes aspectos:

Tabla general de contenidos del plan del macrociclo constituida por:

- Curva general del macrociclo, parcial de los mesociclos y específicas de los microciclos. En el gráfico No. 9 solo se aprecian las curvas específicas, (son las más importantes).
- Períodos del macrociclo de entrenamiento.
- Etapas de cada período.
- Mesociclos de cada etapa.
- Microciclos de cada mesociclo.
- Meses del proceso de entrenamiento.
- Fechas de inicio y culminación del proceso que incluye cada microciclo.
- Tareas principales que se van a desarrollar en el macrociclo.
- Volumen e intensidad por microciclos.
- Volúmenes por componentes de la preparación técnico – táctica, física general y especial, psicológica y teórica.
- Predominio de las acciones técnico – tácticas por microciclo de entrenamiento.
- Predominio de los sistemas energéticos que conducen el proceso adaptativo.
- Se pueden incorporar también algunos aspectos que por interés del entrenador o del colectivo técnico se considere.

4.3.2. Pasos para la elaboración del plan gráfico del macrociclo de entrenamiento:

La planificación del plan gráfico de entrenamiento en los juegos deportivos desde las estructuras más generales se realiza según los siguientes pasos metodológicos:

1. Primeramente, el entrenador debe contar con el modelo del plan gráfico sugerido en la gráfica No. 9 que es un ejemplo tomado del Voleibol.

2. Se determina la fecha de culminación de la competencia fundamental y se cuantifica la cantidad de microciclos enumerándolos.
3. Se determinan las fechas según calendario de cada microciclo (desde el inicio del microciclo hasta su culminación), se incorporan también los meses en que transcurre el plan anual.
4. Según la tabla de distribución No. 9 de las estructuras cíclicas, se distribuyen los períodos, las etapas por su nombre, los mesociclos que constituyen cada etapa por su nombre según la clasificación que se aporta, en función de la actividad metodológica según sean designados, pues cada uno de ellos tendrá una característica diferente, para ello es importante tomar en cuenta, principalmente, las características particulares del equipo para el cual se elabora el plan gráfico.
5. Una vez determinados los mesociclos por su nombre según la etapa a la que pertenecen, entonces se les coloca el tipo de microciclo que corresponde a cada mesociclo, para ello se debe tomar en cuenta la correcta organización en función de la actividad metodológica según sean designados, pues cada uno de ellos tendrá una característica diferente.
6. En la parte superior del gráfico del macrociclo, aparece en cuadrículas el espacio para realizar la planificación del volumen y la intensidad, primeramente, se colocan los volúmenes que va a trabajar con su equipo atendiendo a los rangos, por ejemplo, en el gráfico que se ilustra aparece en Bajo (12 h), Submedio (13 h), Medio (14 h), Submáximo (15 h) y Máximo (16 h), el entrenador puede modificar estos niveles. Luego, se van colocando los niveles de volumen e intensidad de la curva a nivel de cada microciclo de entrenamiento. Para ello se debe tomar en cuenta la categoría o edad, características del equipo para el que se planifica y la aplicación adecuada de los principios del entrenamiento deportivo en la búsqueda de la forma deportiva. Consultar la tabla No. 8.
7. Atendiendo a la intensidad designada en la curva, se determina el sistema energético que va a predominar en cada microciclo en correspondencia con el tipo de mesociclo y su ubicación en el macrociclo.
8. Se continúa en los aspectos de la preparación: técnico – táctica, física general, física especial, psicológica y teórica. En cada columna de los microciclos y siguiendo el objetivo de cada mesociclo, se distribuye el volumen de cada aspecto de manera que su suma sea el resultado general del volumen del microciclo.
9. Se determinan las tareas principales del plan gráfico de entrenamiento atendiendo a la estructura de cada mesociclo.

10. Posteriormente, se determina el predominio de los tipos de acciones técnico – tácticas por tipo de mesociclo, según la clasificación de individual, de grupos y de equipo.
11. Una vez concluida la elaboración del plan gráfico se comienza la realización de cada uno de los mesociclos establecidos y los microciclos que les pertenecen, para ello se toman los objetivos planteados en la derivación de los mismos y los datos de volumen, intensidad, predominio de acciones tipos de microciclos, y otros, determinados en el gráfico del macrociclo. Más adelante se explica con detalles la elaboración de los mesociclos y microciclos.

4.3.3. Vías para la determinación del tiempo en el gráfico del plan del macrociclo en los juegos deportivos.

Para la determinación del tiempo se utilizan diversas vías, siendo las más empleada la determinación del por ciento del tiempo de cada componente contra el tiempo total con que se cuente para el ciclo de trabajo completo. Por ejemplo:

- Preparación Técnico- táctica: Constituye la esencia del proceso, su columna vertebral y por lo tanto, alcanzará la mayor cantidad de tiempo disponible
- Preparación Física: será dirigida a resolver las necesidades propuestas de la preparación técnico – táctica.
- Preparación Teórica: Fundamenta el conocimiento en general de los contenidos y es imprescindible.
- Preparación psicológica: dirigida al desarrollo de los procesos cognitivos y las características de la personalidad en esas edades de 13 a 5 años.
- Controles de todo tipo: Imprescindibles para la conducción del proceso.

El empleo del tiempo en los juegos deportivos determina lo que se denomina como “volumen de trabajo” lo cual constituye uno de los elementos de la carga de entrenamiento, las experiencias logradas en la aplicación de la planificación sirven de instrumentos que facilitan su adecuada ejecución. En este sentido, es importante realizar una labor consciente, pues la realización del trabajo en el campo de la subjetividad afecta la ejecución correcta del proceso.

Como que la preparación técnico – táctica constituye la esencia del modelo que se brinda, le sugerimos a continuación, en la tabla No. 7 una idea aproximada del tiempo que se debe dedicar a la preparación técnico - táctica en el macrociclo de entrenamiento según las edades o categorías con que se vaya a trabajar, el

mismo es procesado a partir del tiempo total que se dispone en el macrociclo de entrenamiento. Los datos que aquí se manifiestan no constituyen un esquema rígido, solamente deben servir de guía para la planificación. El uso de estos por cientos no significa su mantenimiento estable durante todo el período de tiempo que dure la etapa o el período, él se modifica en la medida en que se avanza hacia la competencia.

Períodos	Preparatorio		Competitivo	Transito
	E. Prep. Gral.	E. Prep. Esp.		
10 – 11 y 11 – 12 años	45 – 50 %	55 – 60 %	65 – 70 %	30 %
12 – 13 y 13 – 14 años	50 – 55 %	60 – 65 %	70 – 75 %	30 %
14 – 15, 15 – 16 y Juveniles	55 – 60 %	65 – 70 %	75 – 80 %	30 %

Máximo de horas y días a entrenar por categorías	9 - 10 años F y M	11 - 12 F y M	13 - 14 14 - 15 F y M	16 - 18 F y M
Horas diarias	1.5 hora	2 horas	3 horas	4 horas
Cantidad de días en el microciclo	3 a 5 días	5 días	5 días	6 días
Número de horas en el microciclo	De 4.5 a 7.5 horas	10 horas	15 horas	24 horas

Tabla No. 8. Control del volumen de entrenamiento por edades y estructuras cíclicas en los juegos deportivos.

De igual manera, la relación de las estructuras cíclicas del plan en lo que concierne a los períodos y etapas puede ser elaborado siguiendo la siguiente recomendación que se establece en la tabla No. 9, lo cual no quiere decir que los números en por ciento que allí se brindan deben de ser de uso estricto en la planificación, sino que puede ser adaptada a las necesidades de cada equipo según sus características.

Equipos	Periodo preparatorio		Periodo Competitivo		Tránsito
Equipos de edades tempranas en la categoría (11 a 12 y 13 a 14 años)	70 a 75% de la cantidad de microciclos de que se dispone		30 a 25% de la cantidad de microciclos de que se dispone		Entre 3 o 4 microciclos
	Etapa prep. Gral.	Etapa prep. Especial.	Etapa precomp.	Etapa Compet.	
	Un 65 a 70% del total de microciclos del período preparatorio	Un 25 a 30% del total de microciclos del período preparatorio	Un 50 a 55% del total de microciclos del período competitivo	Un 45 a 50% del total de microciclos del período competitivo	
Equipos con experiencia en la categoría. (14 a 15 años)	Periodo preparatorio		Periodo Competitivo		Entre 3 o 4 microciclos
	65 a 70% de la cantidad de microciclos de que se dispone		30 a 35% de la cantidad de microciclos de que se dispone		
	Etapa prep. Gral.	Etapa prep. Esp.	Etapa precomp.	Etapa Compet.	

El entrenamiento técnico-táctico modelado, una mirada al éxito en los juegos deportivos

	Un 50 a 55% del total de microciclos del período preparatorio	Un 45 a 50% del total de microciclos del período preparatorio	Un 50 a 55% del total de microciclos del período competitivo	Un 40 a 45% del total de microciclos del período competitivo	
--	---	---	--	--	--

Tabla No. 9. Distribución de la cantidad de microciclos en sus estructuras cíclicas.

4.3.4. El mesociclo como “estructura cíclica medular” para la planificación del trabajo técnico - táctico

Entre las bases científico - metodológicas del modelo para los juegos deportivos, se plantea que la planificación de la preparación técnico - táctica y otras en el mismo, se realiza tomando como estructura fundamental el mesociclo, ello se determina por los siguientes argumentos:

- En primer lugar, se considera en el modelo propuesto, que la duración de un mesociclo debe estar establecida en un período de tiempo que abarca entre 4 a 6 semanas.
- Y se ha determinado de esa manera porque se ha podido comprobar que esa duración permite, por una parte, una proyección más abarcadora de la labor metodológica.
- Posibilita lograr cambios o modificaciones en el desarrollo de los jugadores y que los mismos pueden ser observados y evaluados.
- Se agrega a ello que es un período de tiempo que garantiza tanto la realización de correcciones como la proyección de nuevas metas en el trabajo.
- En segundo lugar, porque el proceso pedagógico que constituye el entrenamiento deportivo, es un proceso flexible, que se modifica según su dinámica de desarrollo ya que se trata de la labor formadora de habilidades motrices y de particularidades de la personalidad en los niños y jóvenes con una visión transformadora regulada por su comportamiento que puede ser en desarrollo, estancamiento o retroceso.

La estructura específica del mesociclo que se parecía en la gráfica No. 9, orienta las tareas que se realizan en el ámbito del mesociclo que, como ya se ha planteado, constituye la estructura medular para la planificación en de la propuesta de modelo de trabajo de entrenamiento para los juegos deportivos, allí se aborda la derivación de los objetivos, el predominio de las acciones, el tratamiento de los contenidos, los medios, los métodos y el control y la evaluación.

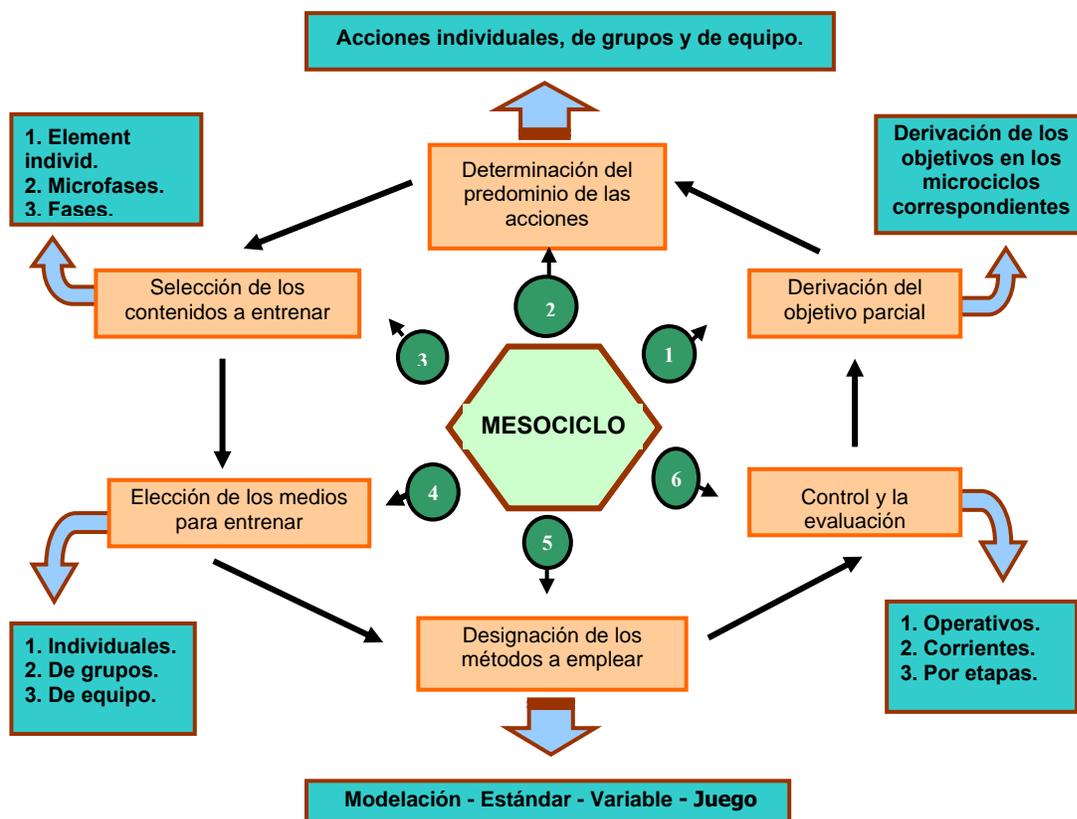
En ella se definen los más importantes componentes de la preparación y se desarrolla atendiendo a los siguientes pasos:

1. Derivación de los objetivos del mesociclo en los microciclos.
2. Determinación del predominio de las acciones técnico-tácticas en Individuales (1), De grupos con tendencia al trabajo individual (2), De grupos con tendencia al trabajo de equipos (3) y de Equipo. El predominio de las acciones es un importante y novedoso elemento que se incorpora en el modelo y se define para cada microciclo en correspondencia con los objetivos metodológicos del proceso y la preparación que se va obteniendo. Esta determinación le brinda al entrenador el conocimiento preciso de

reforzar el trabajo en una dirección o en otra sin abandonar las demás. Según la tabla 10 se puede observar que al seleccionar la prioridad en las acciones de grupo (2) no significa que se abandonan las acciones individuales o de equipo sino precisamente que va a reforzar el trabajo en la dirección escogida.

3. La selección del contenido a trabajar.

Estructura específica del empleo de los componentes didácticos en el mesociclo



Gráfica 9. **Estructura específica del empleo de los componentes didácticos en el**

4. La elección de los medios (tipos de ejercicios).
5. Designación de los métodos a emplear.
6. El control y la evaluación.

4.3.5. La relación entre el tiempo disponible y la cantidad de ejercicios a emplear según el predominio de las diferentes acciones.

Como se aprecia a través de todo el tratamiento de la obra, la modelación del entrenamiento técnico – táctico en los juegos deportivos distingue todo el trabajo, incluyendo en este caso la planificación de tan decisiva preparación, ilustrando de manera práctica todos y cada uno de los componentes que la constituyen, en una

dirección que lo conduce obligatoriamente al concepto modelado de los mismos. En torno a ello, y con el objetivo de realizar con mayor facilidad la planificación se expone en la tabla 10 una aproximación para regular la cantidad de ejercicios a ejecutar en dependencia del tiempo disponible en el microciclo. Esta tabla es una importante contribución metodológica al proceso pues numéricamente permite orientar la dirección pedagógica donde se deberá reforzar el trabajo, Individual (1), De grupos con tendencia a lo individual (2), De grupos con tendencia a lo de equipo (3) y de Equipos (4), al mismo tiempo, brinda el número de ejercicios que pueden ser empleados en los demás tipos de acciones. Es un elemento de considerable ayuda en la planificación del mesociclo, el microciclo y la unidad de entrenamiento, pues objetivamente expresa una orientación cercana a la realidad de su planificación y evita llegar a la unidad de entrenamiento y percibir falta o exceso de tiempo por causas subjetivas de la planificación.

Con predominio de:	Cantidad de horas	Ejercicios Individuales	Ejercicios de grupos	Ejercicios de equipo
1 ACCIONES INDIVIDUALES	6 h	4 a 7	2 a 4	2
	7 h	6 a 8	3 a 5	2
	8 h	7 a 9	4 a 6	2 a 3
	9 h	8 a 10	5 a 7	2 a 3
	10 h	9 a 11	6 a 8	2 a 3
	11 h	10 a 12	6 a 8	2 a 3
	12 h	11 a 13	7 a 9	3 a 4
2 ACCIONES DE GRUPO (Con tendencia al trabajo Individual).	6 h	3 a 4	4 a 6	1 a 2
	7 h	3 a 4	5 a 7	2 a 3
	8 h	4 a 5	6 a 8	2 a 3
	9 h	4 a 5	7 a 9	3 a 4
	10 h	5 a 6	8 a 10	3 a 4
	11 h	6 a 7	9 a 11	3 a 4
	12 h	6 a 7	10 a 12	4 a 5
3 ACCIONES DE GRUPO. (Con tendencia al trabajo de Equipo).	6 h	1 a 2	4 a 6	2 a 3
	7 h	1 a 2	5 a 7	3 a 4
	8 h	2 a 3	6 a 8	3 a 4
	9 h	2 a 3	7 a 9	4 a 5
	10 h	2 a 3	8 a 10	4 a 5
	11 h	2 a 3	9 a 11	5 a 6
	12 h	3 a 4	10 a 12	5 a 6
4 ACCIONES DE EQUIPO.	6 h	1 a 2	2 a 3	3 a 5
	7 h	1 a 2	3 a 4	4 a 5
	8 h	1 a 2	3 a 4	4 a 6
	9 h	2 a 3	3 a 5	5 a 7
	10 h	2 a 3	4 a 6	6 a 8
	11 h	2 a 3	4 a 6	7 a 9
	12 h	3 a 4	5 a 7	8 a 9

Tabla No. 10. La distribución de los ejercicios en correspondencia con el predominio de las acciones y el volumen de horas de entrenamiento técnico-táctico.

El trabajo con la tabla No. 10 se realiza de la siguiente manera: en la fila superior contiene los tipos de ejercicios que se pueden realizar. En la columna de la izquierda están las acciones que pueden ser escogidas según su predominio, relacionadas con la cantidad de horas de preparación técnico – táctica por microciclo que puede ir desde las 6 hasta las 12 horas en el microciclo, a la derecha se muestra la cantidad de ejercicios que usted puede seleccionar en correspondencia con el predominio de las acciones y la cantidad de horas planificadas. Por ejemplo; en un microciclo donde usted determinó un predominio de las acciones de equipo (con el número 4) y planificó 9 horas técnico – tácticas, entonces, empleando las coordenadas desde la línea del número 9 h, hacia la derecha se observa que se pueden planificar de 2 a 3 ejercicios individuales, de 3 a 5 de grupos y de 5 a 7 de equipo. La selección del número exacto entre el rango que se expresa va a estar determinada por la prioridad que usted desee brindar a esos ejercicios y el tiempo disponible en la sesión de entrenamiento de su microciclo.

4.3.6. La planificación del mesociclo como estructura cíclica determinante en la modelación del entrenamiento técnico – táctico en los juegos deportivos

En el proceso de planificación de la sesión de entrenamiento se ha observado en sesiones o unidades de entrenamiento ya elaboradas, que el tiempo designado para los ejercicios no está en correspondencia con la tarea que debe cumplir, en muchas ocasiones es tan poco que apenas se pueden realizar las repeticiones requeridas para lograr el efecto deseado, es por ello que para solucionar esa problemática se recomienda, en el caso de distribución del tiempo en los ejercicios de entrenamiento modelado utilizar la cantidad de minutos siguiente para cada tipo de ellos:

- Para las acciones individuales: entre 15 y 20 minutos.
- Para las acciones de grupo: entre 20 y 30 minutos.
- Para las acciones de equipo: entre 30 y 60 minutos.

Es apropiado recomendar que la decisión del tiempo sugerida estará en dependencia de la categoría del equipo y su experiencia competitiva. Existe una estrecha relación, aunque no exacta, entre la tabla No. 10 y la designación de este tiempo recomendado. En caso de que no cumpla con los propósitos del entrenador, la misma puede ser modificada.

4.3.6.1. Ejemplo de la planificación de un mesociclo en la modelación de la preparación técnico – táctica en los juegos deportivos.

Para ilustrar el ejemplo que a continuación se expone, se ha utilizado el deporte de Voleibol, pero el mismo puede ser transferido a cualquier juego deportivo, solo lo diferencia la determinación de los contenidos para lo cual el entrenador o su colectivo técnico puede establecerlo según sus conocimientos, la edad del equipo y su experiencia competitiva. En este caso, en el mesociclo ilustrado en la tabla No. 11, los autores han designado en toda su totalidad los contenidos que se suceden en el juego de Voleibol,

donde aparece un mesociclo con todas las preparaciones señaladas, ello tiene la intención de que los lectores puedan percatarse de dónde surge el ejemplo que se les sitúa a continuación en la tabla No. 12. Esa totalidad de contenidos posibilita que en el momento de la planificación real el entrenador pueda decidir cuáles de ellos serán empleados en correspondencia con sus necesidades metodológicas para determinado mesociclo y cuáles no, eliminando las filas que no se empleen, ya que al elaborarse en una tabla de Word o Excel es posible realizar la acción de eliminar filas. Los autores de la obra han logrado, incluso, automatizar dicho proceso, lo que puede ser objeto de publicación en un futuro.

En la tabla No 12 se expone un ejemplo de la planificación de un mesociclo en la cual se resumen las principales orientaciones estudiadas en este capítulo, se aprecia una sombra en rojo de la forma en que se distribuyen los contenidos individuales, de grupos y de equipo en la diagonal, en la misma aparecen:

- En la 1ra columna de la izquierda los tipos de acciones, individuales, de grupos y de equipo.
- En la segunda columna los contenidos seleccionados para su entrenamiento los cuales surgen a partir del grupo ya explicado en el capítulo 3.
- Las demás columnas pertenecen a los microciclos que corresponden con el plan gráfico del macrociclo, en ese caso se aprecian los microciclos 4, 5, 6, y 7. En dichas columnas de los microciclos aparecen también las horas asignadas a la preparación técnico – táctica de cada uno de ellos. De igual manera, aparece, el plan del macrociclo, el predominio de las acciones, todo ello proviene del plan gráfico del macrociclo desde donde han sido distribuido metodológicamente desde esa estructura del macrociclo y tienen una dirección que parte de las acciones individuales, a las de grupos y termina con las de equipo. Finalmente, surgen de la tabla No. 10 ya explicada, la cantidad de ejercicios posibles a planificar lo que no es de su obligatoriedad, pero constituye una guía muy importante para la siguiente labor de distribución del contenido.
- Una vez colocados los datos oficiales del mesociclo que proceden del plan gráfico del macrociclo, entonces se realiza la distribución del contenido a entrenar, como se ha establecido este contenido ya viene garantizado por su carácter modelado del entrenamiento, o sea, cada uno de ellos son situaciones individuales, de grupos o de equipos que alcanzan similitud con las acciones del juego. Este contenido se distribuye según el número de la cantidad de acciones que se sugieren y que aparecen entre paréntesis en la celda de cada contenido.
- Cada mesociclo va a tener su característica particular que va a depender de: la edad del equipo, la experiencia deportiva, el momento en el macrociclo y las necesidades pedagógicas que el entrenador considere. No obstante, se sugiere

que, desde el punto de vista metodológico, por ejemplo, en las categorías escolares, se inicia el mesociclo con mayor cantidad de acciones individuales, en el intermedio prevalezcan las de grupo y se finalice con las de equipo porque esa va a ser la razón del porqué se entrena, o sea al final del mesociclo deberá existir una competencia preparatoria o un test que posibilite medir el rendimiento de esos microciclos de entrenamiento. Este concepto de trabajo se aprecia en el semicírculo rojo que resalta la concentración y distribución de los ejercicios durante el mesociclo.

- Posteriormente a la distribución de los contenidos, entonces se selecciona el tipo de ejercicio a realizar que se expresa en un número y los métodos con que se va a trabajar que de por sí ya el modelado está implícito, entonces se coloca en una letra que designa el método a trabajar en el ejercicio, y finalmente, se coloca entre paréntesis la cantidad de veces que ese ejercicio se va a utilizar en el microciclo. Dicha distribución de los ejercicios, medios y los métodos a utilizar se ejecuta microciclo por microciclo en la vertical, combinando los contenidos individuales con los de grupo y de equipo de tal manera que unos condicionen el empleo de los otros siguiendo un orden metodológico adecuado que avanza de lo simple a lo complejo.

Posteriormente, en el microciclo se realiza la distribución y dosificación del trabajo, para llegar finalmente a la sesión de entrenamiento donde se materializa el cumplimiento de los objetivos la activación de los contenidos, métodos y medios y la interacción del proceso entre el entrenador y los jugadores y los propios jugadores entre sí.

Tipos de acciones	Número del microciclo	4	5	6	7
	Volumen	7 h	6 h	7 h	8 h
	Predominio de las acciones.	Individ	Grupo	Grupo	Equipo
Acciones Individuales	Contenidos\Ctdad. Ejercic.	6	4	4	2
	Saque.	2 A	2 A	2 A	2 A
	Recepción.	2 A	2 ^a	2 B	
	Pase.	2 A		2 B	
	Ataque.	2 A	2 B	2 B	2 A
	Bloqueo.	1 A		2 A	
	Defensa.	1 A	2 A		
Acciones de Grupo	Contenidos\Ctdad. Ejercic.	4	5	5	4
	Fundamentos Independientes.				
	Bloqueo.		3 A		
	Recepción.	4 A		5 B	
	Defensa.				5 A
	Fundamentos previos para ambos complejos.				
	Pas p/d-ata-ase. s/c blo.	3 A		3 B	
	Pas comb.-ata-ase. s/c blo.		3 A		3 B
	En el complejo I.				
	Rec-pas-ata-ase. s/c bloqueo.	3 A	4 A		4 B
	En el complejo II				
	Env-pas-ata-ase.s/c blo.	3 A		4 A	
	Def-pas-ata-ase. s/c bloq.		3 A		4 B
	Blo-def-pas-ata-ase. s/c blo.			4 B	
Para ambos complejos entre sí.					
½ Complejo I vs ½ complejo II		4 ^a	4 B		
Acciones de Equipo	Contenido\Ctdad. ejercic.	2	2	3	5
	En el complejo I.				
	Rec-pas-ata-ase. s/c blo.	5 A		5 B	5 B
	En el complejo II.				
	Env-pas comb-ata-ase. s/b blo.				5 A
	Def-pas-ata-ase. s/c blo.		6 A		
	Blo-def-pas-ata-ase. s/c blo			6 A(1)	6 B
	Para ambos complejos entre si				
	Complejo I vs complejo II.				6 B
	Juegos.	7 T	7 T	8 T	8 TC

Tabla No 12. Planificación de la preparación técnico – táctica un mesociclo modelado.

Leyenda:

- pas p/d: pase paralelo o diagonal.
- pas comb: pase combinado.
- s/c blo: sin o contra bloqueo.
- ata: ataque.
- rec: recepción.
- def: defensa.
- ase: aseguramiento.
- env: envío.
- ½ complejo I: recibo-pase-ataque-aseguramiento en grupo.
- ½ complejo II: bloqueo-defensa-pase-ataque-aseguramiento en grupo.
- Juego L: libre.

- Juego T: con tareas.
- Juego C: de control.

La anotación que se aprecia en una casilla, por ejemplo: 3 A dice que el número que inicia esta anotación “3” significa el tipo de ejercicio a utilizar (según lo explicado en el capítulo 3). Igualmente se definen los métodos a emplear en los ejercicios. La letra “A” cuando se oriente hacia lo Estándar, la letra “B” cuando se trabaje en lo Variable. Por último, el entrenador decide la cantidad de veces que se desea repetir tal ejercicio en el microciclo, lo que estará determinado por los objetivos propuestos.

4.3.7. La planificación de un microciclo en la modelación de la preparación técnico – táctica en los juegos deportivos.

Escuché y puse en práctica una predica de un gran entrenador que decía: *“quien más toque la pelota más derecho tendrá al triunfo”*. De ahí que la fórmula del éxito radica, en gran parte, en la organización sobre el concepto de colocar ejercicios asociados a la modelación y que los mismos se ejecuten con la mayor cantidad de repeticiones que el momento permita, erradicando pérdidas de tiempo que no contribuyen al éxito. Y este concepto se introduce el trabajo en los microciclos y las sesiones de entrenamiento que más abajo se explican.

Una vez elaborado el mesociclo se está en condiciones de pasar a la planificación del microciclo. Como ya se ha dicho, el microciclo constituye la planificación de varias sesiones de entrenamiento que pueden estar relacionadas o no con una semana de lunes a domingo, pero también pueden ser con un mínimo de 3 sesiones en los clubes o escuelas donde las posibilidades no lo permiten. Esta estructura cíclica procede del plan gráfico pero sus objetivos son producidos en el plan de derivación de los objetivos ya previamente elaborado, por lo demás, los contenidos y la dosificación de las sesiones de entrenamiento proceden del plan del mesociclo, se deriva en los días de la semana y se distribuyen sus componentes (contenidos, tipo de ejercicios y métodos) con una idea lógica basada en los propósitos metodológicos del entrenamiento.

Esta idea se debe desarrollar distribuyendo los contenidos desde las tareas más simples en los primeros días del microciclo hacia las más complejas según transcurre el mismo, por ejemplo, desde los ejercicios individuales hacia los de grupo y de equipo. Los juegos más importantes y otras actividades de control deberán colocarse en los finales del microciclo de manera que permitan comprobar la labor que se ha realizado durante el mismo. La intensidad del entrenamiento se ejecuta según la planificación que se haya elaborado al efecto.

A manera de ejemplo exponemos en la tabla No. 13 el modelo de planificación de un microciclo normal que contiene todo el contenido de la preparación para que usted observe desde donde procede el microciclo que se expone en la tabla No. 14. El modelo propuesto posibilita, por una parte, una selección precisa de lo que se va a entrenar y por otra, propicia una distribución lógica y práctica de los contenidos y el empleo del tiempo y es la más común en nuestra comunidad deportiva, no obstante, se considera que el modelo no es quien determina el efecto, no obstante, a ello, la proposición que se expone en la tabla 10, ha demostrado brindar buenos resultados.

4.3.7.1. Pasos para la confección del microciclo:

1. Completar los datos generales del equipo en el encabezamiento del modelo.
2. Colocar los objetivos del microciclo que ya fueron diseñados previamente.

3. Trasladar del mesociclo la columna del microciclo que está planificando y colocar su contenido en la última columna del microciclo donde se refleja "Contenidos procedentes del mesociclo". Si se toma la misma estructura del microciclo que la del mesociclo solo tendrá que copiar la columna y pegarla en su totalidad.
4. Borre las líneas que no tienen contenido para ajustarse a lo que debe planificar con precisión.
5. Coloque en tiempo total de cada día de entrenamiento o sesión de entrenamiento. Este aspecto se realiza desde diferentes conceptos de trabajo, en muchos lugares utilizan volúmenes lineales que no se modifican durante el microciclo, en otros se emplean los volúmenes diarios oscilatorios en dependencia del concepto de obtención de forma deportiva y aplicando el principio del cambio ondulatorio de las cargas, entre otros.
6. O sea, al final de la columna del microciclo aparece el total de horas del mismo y ese total se distribuye entre los días del microciclo según lo explicado en el aspecto 5, o sea, si el volumen es lineal o si el volumen es oscilatorio.
7. Una vez obtenido el tiempo disponible para cada sesión de entrenamiento entonces distribuya los contenidos, sus tipos de ejercicios y los métodos a aplicar en los días del microciclo cumpliendo con el tiempo orientado y la cantidad de horas o minutos totales de las sesiones de entrenamiento. Recuerde que su principal objetivo es ordenar todo en función de los intereses de ese microciclo.

El entrenamiento técnico-táctico modelado, una mirada al éxito en los juegos deportivos

MESOCICLO No. _____ PLANIFICACIÓN DEL MICROCICLO: _____ Tipo de microciclo: _____		PREDOMINIO DE LAS ACCIONES: _____ VOLUMEN: _____ Hrs _____ INTENSIDAD: _____		Periodo: _____ Etapa: _____ Mes: _____ Año: _____		Autor: Dr.C. Rafael de Mato Navelo Cabello.			
OBJETIVOS:									
CONTENIDOS DE LA PREPARACIÓN	Lun	Mar	Mié	Jue	Vie	Sáb	PLAN	REAL	Contenido que procede del Mesociclo
	P	R	P	R	P	R	P	R	
PREPARACIÓN TÉCNICO - TÁCTICA									
PREDOMINIO DE LAS ACCIONES									
Calentamiento Especial									
I.- ACCIONES INDIVIDUALES									
Posiciones.									
Desplazamientos.									
Saques.									
Pase.									
Recepción del saque.									
Ataque.									
Bloqueo.									
Def del campo.									
II.- ACCIONES DE GRUPO									
A. Fundamentos independientes									
Recepción del saque.									
Entradas a la net para combinaciones.									
Bloqueo.									
Def del campo.									
B. Fundamentos para los K-I o K-II:									
Pas alto par-ataq-aseg. S /C bloq.									
Pas alto diag-ataq-aseg. S/C bloq.									
Pas en comb - ataq-aseg. S/C bloq.									
C. Fundamentos para el complejo I									
Rec-pas alto par-aseg.									
Rec-pas alto par/diag-ataq-aseg. S/C bloq.									
Rec-pas comb-aseg.									
Rec- pas comb-ataq-aseg. S/C bloq.									
D. Fundamentos para el complejo II									
Env-pas alto-ataq-aseg. S/C bloq.									
Env-pas comb-ataq-aseg. S/C bloq.									
Def-pas alto par/diag-aseg.									
Def-pas alto par/diag-ataq-aseg. S/C bloq.									
Def-pas comb-aseg.									
Def-pas comb-ataq-aseg. S/C bloq.									
Bloq-Def (incluye aseg).									
Bloq-def-pas alto par/diag-ataq-aseg. S/C bloq.									
Bloq-def-pas comb-ataq-aseg. S/C bloq.									
Bloq-pas directo-ataq-aseg. S/C bloq.									
E. Fdtos interrel para ambos complejos									
Medio K - I contra medio K - II									
III.- ACCIONES DE EQUIPO									
A. En el complejo I									
Rec-pas alto par/diag-aseg.									
Rec-pas alto par/diag-ataq - aseg. S/C bloq.									
Rec-pas en comb- aseg.									
Rec-pas en comb- ataq - aseg. S/C bloq.									
B. En el complejo II									
Env-pas alto par-aseg.									
Env-pas alto par-ataq - aseg. S/C bloq.									
Env-pas en comb- ataq - aseg. S/C bloq.									
Defensa.									
Def-pas alto par/diag-aseg.									
Def-pas alto par/diag-ataq - aseg. S/C bloq.									
Def-pas en comb- aseg.									
Def-pas en comb- ataq - aseg. S/C bloq.									
Bloq-Def-pas alto par/diag-ataq - aseg. S/C bloq.									
Bloq-def-pas en comb- aseg.									
Bloq-def-pas en comb- ataq - aseg. S/C bloq.									
Pase directo-ataq - aseg. S/C bloq.									
C. En el complejo I y II simultáneo.									
Complejo I contra complejo II									
D. El juego.									
1. De estudio.									
2. Con tareas.									
3. De control.									
4. Libre.									
E. La competencia.									
Preparatoria.									
Fundamental.									
PREPARACIÓN FÍSICA GENERAL									
Calentamiento general									
Fuerza									
Rapidez									
Resistencia									
Flexibilidad									
Coordinativas									
Deporte auxiliar									
PREPARACIÓN FÍSICA ESPECIAL									
Rapidez especial									
Fuerza especial									
Resistencia especial									
Saltabilidad									
Coordinativas									
PREPARACIÓN TEÓRICA									
PREPARACIÓN PSICOLÓGICA									
TOTALES									

Tabla No. 13. Modelo oficial de contenidos de un microciclo de entrenamiento.

El entrenamiento técnico-táctico modelado, una mirada al éxito en los juegos deportivos

MESOCICLO No. <u>2</u> PLANIFICACIÓN DEL MICROCILO: <u>4</u> .										Tipo de microciclo: <u>Corriente.</u>					
PREDOMINIO DE LAS ACCIONES: Individuales					VOLUMEN:		13 Hrs		INTENSIDAD: Baja						
Período: Preparatorio					Etapa: Preparación general				Mes: Octubre		Año: 2024				
OBJETIVOS:										Autor: <u>Dr.C. Rafael de Mato Navelo Cabello.</u>					
Perfeccionar la recepción del saque y los elementos de grupo del complejo 1. Jugar para un 48% de rendimiento en el complejo 1. (No se incluyen los objetivos en la preparación física ya que no es el tema que se trata, pero en un microciclo total si deben aparecer los mismos).															
CONTENIDOS DE LA PREPARACIÓN TÉCNICO - TÁCTICA	Lun		Mar		Mier		Juev		Viern		Sáb		PLAN	REAL	Contenidos procedente del mesociclo
	P	R	P	R	P	R	P	R	P	R	P	R			
PREPARACIÓN TÉCNICO - TÁCTICA.	75		75		80		85		105				420		7 horas
Predominio de las acciones	Ind		Ind		Ind		Gr		Eq						Individ.
Calentamiento Especial	10		10		10		10		10				50		
ACCIONES INDIVIDUALES															
Saques.	15		15				15						45		2 A
Recepción del saque.			15		15								20		2 A
Pase.	15				15								35		2 A
Ataque.	15		15										35		2 A
Bloqueo.							15								1A
Defensa.					15										1A
ACCIONES DE GRUPO															
Recepción del saque.			20				20						40		4 A
Pas alto par-ataq-aseg. S /C bloq.	20				25				20				80		3 A
Rec-pas alto par/diag-ataq-aseg.S/C bloq.							25						30		3 A
ACCIONES DE EQUIPO															
Rec-pas alto par/diag-ataq – aseg. S/C bloq.									30				35		5 A
Juego (con tareas)									45				50		7 T
TOTALES	75		75		80		85		105				420		
	7 h (420 minutos)														

Tabla No. 14. Ejemplo de planificación de la preparación técnico – táctica en un microciclo modelado.

4.3.8. La sesión de entrenamiento (unidad de entrenamiento) como materialización del concepto modelado del entrenamiento técnico - táctico. Particularidades específicas.

Tomando en consideración que el objetivo de este acápite se centra en el cómo se emplea la modelación del entrenamiento técnico – táctico en la sesión de entrenamiento, no se pretende abarcar toda la sesión de entrenamiento y sus particularidades generales, pues muchas de ellas tienen que ver con otros aspectos de la preparación.

Si el mesociclo constituyó la estructura cíclica más importante en el proceso de planificación, entonces, no es menos cierto que la sesión de entrenamiento es la estructura cíclica más importante en el proceso de ejecución del entrenamiento, en ella se ponen de manifiesto todas y cada una de las propuestas de trabajo realizadas durante la planificación, es el teatro de operaciones del entrenador, aquí se cumplen las ideas soñadas en la mente y escritas en el papel, es su laboratorio de experimentación donde decide quedarse con uno u otro ejercicio o donde decide modificarlo porque no surtió el efecto deseado, es la realización plena de sus ideas y la manifestación del efecto de las actividades físicas y motrices de los jugadores.

Hay autores de obras asociadas a la metodología del entrenamiento deportivo que realizan una clasificación de varios tipos de sesiones de entrenamiento, por ejemplo, Issurin, V. (2012), considera tipos de sesiones de entrenamiento en grupo, tipos de sesiones de entrenamiento individual y tipos de sesiones de entrenamiento mixto, como es lógico cada una con sus características particulares, sin embargo, las sesiones de entrenamiento individuales las considera en los juegos deportivos muy dirigidas a la gestión personal del propio jugador y principalmente vinculadas a los aspectos de la preparación física, asume de igual manera, sesiones de entrenamiento dedicadas a aspectos específicos de la preparación como el acondicionamiento físico, el entrenamiento técnico, técnico – táctico, sesiones dedicadas a la evaluación o sesiones combinadas.

Se es de la opinión de que en los deportes de equipo o juegos deportivos el concepto de preparación técnico – táctica en un entrenamiento modelado se hace muy complicado de aplicar y controlar ya que sus acciones tienen la peculiaridad de ser acciones colectivas de grupos o de equipo y allí, aunque las acciones sean individuales dependen de la interrelación de un grupo para alcanzar el objetivo común del equipo. Por su parte, en relación con ello nos comenta Platonov que:

Hay que distinguir las sesiones de entrenamiento por su principal orientación pedagógica (sesiones principales y adicionales, de orientación selectiva y conjunta), por la magnitud de la carga (sesiones con cargas grandes, pequeñas y otras) y por el contenido de los objetivos concretos (aprendizaje, entrenamiento, recuperación, etc.). (2001, p. 408)

Las características de los deportes de equipo o juegos deportivos en su actividad competitiva alcanzan un concepto de integridad, de ahí que cualquier tipo de clasificación estará en dependencia de los intereses del colectivo técnico y de las concepciones del director técnico, no obstante a ello, y siempre que se trate del componente técnico – táctico, la inserción de un entrenamiento modelado será siempre posible. El objetivo principal de la obra en cuanto a las sesiones de entrenamiento como estructura final e importante de la planificación en los juegos deportivos está direccionado al contenido que se trata bajo una concepción modelada del entrenamiento técnico – tácticos, pero atendiendo a nuestros propósitos es posible establecer una diferenciación de los objetivos y características de las sesiones en cuanto a:

- La edad o categoría con la cual se trabaje. Iniciación, categorías intermedias y categorías de alto nivel.
- El nivel de desarrollo del equipo. Alto, Medio, Bajo.
- El tiempo disponible de entrenamiento diario según las particularidades de escuelas, clubes, y otros.
- El tiempo disponible de entrenamiento total según las particularidades de escuelas, clubes, y otros para llegar a la competencia
- El momento en el macrociclo de entrenamiento. Preparatorio, Precompetitivo o Competitivo.

Para incursionar en cada una de estas características de las sesiones, nada más importante que emplear los componentes tratados en el capítulo anterior donde, con el empleo de ellos, es posible incursionar en cada una de ellas utilizando los objetivos, los contenidos, los tipos de ejercicios y métodos relacionados con la tipicidad del equipo que se entrena. En esto juega un importante papel la maestría del entrenador para lo cual no existen fórmulas precisas de empleo.

4.3.8.1. La sesión de entrenamiento.

Como es conocido la sesión de entrenamiento se organiza en varias partes que no son objeto de cuestionamiento pues tienen en su contenido lo que deben tener, no obstante, unos la denominan de una manera y otros autores de otra, sin embargo, en su esencia logran la misma función, de ahí que, para cumplir las expectativas necesarias se ha considerado denominarlas de la siguiente manera:

- Parte preparatoria.
- Parte principal.
- Parte final.

La parte preparatoria: Los aspectos más importantes que se cumplen en la parte

preparatoria y que están asociados al modelo, son la preparación psicológica y teórica para los jugadores, esencialmente porque garantiza el cumplimiento de la participación consciente en el proceso de entrenamiento. En función de garantizar una aplicación adecuada de la modelación del entrenamiento técnico – táctico, se debe realizar la información de los objetivos del entrenamiento y el cómo de su cumplimiento en las tareas asignadas, es allí donde el entrenador debe hacer énfasis en una información lógica, sencilla, asequible y comprensible que sitúe a los jugadores desde el inicio del trabajo en función de sus tareas en la actividad técnico – táctica que van a realizar. Todo ello va a propiciar la disponibilidad de los jugadores para todas las tareas y crea un estado psicológico adecuado que le permite una familiarización mental temprana con el contenido y el cómo del entrenamiento diario. Esta preparación teórica no solo se debe limitar a una presentación del trabajo a realizar durante la sesión, sino que se debe profundizar en aspectos como los objetivos a cubrir, sus metas, incluso en materia numérica y, de ser posible, el motivo y efecto del porqué de su aplicación.

La parte preparatoria tiene además de los aspectos señalados desde el punto de vista teórico y psicológico, el contenido referido por todos como calentamientos, en los calentamientos se distinguen dos tipos de ellos:

- a. El calentamiento general.
- b. El calentamiento especial o específico.

El calentamiento general, señala Platonov,

es un complejo de ejercicios elegidos especialmente y orientados a la preparación eficaz del organismo del deportista para el futuro esfuerzo que hace uso de ejercicios de carácter global orientados hacia la activación de los principales sistemas funcionales. Y refiere que el calentamiento específico tiene un carácter más selectivo, orientados a predisponer a los sistemas que actúan de forma más directa en la ejecución de los ejercicios seleccionados para desarrollar la sesión de entrenamiento. (2001, p. 462)

El calentamiento juega un decisivo papel en el éxito de la actividad de la aplicación del concepto de modelación y como es lógico en la sesión de entrenamiento y en la conservación de la salud porque prepara el estado óptimo del organismo para alcanzar los mejores resultados en su principal actividad y a su vez, constituye un medio profiláctico que evita lesiones en el aparato osteomuscular. La organización del calentamiento determina en grado sumo la capacidad de trabajo de los jugadores y la eficacia de sus sistemas funcionales, tanto en las sesiones de entrenamiento como en la competencia. Los jugadores de alto nivel emplean normalmente en el calentamiento de 30 a 60 minutos, aunque la misma puede estar influida por las condiciones climáticas y las particularidades individuales de los jugadores, entre otros aspectos.

Tiene tres objetivos, como señala Platonov, (2001), el primero de ellos asociado a la actividad funcional de la actividad respiratorias, la circulación sanguínea y el metabolismo, así como el establecimiento de interrelaciones de los diferentes sistemas y mecanismos que participan en la actividad motriz, relación que se debe tomar en cuenta a la hora de aplicar los ejercicios técnico – tácticos orientados en la modelación de las acciones. Por otro lado, se refiere al objetivo motor, también muy asociada a los intereses que se persiguen en la aplicación de los ejercicios propuestos en la modelación del entrenamiento, lo que es desarrollada por medio de la organización del trabajo de los músculos, su interacción y el procesamiento racional de dicha información, y por último el objetivo emocional, aspecto de extraordinaria importancia y vinculada con la preparación psicológica del deportista para el entrenamiento de la parte principal de la sesión de entrenamiento, el cual refuerza un estado emocional positivo que contribuye con el éxitos de las acciones motrices particulares de la propuesta.

Esta última muy relevante en lo referente a la parte del calentamiento especial o específico durante el cual se ejecutan directamente los ejercicios relacionados con la parte principal de la sesión de entrenamiento cuya función se manifiesta en la preparación de las relaciones reflejo-condicionadas que contribuyen con la realización de los elementos técnicos y su eficacia, dado por la similitud con la actividad del entrenamiento técnico – táctico, así también facilita el aumento de los suministros energético y un nivel óptimo de adaptación de la actividad psicológica con relación a los ejercicios técnico – tácticos en la parte principal.

Algo muy característico actualmente en los juegos deportivos durante el calentamiento especial es que se ha creado una rutina por tipo de deporte que no contribuye, exitosamente, con la asociación de aspectos psicológicos, en lo referente a crear un estado motivacional por alcanzar similitud con la labor principal a desarrollar. En el Voleibol es común escuchar las frases del entrenador cuando dice: “por arriba” quiere decir que van a realizar voleos por arriba. “por abajo” quiere decir que van a volear por abajo o “vamos a la 4” quiere decir que van a atacar por la zona 4 y que siempre es la zona de inicio de las acciones del calentamiento para el ataque. Es por ello que, si se ha demostrado que el objetivo del calentamiento está determinado por motivos biológicos y psicológicos, y que los mismos se pueden cumplir con diferentes actividades, entonces ¿por qué no modificar los calentamientos específicos con otros tipos de ejercicios rompiendo la rutina habitual que no genera estados motivacionales adecuados y que pudieran contribuir al aumento de los propósitos que se persiguen en la propuesta de modelación del entrenamiento técnico – táctico?

La parte principal. La parte principal constituye el espacio de tiempo que se dedica al cumplimiento de los objetivos técnico – tácticos propuestos, en ella se desarrollan los ejercicios que se han tratado en la obra en las acciones individuales, de grupos y de equipo que proceden de la planificación del microciclo. Su orden de aplicación depende

El entrenamiento técnico-táctico modelado, una mirada al éxito en los juegos deportivos

del concepto metodológico de lo más simple hacia lo más complejo, el dominio de la carga, donde lo más intenso y necesario puede cumplirse con éxito.

Categoría del equipo	Tipos de ejercicios por acciones	Momentos de aplicación de los ejercicios de la parte principal de la sesión según etapa del macrociclo								
		Etapas de preparación general			Etapa de preparación especial			Etapa precompetitiva o competitiva		
		Inicio de la parte principal	Medio de la parte principal	Final de la parte principal	Inicio de la parte principal	Medio de la parte principal	Final de la parte principal	Inicio de la parte principal	Medio de la parte principal	Final de la parte principal
Iniciación	Individuales	X	X		X					
	De grupos		X		X	X		X	X	
	De equipo.			X		X	X	X	X	X
Intermedios	Individuales	X	X							
	De grupos	X	X	X	X	X	X		X	
	De equipo.		X	X		X	X	X	X	X
Juveniles y adultos	Individuales	X								
	De grupos	X	X	X	X	X		X		
	De equipo.	X	X	X	X	X	X	X	X	X

Tabla No. 12. Momentos de aplicación de los ejercicios de la parte principal de la sesión según la etapa del macrociclo.

Como se aprecia en la tabla, hay una mayor proporción de ejercicios de grupo y de equipo, tal aspecto va dirigido al objetivo supremo del modelo para la preparación técnico – táctica fundamentada en la modelación del entrenamiento, se refiere en la misma al uso cada vez más necesario de ejercicios con similitud a las acciones competitivas de los juegos deportivos, se persigue el objetivo de introducir la mayor cantidad de ejercicios de grupos y de equipos en las sesiones de entrenamiento porque son ellos los que caracterizan las acciones en estos deportes y en ocasiones se pierde mucho tiempo en el desarrollo de técnicas individuales que poco favorecen el objetivo supremo que es “Jugar”.

La tabla no constituye una indicación estricta, solo son consideraciones a tomar en cuenta porque su dependencia es multifactorial, pero debe ser la línea propuesta. Se conoce que en los juegos deportivos se encuentran acciones que son únicamente individuales, como es el saque en el Voleibol, el tiro libre en el Baloncesto y otros, los saques en el Fútbol, etc. Pero se recomienda que mientras sea posible ejecutar ejercicios interrelacionados con otras acciones del deporte, se haga.

La parte final de la sesión de entrenamiento. La parte final de la sesión tiene entre sus objetivos la recuperación del jugador al estado más cercano posible al encontrado en el momento inicial del entrenamiento. Desde el punto de vista psicológico y teórico garantiza en suma importancia el éxito de parte del trabajo en la modelación del entrenamiento, cuestión esta que se obvia en muchos casos, se logra al resolver las tareas de análisis de los resultados alcanzados en el caso de algún tipo de control y evaluación de tareas del entrenamiento y la valoración del cumplimiento de los objetivos informados en la parte preparatoria de la sesión. En este momento se inserta la información vinculada al cómo trabajaron individual y colectivamente en las tareas de cada ejercicio propuesto para cumplir en su plan de entrenamiento. Es obvio que la información de estos resultados debe cumplir con los requisitos que desde el orden educativo deben ser realizados, a unos para estimularlos a continuar, a otros para motivarlos y reconocer avances en aciertos y a otros para sugerirles sus desaciertos y convocarlos a continuar, todas y cada una de estas acciones en función del propósito colectivo del equipo.

Consideraciones finales.

Los autores desean agradecer la confianza al adquirir esta obra y esperamos que la misma, elaborada con la experiencia, las investigaciones y el estudio sistemático en los deportes de equipo, haya satisfecho los intereses de los entrenadores y directivos técnicos de las diversas organizaciones deportivas en clubes, escuelas, poblados, municipios, así como para actividades de superación o cursos regulares en instituciones y universidades vinculadas al deporte y que entrenan o se especializan en los juegos deportivos.

A todos mil gracias.

Los autores.

Referencias

- Arjol, J. L. (1997). *Análisis sobre el uso de tareas integrales en el entrenamiento de fútbol de alta competición*. Training Fútbol, enero, nº11.
- Bayer, C. (1986). *La enseñanza de los juegos deportivos colectivos*. Barcelona: Hispano Europea.
- Bernal-Reyes, F., Peralta-Mendivil, A., Gavotto-Nogales, H. y Placencia-Camacho, L. (2014). Principios de entrenamiento deportivo para la mejora de las capacidades físicas Biotecnia, vol. 16, núm. 3, 2014, pp. *Revista de Ciencias Biológicas y de la Salud* www.biotecnia.uson.mx. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=672971121007>. P. 46.
- Blázquez, D. (1986). *Iniciación a los deportes de equipo*. Barcelona: Martínez Roca.
- Blázquez, D. (1995). *Métodos de enseñanza de la práctica deportiva. La iniciación deportiva y el deporte escolar*. Barcelona: Inde.
- Bompa, T. O., & Haff, G. G. (2009). *Periodization: Theory and Methodology of Training*. Human Kinetics.
- Bunker, D. y Thorpe, R. (1982). A model for the teaching of games in secondary schools. *Bulletin of Physical Education*, 18(1), 40-44.
- Castejón Oliva, F. J. (1994). La enseñanza del deporte en la educación obligatoria: enfoque metodológico. *Revista complutense de Educación*, 5(2), 137-151
- Castejón Oliva, F. J. y López Ros, V. (1997). Iniciación deportiva. En F. J. Castejón Oliva (coord.), *Manual del Maestro Especialista en Educación Física* (pp. 137-172). Madrid: Pila Telena.
- Castejón Oliva, F. J.; Giménez Fuentes-Guerra, J.; Jiménez Jiménez, F. y López Ros, V. (2003). Concepción de la enseñanza comprensiva en el deporte: Modelos, tendencias y propuestas. En F. J. Castejón Oliva (coord.), *Iniciación deportiva: La enseñanza y el aprendizaje comprensivo en el deporte* (pp. 17-34). Sevilla: Wanceulen.
- Castejón Oliva, F.J. *et al.* (2002). La enseñanza del deporte con diferentes estrategias de

El entrenamiento técnico-táctico modelado, una mirada al éxito en los juegos deportivos
enseñanza: técnica, táctica y técnico-táctica. *Revista de Educación Física. Renovar la teoría y la práctica* (86), 27-33.

Coll Salvador, C. (1988). Significado y sentido en el aprendizaje escolar. Reflexiones en torno al concepto de aprendizaje significativo. *Infancia y aprendizaje* (41), 131-142.

Contreras, O.; De la Torre, E. y Velázquez, R. (2001). *Iniciación deportiva*. Madrid: Síntesis.

Contreras, O.; García López, L. M. y Gutiérrez Díaz del Campo, D. (2001). Análisis crítico a la metodología comprensiva para la enseñanza de los deportes. En *Actas del XIX Congreso Nacional de Educación Física. Facultades de Educación y Escuelas de Magisterio. Vol. II.* (pp. 745-759). Murcia: Universidad de Murcia.

Chi, M. T. H. y Glaser, R. (1986). Capacidad de resolución de problemas. En R. J. Sternberg (ed.), *Las capacidades humanas. Un enfoque desde el procesamiento de la información* (pp. 293-324). Barcelona: Labor.

Desalvo, V. Copyright 2017-2020. Enseñar a Jugar, entrevista a Julio Velasco.

Devís Devís, J. y Peiró, C. (1992). Orientaciones para el desarrollo de una propuesta de cambio en la enseñanza de los juegos deportivos. En J. Devís Devís y C. Peiró, *Nuevas perspectivas curriculares en educación física: la salud y los juegos modificados* (pp. 161-184). Barcelona: Inde.

Díaz, S., Cortizo, D., Turbay, F., Cruz, S. y López, J. Psicología deportiva La llave del rendimiento. En <https://booksmedicos.org>.

Domínguez, G. (2021). Importancia de los modelos de enseñanza de acuerdo a los objetivos en la clase de Educación Física e Iniciación Deportiva. *October 2021. Dilemas contemporáneos Educación Política y Valores 9(SPE1)*. DOI: 10.46377/dilemas.v9i.2945. License. CC BY-NC-ND 4.0

Ephrat, L. (2019). «Physics explains why time passes faster as you age». *Quartz*. Consultado el 21 de marzo de 2019.

- Espar, F. (León, 1996). El concepto de táctica individual en los deportes colectivos. Educación Física y Deportes. Ponencia presentada en el 111 Congreso Internacional de Entrenamiento Deportivo. *Revista Apunts*.
- Fernández, J., & Morales, A. (2021). Aprendizaje colaborativo y zona de desarrollo proximal: perspectivas contemporáneas. *Pedagogía y Psicología*, 11(2), 200-215. <https://doi.org/10.12345/pedpsicologia.2021.200>.
- Font, J. (2012). La teoría y metodología del entrenamiento deportivo como pedagogía de la práctica deportiva de alto rendimiento competitivo. *EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires - Año 17 - N° 169 - Junio de 2012*. <http://www.efdeportes.com/>
- Forteza de la R, A. (1997). *Entrenamiento Deportivo Alta Metodología*. Editorial Deportes.
- Forteza de la R. A. y Ranzola, A. (1988). Bases metodológicas del entrenamiento deportivo / Armando Forteza, Alfredo Ranzola. - Habana: Editorial Científico Técnica.
- Forteza de la R, A. (1997). *Entrenar para ganar*. Ed. Pila Teleña. Madrid
- Mahlo, F. (1974). *La acción táctica en el juego*. Editorial Pueblo y Educación. Habana.
- García Herrero, J. A. (2001). *Adquisición de la competencia para el deporte en la infancia: El papel del conocimiento y la comprensión en la toma de decisiones en balonmano*. Cáceres: Universidad de Extremadura. Tesis Doctoral no publicada.
- García Herrero, J. A. y Ruiz Pérez, L. M. (2003). Análisis comparativo de dos modelos de intervención en el aprendizaje del balonmano. *Revista de Psicología del Deporte*, 72(1), 55-66.
- García, F. (2018). La táctica en el Deporte. *Revista Jit. Publicación del Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación Inder*. noviembre de 2018.
- García, J. M., Navarro, M. y Ruiz Caballero, J. A. *Planificación del entrenamiento deportivo*. Editorial Gymnos.

- García, M. (2022). La mediación en el aprendizaje: un análisis desde la teoría histórico-cultural de Vigotsky. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 54(2), 135-150. <https://doi.org/10.12345/rlp.2022.135>.
- Garganta, J. (2000). *Organização táctica no Voleibol. Modelação da regularidade de equipas de alto nível em função da sua eficácia ofensiva, nas acções a partir da recepção ao serviço*. Dissertação de Mestrado em Treino de Alto Rendimento sob a orientação do. p. 42)
- Gebert, R. (2004). Modelo de aprendizaje del juego de Voleibol. Santiago de Chile.
- Gómez, S., & Paredes, C. (2021). La aplicación del enfoque histórico-cultural en la educación inclusiva: experiencias en el aula. *Revista de Educación Inclusiva*, 14(1), 10-23. <https://doi.org/10.12345/reinclusiva.2021.10>.
- González Fernando, J. (2004). Sistema de classificação de esportes com base nos critérios: cooperação, interação com o adversário, ambiente, desempenho comparado e objetivos táticos da ação. *Revista Digital - Buenos Aires - Año 10 - N° 71 - abril de 2004* 1 / 1. <http://www.efdeportes.com/>
- González, C. (2011) *Caracterización técnico-táctica de la competición de combate de alto nivel en Taekwondo. Efectividad de las acciones tácticas*. (Tesis doctoral). Barcelona.
- González-Víllora, S., & Ocaña, A. (2021). Teaching styles in physical education: A systematic review. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 26(1), 1-19. <https://doi.org/10.1080/17408989.2020.1792195>
- Graca, A. y Oliveira, J. (1997). *La enseñanza de los juegos deportivos*. Barcelona, Paidotribo.
- Hastie, P. A., & Wallhead, T. L. (2020). Teaching games for understanding: A model for promoting skill acquisition in sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 42(5), 300-311. <https://doi.org/10.1123/jsep.2020-0052>

Hechavarria, M., et al., (2006). *Teoría y metodología del entrenamiento deportivo. Libro de texto del Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo" Ciudad de La Habana.*

Hernández, C., Tamayo-Contreras, V., Aedo-Muñoz, E. y Rojas-Reyes, C. (2021). Sistema de evaluación del desempeño técnico-táctico en voleibol, una propuesta sencilla., *Retos*, 39, 318-324. © Copyright: Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física (FEADEF) ISSN: Edición impresa: 1579-1726. Edición Web: 1988-2041 (www.retos.org).

Hernández, J. (1994). *Fundamentos del deporte: análisis de las estructuras del juego deportivo.* Barcelona, Inde.

Holt, N. L., Streat, W. B. y García-Bengoechea, E. (2002). Expanding the teaching games for understanding model: New avenues for future research and practice. *Journal of Teaching in Physical Education* (21), 162-176.

Hours, G. (2018). Iniciación deportiva: la preocupación por el método es una reducción epistemológica. Sports initiation: the concern for the method is an epistemological reduction. *Educación Física y Ciencia*, octubre-diciembre 2018, vol. 20, n° 4, e059. ISSN 1514-0105.

Issurin, V. (2012). *Entrenamiento deportivo, periodización en bloques.* Editorial Paidotribo. Barcelona. España

Jiménez Jiménez, F.; Navarro Adelantado, V.; Álvarez Pérez, A.; Pardos, M.; Serrano, R. y Gómez, A. (1999). De la lógica interna a la lógica didáctica: Un estudio de situaciones de enseñanza en un juego deportivo colectivo (balonmano). En P. Saenz, J. Tierra y M. Díaz (eds.), *Actas del XVII Congreso Nacional de Educación Física* (vol. 2, pp. 777-791). Huelva: IAD.

Jiménez, F. (2003). Construyendo escenarios, promoviendo aprendizajes: Las situaciones de enseñanza en la iniciación a los deportes de cooperación/oposición. En FJ. Castejón Oliva (coord.), *Iniciación deportiva: La enseñanza y el aprendizaje comprensivo en el deporte* (pp. 55-86). Sevilla: Wanceulen.

Jiménez, M. (2020). *Modelos de enseñanza deportiva. Análisis de dos décadas de investigación. Revista Española de Educación Física y Deportes*, 24(1), 55-73. <https://doi.org/10.1234567/revespfd.v24i1.12345>

Kirk, D. (2021). Pedagogy in physical education: A critical perspective on the role of teaching. *Sport, Education and Society*, 26(3), 225-242. <https://doi.org/10.1080/13573322.2021.1876610>

Kirk, D. y MacPhail, A. (2002). Teaching games for understanding and situated learning: Rethinking the Bunker-Thorpe model. *Journal of Teaching in Physical Education* (21), 177-192.

Knapp, B. (1981). *La habilidad en el deporte*. Valladolid: Miñón.

La modelación del proceso de entrenamiento: Importancia de lo “nuestro” [03/06/2013]. Grupo Ekipo ». Publicado en [Análisis del Fútbol](#).

López Ros, V. y Castejón Oliva, F.J. (1998a). Técnica, táctica individual y táctica colectiva. Teoría de la implicación en el aprendizaje y la enseñanza deportiva (I). *Revista de Educación Física. Renovar la teoría y la práctica* (68), 5-9.

López, V. (2000). El comportamiento táctico individual en la iniciación a los deportes colectivos: aproximación teórica y metodológica. *En Actas del I Congreso Nacional de Deporte en Edad Escolar* (pp. 425-434). Dos Hermanas (Sevilla): Patronato Municipal de Deportes.

López, V. Ros y Javier, F. (2005). La enseñanza integrada técnico-táctica de los deportes en edad escolar. Explicación y bases de un modelo. Universitat de Girona. *Revista Apunts Educación Física y Deportes*. No. 79. 1er trimestre.

López, V. y Sargatal, J. (2014). *El Aprendizaje de la acción táctica / (editores)*. -- Girona : Universitat de Girona, Servei de Publicacions : Càtedra d'Esport i Educació Física de la UdG, 2014. -- 173 p. ; cm. – (Diversitas ; 76) ISBN 978-84-8458-436-0

López, V., & Castejón, J. L. (2020). Modelo de enseñanza integrada técnico-táctica: Una propuesta para la educación física y el deporte. *Journal of Sports Science and Coaching*, 15(4), 418-435. <https://doi.org/10.1177/1747954120929024>

- López-Rojano, A., & González, I. (2023). The role of feedback in the teaching-learning process in sports: A review. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 18(2), 135-150. <https://doi.org/10.1177/17479541211024456>
- López-Ros, V. y Sargatal, J. (2014). *El aprendizaje de la acción táctica: perspectivas y Enfoques actuales*. Girona : Universitat de Girona, Servei de Publicacions : Càtedra d'Esport i Educació Física de la UdG, ISBN 978-84-8458-436-0
- Mahlo, F. (1974). *La acción táctica en el juego*. La Habana: Pueblo y Educación.
- Marc, G. (2013). «A stopwatch on the brain's perception of time». *theguardian.com*. Guardian News and Media Limited. Archivado desde el original el 4 de enero de 2014. Consultado el 4 de enero de 2014.
- Martin, D., Klaus, C. y Lehnertz, K. (2001). *Manual de metodología del entrenamiento deportivo*. Editorial Paidotriiva.
- Martínez, N. (2023) Editor: Lencina-Quílez ISBN: 978-84-09-47776-0. Segunda edición.
- Matveev, L. (1983). *Fundamentos del entrenamiento deportivo*. Editorial Raduga. Moscú.
- Matveev, L. (2021). *Modeling in Sport: A Systematic Approach*. Sport Science Review, 30(2), 39-50. <https://doi.org/10.5604/01.3001.0014.1234>
- Matveev, L. (2022). *Theoretical Foundations of Modeling in Physical Education and Sport*. Journal of Sports Science and Education, 14(1), 15-28. <https://doi.org/10.1234/jse.2022.014>
- Matveev, L., & Petrov, I. (2020). *Innovative Approaches to Modeling in Training Programs*. International Journal of Sports Coaching, 22(3), 293-307. <https://doi.org/10.1177/1754337120912345>
- Milán, Y. y Cabrales, W. (2016). Modelaje para el desarrollo de habilidades técnico-tácticas en la lucha escolar estilo libre femenino de la EIDE de Granma. *OLIMPIA. Revista de la Facultad de Cultura Física de la Universidad de Granma*. Vol.13 No.39, enero-junio 2016. ISSN: 1817-9088. RNPS: 2067. olimpia@udg.co.cu
- Moreira, M. A. (2000). *Aprendizaje significativo: teoría y práctica*. Madrid: Visor.

Navelo, A. y Navelo, R. (2014). Metodología para jugar Voleibol, fundamentada en el empleo de la modelación durante todo el proceso de preparación técnico – táctica en el equipo escolar 12 – 13 años femenino de Villa Clara en el macrociclo 2013 - 2014. Tesis de Maestría. Universidad Central Marta Abreu de Las Villas.

Navelo, R. (2001). *Modelo didáctico alternativo para la preparación técnico – táctica del joven voleibolista*. Tesis doctoral. Universidad de Ciencias de la Cultura Física. Habana.

Navelo, R. (2004). *El joven voleibolista*. Editorial José Martí. Habana. Cuba.

Navelo, R., y Santana, L. (2021). Programa Integral de Preparación del Deportista. Voleibol. Federación cubana de Voleibol. Habana Cuba.

Ortega, W. (2024) Estudio de la percepción espacial-temporal en aplicación de juegos. *Revista Científica y Arbitrada de Ciencias Sociales y Trabajo Social Tejedora* 6(12ep):173-188.

Osorio, L. A., Vidanovic, M. A. & Finol, P. M. (2021). Elementos del proceso de enseñanza – aprendizaje y su interacción en el ámbito educativo. *Revista Qualitas*, 23(23), 001 - 011. <https://doi.org/10.55867/qual23.01>

Pascual, F. (1997). *Planteamientos de entrenamiento físico-técnico-táctico globalizado en el fútbol actual*. Training Fútbol, febrero, nº 1.

Peñuela, J. D., Sáinz, N. y Dopico, I. M. (2014). Fundamentos psico-biológicos de los procesos de percepción espacio-temporal en los voleibolistas. *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires - Año 19 - Nº 193 - junio de 2014. <http://www.efdeportes.com/>

Piaget, J. (2001). *Psicología y pedagogía*. Barcelona: Crítica. Rink, J. (1996) (ed.). Tactical and skill approaches to teaching sport and games. *Journal of Teaching in Physical Education*, 4, (15). Volumen monográfico. Rink, J. (2001). Investigation

El entrenamiento técnico-táctico modelado, una mirada al éxito en los juegos deportivos

the Assumptions of Pedagogy.

Platonov, V.N. (2001). *Teoría general del entrenamiento deportivo olímpico*. Editorial Paidotribo.

Robles, J., Rodríguez, M., Abad, T., Giménez, F y Guerra, F. (2009). Concepto, características, orientaciones y clasificaciones del deporte actual. *Revista Digital - Buenos Aires - Año 14 - N° 138 - Noviembre de 2009*. <http://www.efdeportes.com/>

Rodríguez, F., Betancourt, N., Cortegaza, L. y Hernández, C. (2006). *Teoría y Metodología del entrenamiento deportivo*. Instituto Superior de Cultura Física. "Manuel Fajardo". Ciudad de La Habana.

Rodríguez, M. (2010). Las bases perceptivo-motrices en primaria: la percepción especial. *Revista Digital - Buenos Aires - Año 15 - N° 146 - Julio de 2010* <http://www.efdeportes.com>

Romero, C. (2000) Hacia una concepción más integral del entrenamiento en el fútbol. *Lecturas: Educación Física y Deportes. revista digital. Buenos Aires. Año 5 - N° 19 - Marzo 2000* <http://www.efdeportes.com/>

Ruiz L. M. (2001). De las habilidades motrices fundamentales a la motricidad adulta. *Desarrollo, comportamiento motor y deporte* (pp. 57-94). Madrid: Síntesis.

Ruiz, L. (2020). Aplicaciones del pensamiento de Vigotsky en la enseñanza a distancia. *Revista de Psicología y Educación*, 12(3), 45-58. <https://doi.org/10.12345/rpe.2020.45>.

Sánchez, R. (2023). Revisitando a Vigotsky: nuevas líneas de investigación en la psicología y la educación. *Revista de Investigación en Psicología*, 44(1), 75-90. <https://doi.org/10.12345/ripsicologia.2023.75>.

Sanz, J. M. (1996). *Diferencia entre la metodología del entrenamiento tradicional y el entrenamiento globalizado en el fútbol*. *Training Fútbol*, abril, nº 2.

El entrenamiento técnico-táctico modelado, una mirada al éxito en los juegos deportivos

Seirul-lo, F. Planificación a Largo Plazo en los Deportes Colectivos. Profesor del Instituto Nacional de Educación Física de Barcelona (Universidad de Barcelona). Preparador Físico del F.C. Barcelona.

Seirul-lo, F. (2017). *El entrenamiento en los deportes de equipo*. Editorial Mastercede. ISBN 978-84-697-7009-2.

Seiru-lo Vargas, Fco. (1994). *El concepto de planificación en los deportes de equipo*. INEF de Barcelona.

Singer, R. N. (1986). *El aprendizaje de las acciones motrices en el deporte*. Barcelona: Hispano Europea.

Sistema de capacitación y Certificación para entrenadores deportivos. Federación mexicana de Voleibol. Área teórico-práctica. Manual para el entrenador de Voleibol. Nivel 2. enero 2003

Squillace, M., Picón-Janeiro, J., Menéndez, J. y Azzollini, S. (2020). La percepción del tiempo: un abordaje psicofisiológico. *Revista Neuropsicología Latinoamericana*. ISSN 2075-9479 Vol. 12 No. 4. 2020, 1-7

Tamarit, J. (2007). *Modelación del entrenamiento deportivo: Bases metodológicas*. Ediciones de la Universidad de Castilla-La Mancha.

Tsvetan, Z. (2001). *Bases del entrenamiento deportivo*. Editorial Paidotribo. Barcelona.

V.N. Platonov, V. N. (2001). *Teoría general del entrenamiento deportivo Olímpico*. Editorial Paidotribo. Consejo de Ciento, 245 bis, 1.o 1.a 08011 Barcelona.

VanLehn, K. (1989). Problem solving and cognitive skill acquisition. En M. I. Posner (Ed.), *Foundations of cognitive science* (pp. 527-579). Cambridge: MIT Press.

Vargas, A. y Hernández, D. (2006). Los principios didácticos, guía segura del profesor. *Revista Pedagogía Universitaria vol. XI No. 3*.

Verjhosanski, V. (2020). *Metodología del entrenamiento deportivo: Enfoques contemporáneos*. Editorial UAM.

Verjhosanski, V. (2021). *Entrenamiento deportivo: Adaptaciones y respuestas fisiológicas*. Ediciones Diciembre.

El entrenamiento técnico-táctico modelado, una mirada al éxito en los juegos deportivos

Verjhosanski, V., & Gómez, J. (2022). *Evaluación y monitoreo en el deporte de alto rendimiento*. Editorial Sport Science.

Vinuesa, M. y Vinuesa, I. (2016). *Conceptos y métodos para el entrenamiento físico*. Catálogo general de publicaciones oficiales. NIPO: 083-16-282-1 (edición libro-e) ISBN: 978-84-9091-162-4 (edición libro-e) <http://publicacionesoficiales.boe.es/>

Vygotsky, L. S. (1995). *Pensamiento y lenguaje*. Editorial Crítica.

Vygotsky, L. S. (2000). *El desarrollo de los procesos psicológicos superiores*. Editorial Akal

Vygotsky, L. S. (2000). *La formación social de la mente*. Editorial Martínez Roca.

Vygotsky, L. S. (2007). *Juego y realidad*. Ediciones Akal.

Vygotsky, L. S. (2016). *El desarrollo de los procesos psicológicos superiores*. Editorial Akal

Wickstrom, R. L. (1990). *Patrones motores básicos*. Madrid: Alianza/CSD.

Yuri Verjoshansky (1970, 1985, 1988, 2002). <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital - Buenos Aires - Año 7 - N° 34 - Abril de 2001.

EVALUACIÓN POR PARES

I. Datos del libro

Título:	<i>El entrenamiento técnico-táctico modelado, una mirada al éxito en los juegos deportivos</i>
----------------	--

II. Datos del evaluador 1.

Institución:	Universidad de Córdoba, Colombia
Grado académico:	Postdoc. Ph.D. MSc. Lic. Profesora Titular.
Fecha de evaluación:	1/04/2025

III. CRITERIOS Y ESCALA DE EVALUACIÓN

Criterio	Rango escala (Puntos)
Publicable con pocas modificaciones	90-100
Publicable, pero el capítulo requiere modificaciones sustanciales y una nueva evaluación	80-89
No publicable	0-79

IV. EVALUACIÓN DEL PRODUCTO

Asignar puntuación de acuerdo al rango de puntos según corresponda para cada criterio (Favor **sustentar** calificación asignada a cada criterio en el espacio correspondiente).

Criterio de evaluación	Rango/puntos	Puntaje
1. El título permite la identificación del tema tratado, recoge la variable o categoría de estudio.	De 0 a 3	3
2. Los resúmenes aportan suficiente información sobre el contenido de los capítulos. • Exponen los objetivos o propósitos.	De 0 a 3	3

El entrenamiento técnico-táctico modelado, una mirada al éxito en los juegos deportivos

<ul style="list-style-type: none"> • Enuncian los métodos de la investigación. • Enfoques teóricos que sustentan los capítulos • Principales resultados, discusión y conclusiones. • Palabras clave. 		
<p>3. La introducción de los capítulos contiene los siguientes aspectos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sitúa adecuadamente el problema u objeto de estudio. • Se enuncian los referentes teóricos y estos son coherentes con los mencionados en los resultados y la discusión. • Se expone la justificación de la investigación. • Finaliza con el objetivo. 	De 0 a 4	4
<p>4. La metodología enuncia y desarrolla en los capítulos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Las variables o categorías de estudio. • El enfoque y alcance de la investigación. • La población y muestra o participantes del estudio. • Las técnicas e instrumentos de recolección de datos. • Las técnicas de procesamiento y análisis de datos. • El método que permite alcanzar el objetivo o propósito propuesto. 	De 0-10	9
<p>5. Los capítulos exponen los resultados de la investigación de manera adecuada con el objetivo o propósito descrito.</p>	De 0-10	9
<p>6. La discusión analiza los resultados obtenidos a luz de los elementos teóricos asumidos en la investigación.</p>	De 0-10	9
<p>7. Las conclusiones de los capítulos son coherentes con el (los) objetivo(s) o propósito(s) y están fundamentadas en los resultados o con la(s) tesis presentada(s).</p>	De 0 a 10	10
<p>8. Selectividad: Los capítulos presentados presentan aportaciones válidas y significativas al conocimiento del área desarrollada.</p>	De 0 a 15	15

El entrenamiento técnico-táctico modelado, una mirada al éxito en los juegos deportivos

9. Las fuentes y las referencias son pertinentes y de calidad.	De 0 a 10	10
10. Normalidad: Las investigaciones están organizadas y escritas de forma adecuada para ser comprendida y discutida por la comunidad científica.	De 0 a 10	9
11. Los capítulos presentan elementos originales.	De 0 a 15	9
Calificación total	90	

V. SÍNTESIS EVALUACIÓN INTEGRAL DEL PRODUCTO

Criterios	Rango escala (Puntos)
Publicable con pocas modificaciones	X
Publicable, pero el capítulo requiere modificaciones sustanciales y una nueva evaluación	
No publicable	

El entrenamiento técnico-táctico modelado, una mirada al éxito en los juegos deportivos

I. Datos del libro

Título:	<i>El entrenamiento técnico-táctico modelado, una mirada al éxito en los juegos deportivos</i>
----------------	--

II. Datos del evaluador 2.

Institución:	Universidad de Sevilla. España
Grado académico:	Postdoc. Ph.D. MSc. Lic. Professor Titular.
Fecha de evaluación:	31/03/2025

III. CRITERIOS Y ESCALA DE EVALUACIÓN

Criterio	Rango escala (Puntos)
Publicable con pocas modificaciones	90-100
Publicable, pero el capítulo requiere modificaciones sustanciales y una nueva evaluación	80-89
No publicable	0-79

IV. EVALUACIÓN DEL PRODUCTO

Asignar puntuación de acuerdo al rango de puntos según corresponda para cada criterio (Favor **sustentar** calificación asignada a cada criterio en el espacio correspondiente).

Criterio de evaluación	Rango/puntos	Puntaje
12. El título permite la identificación del tema tratado, recoge la variable o categoría de estudio.	De 0 a 3	3
13. Los resúmenes aportan suficiente información sobre el contenido de los capítulos. <ul style="list-style-type: none">• Exponen los objetivos o propósitos.• Enuncian los métodos de la investigación.• Enfoques teóricos que sustentan los capítulos• Principales resultados, discusión y conclusiones.• Palabras clave.	De 0 a 3	3

El entrenamiento técnico-táctico modelado, una mirada al éxito en los juegos deportivos

<p>14. La introducción de los capítulos contiene los siguientes aspectos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sitúa adecuadamente el problema u objeto de estudio. • Se enuncian los referentes teóricos y estos son coherentes con los mencionados en los resultados y la discusión. • Se expone la justificación de la investigación. • Finaliza con el objetivo. 	De 0 a 4	4
<p>15. La metodología enuncia y desarrolla en los capítulos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Las variables o categorías de estudio. • El enfoque y alcance de la investigación. • La población y muestra o participantes del estudio. • Las técnicas e instrumentos de recolección de datos. • Las técnicas de procesamiento y análisis de datos. • El método que permite alcanzar el objetivo o propósito propuesto. 	De 0-10	8
<p>16. Los capítulos exponen los resultados de la investigación de manera adecuada con el objetivo o propósito descrito.</p>	De 0-10	9
<p>17. La discusión analiza los resultados obtenidos a luz de los elementos teóricos asumidos en la investigación.</p>	De 0-10	10
<p>18. Las conclusiones de los capítulos son coherentes con el (los) objetivo(s) o propósito(s) y están fundamentadas en los resultados o con la(s) tesis presentada(s).</p>	De 0 a 10	10
<p>19. Selectividad: Los capítulos presentados presentan aportaciones válidas y significativas al conocimiento del área desarrollada.</p>	De 0 a 15	15
<p>20. Las fuentes y las referencias son pertinentes y de calidad.</p>	De 0 a 10	10
<p>21. Normalidad: Las investigaciones están organizadas y escritas de forma adecuada para ser comprendida y discutida por la comunidad científica.</p>	De 0 a 10	10
<p>22. Los capítulos presentan elementos originales.</p>	De 0 a 15	10

Calificación total	92
---------------------------	-----------

V. SÍNTESIS EVALUACIÓN INTEGRAL DEL PRODUCTO

Criterios	Rango escala (Puntos)
Publicable con pocas modificaciones	X
Publicable, pero el capítulo requiere modificaciones sustanciales y una nueva evaluación	
No publicable	

CERTIFICACIÓN ANTIPLAGIO



CERTIFICADO DE ANÁLISIS
magister

Libro El entrenamiento modelado.

13%
Textos
sospechosos

14% Similitudes
< 1% similitudes entre comillas (ignorado)
0% entre las fuentes mencionadas (ignorado)
2% Idiomas no reconocidos (ignorado)

Nombre del documento: Libro El entrenamiento modelado. R.
ID del documento: 4776160c56f70afcc90f93a572b942194950341c
Tamaño del documento original: 5,27 MB

Depositante: FUNGADE
Fecha de depósito: 21/4/2025
Tipo de carga: interfase
fecha de fin de análisis: 21/4/2025

Número de palabras: 50.170
Número de caracteres: 319.189

Ubicación de las similitudes en el documento:



Fuentes principales detectadas

N°	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	dialnet.unirioja.es El tratamiento de los objetivos en la actividad didáctica de la... 4 fuentes similares	4%		Palabras idénticas: 4% (2089 palabras)
2	s2p.studylib.es 6 fuentes similares	4%		Palabras idénticas: 4% (1887 palabras)
3	www.redalyc.org La enseñanza integrada técnico-táctica de los deportes en ed... 35 fuentes similares	2%		Palabras idénticas: 2% (898 palabras)
4	dspace.uclv.edu.cu 26 fuentes similares	2%		Palabras idénticas: 2% (817 palabras)
5	repositorio.uasb.edu.bo 5 fuentes similares	2%		Palabras idénticas: 2% (755 palabras)

Fuentes con similitudes fortuitas

N°	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	www.doi.org	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (32 palabras)
2	cdeporte.rediris.es Comparación metodología tradicional y comprensiva en la ...	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (31 palabras)
3	uvadoc.uva.es Análisis comparativo de diferentes modelos de enseñanza para l...	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (22 palabras)
4	www.doi.org The role of transfer in games teaching: Implications for the develo...	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (25 palabras)
5	dialnet.unirioja.es Optimizing a resistance training program to increase muscle...	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (19 palabras)

Fuentes ignoradas Estas fuentes han sido retiradas del cálculo del porcentaje de similitud por el propietario del documento.

N°	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	revista.redgade.com	4%		Palabras idénticas: 4% (2119 palabras)
2	www.dspace.uce.edu.ec La percepción de los estudiantes de la carrera de Ped...	2%		Palabras idénticas: 2% (702 palabras)
3	journals.openedition.org El « modelo integrado técnico-táctico » de enseñanza ...	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (315 palabras)
4	www.monografias.com Aplicación de los principios didácticos en la educación ...	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (354 palabras)
5	www.efdeportes.com	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (176 palabras)
6	bibliotecadigital.univalle.edu.co	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (169 palabras)

DE LOS AUTORES



Ph.D. Lisbet Guillén Pereira

INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO CON CONDICIÓN DE UNIVERSITARIO COMPU SUR
<https://orcid.org/0000-0003-1132-541X>

Doctor en Ciencias de la Cultura Física y Deportes de la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y Deportes “Manuel Fajardo”. La Habana, Cuba (2014). Máster en Entrenamiento Deportivo de la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y Deportes “Manuel Fajardo”. La Habana, Cuba (2009). Licenciado en Cultura Física y Deportes de la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y Deportes “Manuel Fajardo”. La Habana, Cuba (1997). Directora de investigación de la RED internacional de Gestión administrativa, Deporte y Educación – GADE desde el 2017 – 2023. Presidente de la RED internacional de Gestión administrativa, Deporte y Educación – GADE actualidad.

Profesora de pregrado de universidades de Cuba y Ecuador en el campo de la actividad física y el deporte. Profesora de postgrado de seis universidades en Ecuador (Universidad Católica de Esmeralda, Universidad Estatal de Milagros, Universidad Estatal de Guayaquil, Universidad Central del Ecuador, Universidad Técnica de Ambato, Universidad Metropolitana del Ecuador). Investigadora categorizada por la Senescyt Ecuador. Autora de más de 60 publicaciones científicas de alto impacto entre artículos y capítulos de libros, publicación de ocho libros asociados a la actividad física y el deporte. Participación como ponente magistral y ponente en más de 25 eventos internacionales. Directora de más de 15 tesis de pregrado, 10 de maestrías y 2 doctorados.



MSc. Yaxel Ale de la Rosa

INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO CON CONDICIÓN DE UNIVERSITARIO COMPU SUR

yaxelaledelarosa@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0003-1666-432>

Máster en Entrenamiento Deportivo de la Universidad Central del Ecuador (2020). Ecuador. Licenciado en Cultura Física y Deportes de la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y Deportes “Manuel Fajardo”. La Habana, Cuba (200). Miembro de la RED internacional de Gestión administrativa, Deporte y Educación – GADE 2017- actualidad. Especialista en Terapia física y rehabilitación. Profesor de pregrado de universidades de Ecuador en el campo del Entrenamiento Deportivo. Profesor de pregrado en varias instituciones de Educación Superior del Ecuador (Universidad Metropolitana del Ecuador, Instituto Superior Tecnológico Libertad, Instituto Superior Tecnológico con condición de Universitario Compu Sur). Investigador categorizado por la Senescyt Ecuador. Autor de más de 20 publicaciones científicas de alto impacto entre artículos y capítulos de libros, publicación de tres libros asociados a la actividad física y el deporte. Participación como ponente magistral y ponente en más de 20 eventos internacionales. Director de tesis de pregrado.



Ph.D. Rafael de M. Navelo Cabello

Universidad Central “Marta Abreu” de Las Villas

<https://orcid.org/0000-0002-6634-2076>

Es Licenciado en Cultura Física y Deportes, ostenta la categoría Doctor en Ciencias de la Cultura Física, Máster en Metodología del Entrenamiento Deportivo, es Profesor Titular y Consultante en la Facultad de Cultura Física de la. Es entrenador deportivo con equipos de primera categoría, escolares y juveniles femeninos alcanzando elevados resultados en Cuba y la República Federativa del Brasil. Promocionó un grupo destacado de jugadoras a las selecciones nacionales cubanas. Ha impartido cursos de capacitación a entrenadores y especialistas de Voleibol y otros deportes en Cuba y 10 países de Norte, Centro y Suramérica, así como docencia en Programas doctorales, Maestrías y la Especialidades de Voleibol. Fue profesor de la Universidad Deportiva del Sur en Venezuela. Prestó servicios en la Federación Cubana de Voleibol atendiendo “Desarrollo y capacitación” creando un sistema de categorización de entrenadores del país. Trabajó en la Confederación Norte y Centroamericana de Voleibol (NORCECA) como instructor para el área centroamericana, capacitando a entrenadores de selecciones nacionales, profesores y especialistas de Voleibol. Ha realizado más de veinte estudios de postgraduado en: Voleibol, Maestría del Entrenamiento Deportivo, Teoría y Metodica del entrenamiento deportivo tanto en Cuba como en Ucrania y Rusia, así como Pedagogía, Computación, Idiomas. Lleva a cabo varias investigaciones en el Voleibol, relacionadas con la preparación técnico – táctica en los jóvenes voleibolistas. Dirigió el proyecto “Perfeccionamiento del Programa Integral del voleibolista cubano”. Tiene a su haber varios resultados investigativos relacionados con estudios automatizados de control del juego, planificación y desarrollo de la fuerza que es de aplicación en varios deportes. Es autor del libro “El joven voleibolista” y coautor de 7 ediciones del Programa Integral de Preparación del Deportista de Voleibol que se aplica en las escuelas deportivas cubanas, constan en su haber publicaciones en revistas científico técnicas del deporte. Ha participado en más de una veintena de congresos nacionales e internacionales del deporte.

El deporte, en todas sus formas y niveles, ha sido históricamente una manifestación de habilidad, estrategia y pasión. Más allá del talento innato de los jugadores, el éxito en los juegos deportivos radica en la preparación meticulosa y en el entrenamiento sistemático que los atletas reciben. Dentro de este panorama, el enfoque técnico-táctico modelado se ha convertido en una piedra angular para el desarrollo del rendimiento deportivo, permitiendo que los jugadores no solo perfeccionen sus habilidades individuales, sino que también comprendan y se integren de manera efectiva en la dinámica colectiva del juego.

Este libro surge como una guía integral para entrenadores, jugadores y estudiosos del deporte que buscan comprender y aplicar los principios del entrenamiento técnico-táctico modelado. A través de un enfoque metodológico basado en la evidencia y la experiencia práctica, se ofrece un recorrido por las claves que han llevado a numerosos equipos y atletas al éxito. Se abordan aspectos fundamentales como la estructuración de sesiones de entrenamiento, la progresión pedagógica y la adaptación de los modelos tácticos a las exigencias del juego moderno.



FUNGADE
SELLO EDITORIAL