

CENTRO DE ESTUDIOS DE EDUCACIÓN

Tesis presentada en opción al título académico de Máster en Ciencias de la Educación

Mención Didáctica de la Educación Superior

Alternativa metodológica para la preparación táctica defensiva en los atletas de voleibol

Autor: Lic. Fredis Torres Cribé

Guantánamo, 2018



CENTRO DE ESTUDIOS DE EDUCACIÓN

Tesis presentada en opción al título académico de Máster en Ciencias de la Educación

Mención Didáctica de la Educación Superior

Alternativa metodológica para la preparación táctica defensiva en los atletas de voleibol

Autor: Lic. Fredis Torres Cribe

Tutor: Dr. C. Rolando Durán Rill, Profesor Titular

Guantánamo, 2018

Resumen

Dentro del proceso enseñanza-aprendizaje del voleibol, la preparación táctica ocupa un lugar importante. La misma es parte imprescindible del entrenamiento deportivo, ya que toda acción que lleve a cabo el ser humano de forma consciente debe poseer una base orientadora que le sirva de pauta y pueda comprender la esencia del tipo de esfuerzo que se le exige para que se apropie de la forma de realización más eficiente de la acción. La presente investigación aporta una alternativa metodológica para la preparación táctica defensiva en los atletas de voleibol categoría 16-18 años de la Escuela Integral Deportiva (EIDE) "Rafael Freyre Torres," de Guantánamo. La propuesta ofrece cómo potenciar la preparación táctica defensiva de los atletas de voleibol. Para ello, se propone una alternativa didáctica metodológica. En la investigación se utilizaron como métodos teóricos: análisis-síntesis y enfoque de sistema y como métodos empíricos: la observación, análisis documental, pre-experimento; así como técnicas: la entrevista y la encuesta. Del nivel estadístico-matemático, la media aritmética y como técnica, el cálculo porcentual. La propuesta permitió corroborar su efectividad en el proceso de enseñanza-aprendizaje de la táctica defensiva en los atletas al mejorar el desempeño. La aplicación de la propuesta permitió afirmar su efectividad en cuanto se logró el objetivo para el cual se elaboró.

Summary

Inside the process teaching-learning of the volleyball, the tactical preparation occupies an important place. The same one is indispensable part of the sport training, since all action that carries out the human being in a conscious way should possess it bases that serves him as rule and he can understand the essence of the type of effort that is demanded so that he appropriates in the way of more efficient realization of the action. The present investigation contributes a methodological alternative for the defensive tactical preparation in the athletes of volleyball category 16-18 years of the Sport Integral School (EIDE) "Rafael Freyre Torres, of Guantánamo. The proposal offers how to stimulate the defensive tactical preparation of the volleyball athletes. For it, he intends a methodological didactic alternative. In the investigation they were used as theoretical methods: analysis-synthesis and system approach and I eat empiric methods: the observation, documental analysis, pre-experiment; as well as technical: the interview and the survey. Of the statistical-mathematical level, the arithmetic stocking and as technique, the percentage calculation. The proposal allowed to corroborate its effectiveness in the process of teaching-learning of the defensive tactics in the athletes when proving the acting. The application of the proposal allowed to affirm its effectiveness as soon as the objective was achieved for which was elaborated.

Pensamiento

“Si tuviera que definir mi vida, diría algo muy simple. Ha sido un campo de batalla, nunca he dejado de luchar y nunca ni en las circunstancias más adversas he perdido la fe en el futuro”

Roca Calderío, Blas. Citado por Torres Terazón, R. (2015).

Dedicatoria

- A mis hermanos de sangre y los fraternales que me apoyaron en esta carrera.
- A mi tutor por estar conmigo desde el inicio y enseñarme todo lo que sé en mi investigación.

Agradecimientos

- A todos mis compañeros y amigos que siempre dieron una idea útil y profesional para que cada día fuese mejor en mi quehacer diario.
- A todos los profesores que de cierta forma contribuyeron a la realización de este trabajo y en especial a la Dr. C.Mirian Gaínza Gaínza.
- A todos los que creyeron que la perseverancia de los hombres es el único camino que lo conduce al triunfo.
- También te agradezco a ti que lo estás leyendo.

Índice Contenido	Pág.
Introducción	1
Capítulo I. Fundamentos teóricos y metodológicos de la táctica en el voleibol	10
I.1 El componente táctico en el deporte	10
I.1.1 El pensamiento táctico del deportista, inteligencia táctica y/o la toma de decisiones en función del componente táctico en el deporte	11
I.1.2 El componente táctico en el voleibol	12
I.1.3 Evolución de los sistemas de juego y la táctica del voleibol	13
I.1.4 Conceptualización de la táctica defensiva, definición de los principios tácticos defensivos del voleibol y sus respectivas acciones	17
I.1.5 Acciones tácticas defensivas que sustentan los principios en el voleibol	20
I.2 Referentes teóricos de la táctica en el voleibol	25
I.3.1 Características psicopedagógico, gnoseológico, anatomofisiológica y antropológica	30
I.4 Diagnóstico de la preparación táctica defensiva	36
I.4.1 Análisis de la encuesta, entrevista, revisión de documentos y observación de las acciones prácticas a los juegos de estudio, control y con tareas realizadas	36
Conclusiones del Capítulo I	42
Capítulo II. Propuesta de una alternativa metodológica para potenciar la preparación táctica defensiva de los atletas de voleibol	43
II.1 Fundamentación teórica	44
II.1.1 Fundamentos desde el punto de vista sociológico	45
II.1.2 Fundamentos desde el punto de vista psicológico	45
II.1.3 Fundamentos desde el punto de vista pedagógico	47
II.1.4 Fundamentos desde el punto de vista metodológico	48
II.1.5 Fundamentos desde el punto de vista antropológico	49
II.2 Metodología empleada	50
II.2.1 Diseño de la alternativa metodológica	51
II.2.2 Estructura de la alternativa metodológica	57
II.3 Evaluación de la factibilidad de la alternativa metodológica a través del experimento modalidad pre-experimento	69
II.4 Valoración general de los resultados obtenidos con la aplicación de la alternativa metodológica	70
II.4.1 Descripción del pre-experimento	70
Conclusiones del Capítulo II	72

Conclusiones	73
Recomendaciones	74
Bibliografías	
Anexos	

Índices

Contenido

Introducción	1
Capítulo I. Fundamentos teóricos y metodológicos de la táctica defensiva en el voleibol	10
I.1 El componente táctico en el deporte	10
I.2 Evolución de los sistemas de juego y la táctica del voleibol	11
I.3 Conceptualización de la táctica defensiva, definición de los principios tácticos defensivos del voleibol y sus respectivas acciones	15
I.3.1 Acciones tácticas defensivas que sustentan los principios en el voleibol	18
I.4 Referentes teóricos de la táctica en el voleibol	24
I.5 Características psicopedagógico, metodológicas y anatomofisiológica	28
I.5.1 Características psicopedagógico	29
I.5.2 Características metodológicas	30
I.5.3 Características anatomofisiológica	32
I.6 Diagnóstico de la preparación táctica defensiva	34
I.6.1 Análisis de la encuesta, entrevista, revisión de documentos y observación de las acciones prácticas a los juegos de estudio, control y con tareas realizadas	35
Conclusiones del Capítulo I	39
Capítulo II. Propuesta de una alternativa metodológica para potenciar la preparación táctica defensiva de los atletas de voleibol	40
II.1 Fundamentación teórica	41
II.1.1 Fundamentos desde el punto de vista sociológico	42
II.1.2 Fundamentos desde el punto de vista psicológico	44
II.1.3 Fundamentos desde el punto de vista pedagógico	44
II.1.4 Fundamentos desde el punto de vista metodológico	45
II.1.5 Fundamentos desde el punto de vista antropológico	46
II.2 Metodología empleada para diseñar la alternativa metodológica	47
II.2.1 Diseño de la alternativa metodológica	48
II.2.2 Estructura de la alternativametodológica	55
II.3 Evaluación de la factibilidad de la alternativa metodológica a través del experimento modalidad pre-experimento	69
II.4 Valoración general de los resultados obtenidos con la aplicación de la alternativa metodológica	70
II.4.1 Descripción del pre-experimento	71
Conclusiones del Capítulo II	72
Conclusiones	73
Recomendaciones	74
Bibliografía	75

Anexos

Introducción

Todo deporte colectivo es algo más que la suma de las realizaciones individuales de sus componentes. Por ello, se hace necesario determinar previamente cómo organizar las acciones individuales dentro del juego. Básicamente, esto sería la táctica colectiva.

En ella, el verdadero protagonista es el equipo, y todas las acciones de los jugadores tienen sentido solamente integrándose con las de los demás jugadores. Es importante que se distribuya a los componentes del equipo de forma que pueda aprovechar convenientemente sus condiciones físicas, psicológicas y técnicas, y así conseguir un conjunto eficiente.

El orden de esta distribución es todavía más importante en este deporte, pues, al comienzo de cada set, el entrenador tenga que decidir el orden de saque de los jugadores componentes de un equipo, y esta rotación no podrá ser modificada durante ese juego. Habrá que esperar al siguiente para ordenarlos de nuevo.

La relación entre los jugadores, su cohesión como grupo, permitirá que los sistemas tácticos se lleven a cabo. No olvidemos nunca, que los seis mejores jugadores no siempre conforman el mejor equipo posible.

En esta investigación se va a tener en cuenta este factor, pero es fundamental hacerlo cuando cualquier entrenador elija entre las diferentes opciones posibles, muchas de las cuales se reflejan en este capítulo.

Por otro lado, conviene tener en cuenta que cada equipo debe tener su propio estilo de juego, su propia personalidad, fruto de la unión de las personalidades de todos sus componentes.

Este estilo de juego es producto de la maduración del equipo, y en él se incluyen, además de los elementos individuales, morfológicos, orgánicos y técnico-tácticos, la comprensión táctica colectiva que aporta cada uno de los componentes del colectivo, y por supuesto sus características psicológicas y volitivas. El equilibrio de todos estos factores hará factible que la madurez del equipo se transforme progresivamente en un nivel de juego más alto.

Cada individuo se interrelaciona con sus compañeros y con los oponentes de acuerdo con unos marcos fijados por los patrones tácticos establecidos para el equipo. Por eso, los patrones de juego tienen que surgir de las necesidades y características de los jugadores y no buscar partituras que, aunque son adecuadas interpretadas por otros, pueden ser improcedentes para el equipo.

El Plan Director Mundial para el desarrollo del voleibol destaca entre sus objetivos fundamentales: acrecentar la espectacularidad de las acciones técnico-tácticas, flexibilizar el reglamento de juego, crear sistemas competitivos nacionales e internacionales participativos en todas las edades y mostrar a través del seguimiento mediático, acentuado en lo televisivo, el progreso global de la disciplina.

Una de las dificultades que muestran los equipos de voleibol de Cuba, en la actualidad, es la limitada capacidad de los jugadores para enfrentar las complejidades que caracterizan la competición deportiva moderna. Esto está

dado por diversas causas, entre ellas se destacan: la utilización de metodologías de enseñanza-aprendizaje que reducen la capacidad creadora para solucionar problemas de forma grupal, los escasos nexos entre los contenidos y métodos de la preparación deportiva con la competición, así como la imposibilidad de intervenir en sistemas competitivos de larga duración, lo cual no le permite a los jugadores obtener beneficios respecto a la formación de habilidades y capacidades en un contexto real.

El voleibol es catalogado por especialistas como un juego deportivo y dentro de estos, de acuerdo con la similitud de los principios tácticos básicos, la naturaleza problemática general del juego, lo ve como un juego deportivo de invasión, Almond, L. (1986). Además, manifiesta Hernández, J. (1994) que está en el grupo de deportes de cooperación/oposición; luego Blázquez, D. y Col. (1995) refieren que a su vez es un deporte de espacio común y participación simultánea.

Según Martín, J. (2008) es un deporte de características variables: se compone esencialmente de habilidades que se realizan en un ambiente dependiente de las demandas situacionales, en las que el jugador debe, constantemente, tomar decisiones frente a situaciones cambiantes, necesitándose un alto componente perceptivo frente a este juego imprevisible por lo general en su totalidad.

Estas características variables y dinámicas se manifiestan fundamentalmente en el componente táctico.

El colectivo de autores encabezado por Herrera, G. (2009), en sus respectivos Programas de Preparación del Deportista (PPD) específicamente en la categoría 16-18 años, documento que rige este deporte en Cuba, plantean los objetivos, contenidos y las tareas; pero no los diferentes sistemas defensivos.

Por su parte López, F. (2011) en sus proyecciones del "Voleibol Futuro" asegura la necesidad de trabajar desde las categorías tempranas la táctica y en ella la defensiva, como componente iniciador del proceso de enseñanza; sin embargo, los programas de la asignatura Voleibol Básico y Deporte I (Voleibol de la carrera de Cultura Física) documentos que preparan a los futuros profesionales que trabajarán en la categoría 16-18 años, manifiestan un interés marcado en el trabajo técnico como elemento esencial en la formación del niño, poco contenido para el trabajo táctico defensivo y rigidez creativa para tratar el mismo.

La propuesta presentada en el Programa Integral de Preparación del Deportista (2016) para direccionar el proceso de enseñanza-aprendizaje en la categoría 16-18 años, no asegura del todo el sistema de conocimientos requeridos para que los jugadores de voleibol cumplan con el objetivo instructivo declarado y con las exigencias de las competiciones en las que participan. El sistema de contenidos, aunque presenta naturaleza técnico-táctica, el contexto de realización es concebido solo por el entrenador, por tanto, no refleja con exactitud los comportamientos globales, a partir de las necesarias interrelaciones con el equipo que precisa la competición.

Asimismo, no existen los espacios suficientes en la EIDE para que los voleibolistas sistematicen los contenidos de naturaleza técnico-táctica recibidos en el proceso de enseñanza-aprendizaje, lo que incide en el cumplimiento de los requerimientos exigidos.

Todos estos documentos de actual vigencia y con resultados palpables en la formación de voleibolistas en la etapa inicial de formación obedecen a los modelos tradicionales de enseñanza deportiva, los que son criticados por Wein, H. (1995); Garganta, J y Pinto, J (2003); Ponce, F. (2007) puesto que comienzan por la enseñanza de los elementos técnicos, se concretan fuera del contexto real de juego, limitan la creatividad del alumno, se basan en estrategias o planificaciones establecidas y rígidas y su principal objetivo es ganar la competencia, por lo tanto, se le dedica casi todo el tiempo a la táctica ofensiva para marcar puntos/tantos y se descuida en estas edades la enseñanza de la táctica defensiva, particularizando esta en los jugadores que realizan esas funciones.

Dentro del sistema de preparación del deportista, el proceso de enseñanza-aprendizaje de la preparación táctica ocupa un lugar importante. La preparación táctica es parte imprescindible del entrenamiento deportivo, ya que toda acción que lleve a cabo el ser humano de forma consciente debe poseer una base orientadora que le sirva de pauta y le permita comprender la esencia del tipo de esfuerzo que se le exige para apropiarse de la forma de realización más eficiente de la acción y, por otra parte, entiendan la naturaleza del proceso de su formación y los fenómenos que inciden en el mismo.

Por su parte, Navelo, R. (2004)...aborda la preparación técnico-táctica, sin embargo, en otras investigaciones acerca del enfoque centrado en la táctica, Bunker, Thorpe y Almond (1983) sugirieron que "... se debería acentuar el énfasis en las alternativas y tácticas cognitivas más que en el desarrollo refinado de las habilidades motrices..."

Quien haya trabajado alguna vez en la mecánica de precisión o haya practicado labores de grabado, sabrá que estos esmerados movimientos exigen un control y cuidado extremo, un alto grado de ejercitación para lograr su automatización. Se trata de movimientos muy diferenciados y especializados por lo que son muy susceptibles de perturbación; si no se ejercitan con constancia se olvidan con facilidad.

Como es conocido el voleibol se caracteriza por la manifestación de los fundamentos del juego, sin embargo, en cada uno de ellos son múltiples las variantes de ejecución, este contenido hay que desarrollarlo no solo en las acciones individuales sino también en las acciones de grupo y equipo, en el aprendizaje de las variantes 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 recursos técnicos, podrán emplear con mayor efectividad su pensamiento operativo.

La selección de los contenidos táctico defensivo resulta un tema de extraordinaria importancia para todos los técnicos del voleibol dentro de la preparación. En uno de los contenidos de un microciclo se coloca defensa del

campo, sin embargo, esa definición no le permite precisar objetivamente, de qué manera cómo o con qué va a vincular la defensa que desea entrenar, si esa defensa va a ser individual, de grupo o en el equipo, si va a ser vinculada con el pase, el ataque o si va a ser realizada después de un bloqueo, o sin el bloqueo. Cada una de estas situaciones crea una condición diferente en el entrenamiento.

Las acciones constituyen el componente estructural de las habilidades, lo que se expresa en sus objetivos mediatos, para que estas acciones se materialicen de manera inmediata, se operacionalizan en las actividades de entrenamiento, lo que se traduce en la confección de ejercicios o baterías de ejercicios dirigidos a determinado fin. (Limonta, Muñiz, E. 2004, pág. 4)

El voleibol contemporáneo exige a sus practicantes cada vez mayor especialización, unida a la sólida base general adquirida en la etapa de formación (16-19 años). Por ello la complejidad del entrenamiento en el marco de cada una de las especialidades es creciente, en donde los planes individuales se confeccionan en dependencia de la función de juego; las variantes técnico-tácticas de cada uno de los elementos que los jugadores emplean en la competencia y, sobre todo, de las características de los contrarios. Es que por ello los ejercicios especiales, no solo se emplean en el periodo competitivo, en el preparatorio tienen cada vez mayor utilización, debido al nivel tan elevado que presentan el resto de los conjuntos.

También constituye una necesidad la racionalización del entrenamiento, es decir, hacer más en menos tiempo y cumplir los objetivos planteados en la sesión de entrenamiento diario, para lo cual es indispensable estructurar en cada unidad 2 o 3 tareas que tengan que ser solucionadas desde el punto de vista individual en función del colectivo y viceversa. Lo planteado anteriormente según refiere Ídolo Gilberto Herrera (1992) "es más fácil de decir que de llevar a cabo y se requiere mucho tiempo de práctica, de triunfos y de fracasos para lograrlo."

Una de las características fundamentales del juego de voleibol radica en que las reglas permiten una distribución uniforme de las posiciones en el juego y a través de ella una especialización en el ataque y la defensa del campo en el juego. La especialización se basa esencialmente, mientras todos los jugadores de un equipo sin excepción, tienen que ser buenos defensores independientemente de tener dentro de su formación a un jugador llamado Líbero.

En la táctica (ella está determinada esencialmente a través de las reglas sobre la forma y el tamaño del terreno de juego, número de los jugadores, posible número de acciones y la forma de realizarlas), en primer lugar, se puede observar una variabilidad relativamente pequeña de medidas colectivas. Está estipulada por la ausencia de la posibilidad de manipular el balón, en comparación con los juegos con porterías, bases y cestos, y por otro lado a través del número de contactos, o sea tres.

Por eso la táctica individual contiene mayor significado. La defensa en la actualidad se ha convertido en un arma que hasta cierto punto puede determinar el resultado final de un encuentro, cuando un equipo posee el servicio

está en condiciones de obtener o perder, a partir de la inclusión del Sistema de Puntuación Rally Point un punto, pues entrega el balón y se dispone a esperar una acción ofensiva del contrario por lo que el posible punto depende, principalmente del rendimiento de la defensa, existiendo así la posibilidad de enviar el balón nuevamente hacia cancha contraria pero si la defensa se realiza con calidad se podría construir un ataque o un contraataque serian realmente grandes.

Con la inclusión de las nuevas reglas vigentes hasta el momento, todas las acciones de juego son valederas de punto para el equipo que obtiene la posesión del balón, por lo que todas serán ofensivas independientemente de haber realizado el saque o no. Es por eso que la defensa de segunda línea sigue siendo el talón de Aquiles del juego de voleibol moderno. Actualmente es una preocupación para los entrenadores, directivos y técnicos de la Federación Internacional de voleibol para resolver este eslabón fundamental rumbo a lograr el llamado “voleibol espectáculo.” (Limonta Muñiz, E. 2004 pág. 7)

Otras tesis han abordados sobre la defensa del campo, pero dejan brecha investigativa.

El investigador Limonta, Muñiz. E. (2004) en el Sistema de ejercicios de carácter instructivo-formativo para la técnica de la defensa de campo en los voleibolistas categoría 16-18 años masculino de la EIDE Capitán “Orestes Acosta Herrera”, de Santiago de Cuba aborda en su investigación la insuficiencia en la orientación pedagógica de los contenidos en los entrenamientos técnicos que limitan la progresión y desarrollo de una formación deportiva integral y objetiva.

Por su parte Montoya Semanat, K. (2012) sistematiza ejercicios para mejorar la ejecución técnica de la defensa de campo en la categoría 11-13 años masculino y tareas a desarrollar para el logro de los objetivos del entrenamiento técnico-táctico y físico.

Analizando la importancia de este elemento desde el punto de vista defensivo y a pesar de que todos los elementos técnicos de juego son ofensivos a su vez, se instrumentó y aplicó una investigación inicial para diagnosticar el estado actual de la defensa. La que arrojó como resultado la existencia de insuficiencias en el trabajo de la defensa del campo en los atletas de voleibol de la Categoría 16-18 años masculino de la EIDE “Rafael Freyre Torres” de Guantánamo, constituyendo la **situación polémica** que motivó este trabajo científico.

Esto se corrobora a partir de un diagnóstico inicial a través de observaciones a diferentes sesiones de entrenamientos, revisión de las estadísticas de la efectividad de la defensa del campo en competencias, encuestas y entrevistas aplicadas a entrenadores noveles y de experiencia se detectó la siguiente:

Las insuficiencias observadas se manifiestan fundamentalmente en:

1. El proceso de enseñanza-aprendizaje de los atletas categoría 16-18 años de voleibol, se realiza ponderando el componente técnico, donde se denota una desatención al trabajo táctico y específicamente al defensivo, que sustente luego las acciones de mayor complejidad.

2. Desde el punto de vista metodológico, se observa que son limitadas las herramientas que posee el entrenador para conducir el aprendizaje táctico defensivo en estas edades, sustentado en los modelos de enseñanza alternativos, y tradicionales.
3. Los entrenamientos se basan en acciones aisladas, sin contrarios, reproductivas sobre la base de la visión del entrenador, por lo que no se moviliza la reflexión de intercambio sobre la acción y por ende no se interpretan de manea integrada las funciones que deben cumplir los voleibolistas en relación con las situaciones cambiantes, que implican a sus compañeros y contrarios.

Por lo que se hace necesario elaborar una alternativa metodológica que sirva a los entrenadores para una adecuada planificación del trabajo tactico defensivo.

Estas características que fueron esbozadas en el tratamiento táctico defensivo en el voleibol en las edades de 16-18 años genera una reproducción de acciones en el juego, lo que no se adapta a la variabilidad de acciones que componen el voleibol moderno, ya que las orientaciones metodológicas existentes develan solamente la intención de trabajar la táctica defensiva en la iniciación de una manera similar al juego y donde interesen los conocimientos, gustos, necesidades y preferencias de los niños.

Por estas razones se necesita de herramientas metodológicas que conduzcan la actuación de los profesionales del voleibol, hacia un mejor tratamiento de la táctica defensiva en las edades de 16-18 años, por lo que se asume como **situación polémica**: insuficiencias en el tratamiento de la táctica defensiva del voleibol en las edades de 16-18 años.

De lo anteriormente planteado se desprende el siguiente **problema científico**: ¿Cómo mejorar el tratamiento de la táctica defensiva del voleibol en las edades de 16-18 años?

Por lo que cabe enmarcar como **objeto de estudio**: el proceso de preparación táctica en el voleibol.

Se define como **campo de acción**: la preparación táctica defensiva en el voleibol.

Como **objetivo**: elaborar una alternativa metodológica para la preparación táctica defensiva de los atletas de voleibol categoría 16-18 años en la EIDE.

Para el desarrollo durante el curso de la investigación se formularon las siguientes **preguntas científicas**:

1. ¿Cuáles son los antecedentes históricos de la táctica en el voleibol que se tiene en el proceso de enseñanza-aprendizaje?
2. ¿Qué fundamentos teóricos metodológicos sustentan el proceso de enseñanza-aprendizaje de la táctica en el voleibol?
3. ¿Cuál es el estado que presenta la preparación táctica defensiva de los atletas de voleibol categoría 16-18 años de la EIDE "Rafael Freyre Torres", provincia Guantánamo?
4. ¿Qué elementos pueden conformar la alternativa metodológica para la preparación táctica defensiva en los

atletas de voleibol categoría 16-18 años de la EIDE “Rafael Freyre Torres”, provincia Guantánamo?

5. ¿Cómo evaluar la factibilidad de la alternativa metodológica aplicada?

Para darle respuesta al problema científico se establecieron las siguientes **tareas científicas**:

1. Sistematización de los antecedentes históricos en el proceso de enseñanza aprendizaje de la táctica defensiva en el voleibol.
2. Fundamentación teóricas y metodológicas en el proceso de enseñanza aprendizaje de la táctica en el voleibol.
3. Determinar el estado actual del tratamiento de la táctica defensiva del voleibol en la categoría 16-18 años.
4. Elaboración de la alternativa metodológica para el tratamiento de la táctica defensiva del voleibol en la categoría 16-18 años.
5. Evaluación de los resultados de la aplicación de la alternativa metodológica.

Población:

Los 10 profesores de la provincia de Guantánamo que trabajan con la categoría 16-18 años: los 10 profesores de los municipios de Guantánamo, 11 especialistas (cuatro profesores de voleibol de la Facultad de Cultura Física de Guantánamo); y 4 profesores de Educación Física; 1 metodólogo provincial de voleibol y 2 metodólogos de Educación Física, para un total de 38 unidades de estudio.

Muestra:

Los dos entrenadores y los 10 atletas de categoría 16-18 años de la EIDE “Rafael Freyre Torres”, provincia Guantánamo y 13 especialistas que precisaron los elementos que se proponen en la investigación, para un total de 23 unidades de estudio, por los que se declara una muestra aleatoria simple.

Métodos Científicos

Del nivel teórico:

Histórico-lógico: mediante este se pudo llevar a cabo un estudio cronológico para ver la evolución y las tendencias contemporáneas del objeto de estudio.

Inductivo-deductivo: partiendo de un análisis de lo particular a lo general se pudo organizar la instrumentación, establecer las generalizaciones sobre el tratamiento de las acciones que componen la táctica defensiva, para elaborar la concepción de indicadores para el tratamiento de la táctica defensiva en esta edad.

Analítico-sintético: se utilizó para desmembrar el proceso del accionar de la táctica defensiva y ubicarlos teniendo en cuenta los contenidos que se trabajen en cada momento.

Enfoque de sistema: se empleó para establecer y organizar la alternativa metodológica, para el tratamiento de la táctica defensiva del voleibol categoría 16-18 años, partiendo de las características de sus componentes, contribuyó a establecer las relaciones de funcionamiento que existen entre los momentos, las acciones, situaciones motrices y juegos.

Modelación: se aplicó para que los entrenadores tengan la representación de las diferentes situaciones que se pueden dar en el entrenamiento y en las diferentes competiciones; buscando encontrar un reflejo mediatizado de la realidad objetiva.

Métodos y técnicas empíricas:

Encuesta: contribuyó a determinar la preparación teórica de los entrenadores, los métodos más utilizados, el nivel de información que presentan, la manera de trabajar la táctica defensiva con la categoría 16-18 años en el entrenamiento.

Entrevista: brindó la oportunidad de palpar la necesidad de la investigación, teniendo en cuenta la experiencia de los entrevistados, se pudo definir las principales acciones que conforman la táctica defensiva y el tratamiento que se le brinda en Cuba al componente táctico del voleibol.

Observación: permitió evaluar el accionar táctico defensivo, tanto individual como colectivo de los integrantes de los equipos estudiados, se pudo determinar el modelo tipo de juego defensivo que presentan los equipos y se controló la operación de los entrenadores con la herramienta aportada.

Análisis documental: se utilizó en la definición y establecimiento de las acciones que se realizan en la táctica defensiva, permitió ver las limitaciones que presentan los estudios sobre la temática, ayudó en la construcción del aparato conceptual que sustenta la alternativa.

Criterio de especialistas: permitió la determinación de algunos elementos necesarios para conformar y trabajar con la alternativa metodológica propuesta, tales como: los momentos e indicadores para el tratamiento táctico defensivo, las clasificaciones generales, aspectos observables y sus indicadores para determinar el modelo tipo de juego defensivo.

Experimento:

Experimental (cuasi experimento)

Métodos estadísticos matemáticos: se emplea la distribución empírica de frecuencia para el análisis de los resultados de la encuesta, entrevista y observación.

El aporte práctico de la investigación radica en la propuesta de la alternativa metodológica para el tratamiento de la táctica defensiva del voleibol en la categoría 16-18 años, que facilita la implementación basada en un conjunto de ejercicios para trabajar la defensa de campo teniendo en cuenta la sombra del bloqueo mediante los juegos dirigidos y se concreta en las orientaciones metodológicas en el tratamiento táctico defensivo, lo cual guía la implementación y tiene las herramientas para el control y la evaluación.

La **actualidad** de la propuesta consiste en que en los programas de preparación del deportista y el programa que aparece para esta categoría no aparecen los elementos que se deben trabajar en la defensa de campo por lo que el aporte es muy necesario para dotar a los profesores de conocimientos actualizados para la dirección del

aprendizaje de la táctica defensiva en correspondencia con la urgente necesidad de preparar a los atletas de voleibol. Todo ello, en relación con las profundas transformaciones crecientes que, en este deporte se están produciendo; y en correspondencia con la urgente necesidad de la preparación de los atletas de voleibol en los diversos escenarios, por lo que es de gran importancia esta investigación y muy necesaria.

La **significación práctica** de la tesis constituye una alternativa metodológica para la enseñanza de la defensa de campo en el voleibol mediante un conjunto de ejercicios que sirven para la preparación y obtención de muy buenos resultados en las competiciones, la cual contiene cuatro etapas, objetivos y procedimientos a desarrollar, que contribuyen a redimensionar el proceso de enseñanza-aprendizaje del voleibol, mediante el uso de la unidad de aprendizaje-competitivo.

La **novedad científica** de la alternativa radica en que fundamentan las relaciones de identificación y explicación de la competición como un enfoque de proceso en la enseñanza-aprendizaje del voleibol, en donde se establecen nuevas relaciones estructurales y funcionales expresadas en dos momentos de la enseñanza-competencia, es decir, la preparación táctica defensiva y en la práctica sistematizándola en la competición.

Capítulo I. Fundamentos teóricos y metodológicos de la táctica defensiva en el voleibol

Este capítulo aborda los argumentos teóricos que se refieren a la táctica como componente de la preparación deportiva, su relación con el pensamiento táctico y/o la toma de decisiones. Además, establece la evolución general de los sistemas de juego y con ellos la táctica del voleibol, así como la conceptualización de la táctica defensiva, las acciones que la componen y los principios que la regulan.

Se realiza un análisis de las principales investigaciones que se refieren al tratamiento táctico en el voleibol, las principales características de los diferentes modelos de enseñanza deportiva, las distintas manifestaciones del juego como método y sus particularidades, se plantea la necesidad y se fundamenta cómo confeccionar los modelos tipo de juego.

Finalmente, se refiere a las diferentes clasificaciones para dividir procesos, en este caso en momentos, se justifica por qué son necesarios los indicadores de medida, para un correcto tratamiento de los procesos y lograr una retroalimentación por medio de la evaluación.

1.1 El componente táctico en el voleibol.

La táctica en el voleibol consiste en la elección de la ejecución motriz más adecuada en cada situación. Ante cualquier situación de juego, primeramente, se ve qué sucede, a continuación, se examina esa situación y, por último, se decide entre las posibilidades que se tiene, la más adecuada. Ante las situaciones que se plantean en el juego de voleibol, cada jugador deberá responder de una u otra manera. La efectividad o rendimiento del juego reside en elegir de todas posibilidades de respuesta la más idónea que se presentan. Esas respuestas o actitudes serán diferentes si el jugador está atacando o defendiendo.

Según las funciones de los jugadores Casteló, J. (1999) asegura que la táctica estructural de un conjunto de voleibolistas está condicionada por una dimensión estática y una dinámica. El mismo autor considera como dimensión estática al sistema de juego o dispositivo táctico, a la colocación de los jugadores en el campo. La misma es representada numéricamente (5:1, 4:2 y 6:6), las cuales sirven para ordenar y equilibrar los espacios de terreno, marca los desplazamientos y acciones que deben realizar los jugadores, así como su coordinación para los posibles relevos. Por dimensión dinámica se entiende las funciones, acciones y tareas tácticas distribuidas entre los practicantes.

En cuanto a la táctica del voleibol, se considera que serán los acontecimientos entorno al móvil, compañeros y contrarios que se suceden durante el evento (un encuentro o juego de competición) y las pertinentes acciones motrices que se realizan para ser superior, al contrario, tanto cuando tenga el móvil como cuando no lo posea. Terry, C.E. (2008).

Más reciente y fundamentado en el componente psicológico Martínó, C.M. (2012) plantea que la táctica del voleibol es la expresión de la personalidad del deportista que se caracteriza por establecer el sentido y el

significado del comportamiento del deportista en función del o de los objetivos de juego, al ubicarse en el contexto dinámico de la acción y como consecuencia producir un modo de acción táctico para lograr el éxito de su actuación o la del equipo, utilizando las destrezas, hábitos y habilidades relacionadas con la técnica o los recursos motores del mismo.

Observando los aspectos que definen el concepto de táctica en el voleibol.

Además, existen valiosos y certeros criterios de la táctica, un ejemplo de ello fue lo expresado por Mahlo, F. (1985) al referirse a la táctica como soluciones prácticas que persiguen el mejor resultado posible de la actividad global, en la mayor parte aplicada a las situaciones polémicas del juego como consecuencia de las acciones y reacciones de los contrarios y compañeros.

Otras investigaciones más recientes han comparado las aproximaciones tácticas de la enseñanza de los juegos con un enfoque orientado a tácticas de la enseñanza de los juegos con un enfoque orientado a la técnica y han sido realizadas por Turneck y Martinek, 1992, 1995, en hockey sobre hierba, Mitchell, Griffin y Oslin en fútbol, Stuart y Thorpe en baloncesto y hockey (Méndez, A. 1999).

Acerca del enfoque centrado en la táctica, Bunker, Thorpe y Almond (1983) sugirieron que...se debería acentuar el énfasis en las estrategias y tácticas cognitivas más que en el desarrollo refinado de las habilidades motrices... (Méndez, A. (1999).

I.2 Evolución de los sistemas de juego y la táctica del voleibol.

Como es conocido los fundamentos técnicos que componen la defensa del remate, son el bloqueo y la defensa propiamente: el bloqueo surge después que surge el primer remate (en Europa a principios de 1920) se creó sin dudas el bloqueo como medio eficaz de la defensa. Primero se desarrolla el bloqueo individual (alrededor de 1930) y más tarde el bloqueo en grupo (finales de 1930).

En el año 1964 aparece el voleibol en los Juegos Olímpicos de Japón, y ha tenido su evolución, que las describiremos por etapas para su mejor comprensión:

Primera etapa (1961-1975) Bases de la formación del voleibolista

La Revolución Cubana al llegar al poder en 1959, hereda un movimiento deportivo sub-desarrollado, caracterizado por la exclusión popular; limitada participación en confrontaciones internacionales; insatisfactoria formación de recursos humanos; y la carencia de un sistema nacional de cultura física, a pesar de haber sido Cuba la primera nación latinoamericana que entró en contacto con las ideas más avanzadas surgidas en Europa, en el siglo XIX.

Tal situación incentivó la creación del Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación, el 23 de febrero de 1961 por disposición de la ley 936. Esta institución fundó la Escuela Superior de Educación Física

(ESEF), y en el año 1963, inició el primer curso regular para la formación de profesores con una duración de cuatro años.

En la entrevista realizada a Pérez (2016) graduado de la ESEF expone que en el tercer y cuarto año de estudio conformaban grupos por especialidades deportivas.

El grupo de voleibol estaba compuesto, aproximadamente, por 30 alumnos, y los contenidos fundamentales eran el trabajo con el balón, la metodología de la enseñanza de los fundamentos técnicos y, el desarrollo de las capacidades físicas.

Además, destaca el aporte extraordinario de Ramos graduado en la ex República Democrática Alemana.

El 20 de diciembre de 1973, según lo estableció la Resolución 448 del Ministerio de Educación, la Escuela Superior de Educación Física se convirtió en el Instituto Superior de Cultura Física, actual Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte.

El auge que adquirió la práctica deportiva en el país conllevó a que el 22 de agosto de 1963 en el Consejo Voluntario Deportivo "Eduardo Saborit" del municipio Playa en Ciudad de La Habana, se inauguraran los primeros juegos deportivos escolares en Ciudad de La Habana, se inauguraran los primeros juegos deportivos escolares nacionales, lo que trajo, a su vez, la creación de las áreas deportivas especiales.

Las personas que dirigían el proceso de formación de los voleibolistas en esta etapa eran fundamentalmente ex deportistas, profesores de escuelas, activistas voluntarios y amantes del deporte. Los territorios que poseían un mayor número de entrenadores eran La Habana, Oriente en las localidades de Jiguaní y Palma Soriano, Camagüey, Matanzas y Las Villas.

La formación autodidacta de los entrenadores de esta etapa y las escasas publicaciones conllevaron a un desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje, sobre la base de las experiencias personales, centradas fundamentalmente en la enseñanza técnica, empleando la demostración y la explicación del movimiento, como principales componentes de la enseñanza. De forma general, no existía un dominio de las formas de planificar el proceso de entrenamiento deportivo.

En el año 1975, la Comisión Nacional de voleibol, establece cursos de superación de instructores a nivel nacional con los siguientes objetivos generales: orientar el desarrollo de las capacidades, habilidades y cualidades motrices; perfeccionar los aspectos técnicos tácticos del deporte; utilizar adecuadamente los métodos y medios para el desarrollo y perfeccionamiento de los aspectos del voleibol.

Se puede destacar el incremento en la científicidad de los contenidos asociados al proceso de formación deportiva, se visualiza el uso de los métodos y de formas de planificación como un elemento distintivo del proceso de entrenamiento.

Se destacan como regularidades de esta etapa, la conformación del sistema deportivo cubano, el inicio de la práctica del voleibol en todo el país mediante la creación de las áreas especiales y la conformación de la génesis del trabajo metodológico en el deporte.

Segunda etapa (1976-2000) Consolidación metodológica del proceso de formación del voleibolista

En el año 1977, se inauguró la Escuela de Iniciación Deportiva Escolar "Mártires de Barbados" y se fundaron las filiales del Instituto Superior de Cultura Física en las provincias de Pinar del Río, Villa Clara, Camagüey, Holguín y Santiago de Cuba.

Como consecuencia se produjo un incremento paulatino de los profesionales vinculados a la enseñanza del voleibol.

En esta etapa se sistematiza la práctica del voleibol por todo el país y se academiza la enseñanza con la incorporación, a la dirección del proceso de formación deportiva, de los graduados de la Escuela Superior de Educación Física, la Escuela de Profesores de Educación Física, licenciados del Instituto Superior de Cultura Física y los primeros egresados de las filiales provinciales. Ello permitió integrar los contenidos metodológicos con la enseñanza del voleibol, leyes biológicas y principios pedagógicos que rigen el proceso de entrenamiento deportivo, lo que incentivó la formación de contradicciones de orden teórica en el entrenamiento, y a su vez, favoreció el crecimiento deportivo de esta disciplina.

En esta etapa aparecen los programas de preparación del deportista, documento estatal que constituye una guía de necesario cumplimiento por el entrenador. En este documento se proyecta una nueva intencionalidad en la política pedagógica, se expresan los objetivos específicos de cada deporte, el sistema de contenidos según la edad, se establecen los medios y métodos fundamentales de la preparación, formas de planificación y la evaluación del proceso por categorías.

Los programas de preparación del deportista, correspondientes al año 1984 y 1986 titulados Programa de entrenamiento para áreas deportivas especiales y las escuelas de iniciación deportiva escolar en el deporte de voleibol, plantean como objetivos instructivos generales para las áreas deportivas especiales, garantizar el aprendizaje de las técnicas básicas de todos los elementos del voleibol, crear bases de la preparación física que permita un trabajo de continuación y desarrollo en los próximos años Andux, Hernández y González (1984).

En los documentos antes mencionados se esbozan como objetivos específicos: lograr un desarrollo físico multilateral sobre la base de un empleo amplio y variado de todos los medios de la actividad física, propiciar en los jóvenes talentos los conocimientos de las características básicas de los fundamentos técnicos del juego de voleibol y propiciar las bases para una interpretación correcta de las tácticas individuales de los fundamentos objeto de estudio.

Los programas en esta etapa priorizan el desarrollo de las cualidades físicas generales como base de la formación deportiva, se indica el trabajo de fuerza con su propio peso, desarrollo de la rapidez y la flexibilidad.

En cuanto a la formación de habilidades, el programa de la preparación deportiva de 1984, enfatiza en las posibilidades de movimiento de los niños y las niñas hacia el balón y la de detenerse debajo de él, antes de iniciar la acción. La colocación de las manos para realizar el pase es un elemento de consideración, por ello se ejecutan ejercicios con y sin balón, de modo que contribuyan al logro de la acción ejecutada en las diversas situaciones de juego.

Lo antes planteado muestra un distanciamiento de los contenidos tácticos asociados al aprendizaje de los fundamentos de juego. La enseñanza se estructura desde la fragmentación de los fundamentos técnicos, y prevalece un enfoque del aprendizaje táctico desde la acción individual.

Se destacan como regularidades de esta etapa, la organización e integración de contenidos teóricos y metodológicos en el proceso de enseñanza-aprendizaje del voleibolista, y una enseñanza técnica mediante la fragmentación de los elementos técnicos en fases.

Tercera etapa (2000 hasta la actualidad) Nuevas formas de aprendizaje

En esta etapa el voleibol inicia un proceso de cambios en su dinámica interna, a partir de la implementación del Programa Director de Desarrollo del voleibol de la Federación Internacional de voleibol (FIVB). Aparecen modificaciones sustanciales en la forma, contenido y reglamentación del juego, entre las que se destacan: el empleo de cuatro toques cuando el balón hace contacto con el bloqueo, la flexibilidad del reglamento en la ejecución de los fundamentos de juego, el aumento de las zonas de contacto del cuerpo con la pelota, la aparición del jugador líbero para buscar un equilibrio entre ataque y defensa, se admite que el balón roce la banda superior de la net en el saque y la implementación de un sistema de puntos por jugada denominado Rally Point.

Del grupo de modificaciones, la implementación de un sistema de puntos por jugada Rally Point influyó directamente en las formas de estructurar y conducir la formación y preparación deportiva en el voleibol. En correspondencia con estas modificaciones el programa de preparación del deportista del año 2002, dio un vuelco a las concepciones tradicionales de enseñanza del voleibol hacia un aprendizaje donde el deportista se convierte en un sujeto activo de su propio proceso, al participar conscientemente desde los primeros momentos.

Es la primera ocasión que en este tipo de documento se enuncia como objetivo instructivo “Jugar Voleibol”, aspecto relevante en el enfoque de la enseñanza desarrollada en el deporte hasta este momento. Todo ello en un intento de proponer posibles soluciones a las transformaciones de este deporte en el nuevo siglo. Estos planteamientos direccionaron la enseñanza hacia formas integradas de preparación situando al juego como un

elemento determinante en el fomento de los procesos de análisis, toma de decisiones y formación de la acción motriz aspectos decisorios en este nuevo entorno.

Los programas de preparación del deportista del año 2007, 2012 y 2016 de la Federación Cubana de Voleibol afianzan la intención de un cambio de enfoque en la enseñanza de este deporte y se perfeccionan las diferencias planteadas en los programas anteriores, entre los objetivos, sistema de habilidades y tareas a desarrollar en las categorías iniciales. Se incluyen nuevos contenidos asociados a las relaciones entre los jugadores en su accionar dentro del complejo uno y dos, base del carácter integrador del juego y se declaran estos como habilidad y tarea dentro del proceso de preparación del voleibolista.

Aunque los programas de preparación del deportista durante esta etapa han propuesto cambios en el enfoque en la enseñanza orientado a la preparación técnico-táctica, prevalece el concepto de currículo oculto en la formación deportiva caracterizada por el fraccionamiento de las habilidades técnicas, períodos prolongados de contenidos generales y limitadas relaciones entre la preparación y la competición.

Se destacan como regularidades de esta etapa los cambios significativos en la forma de juego originado por las modificaciones del reglamento; y una dicotomía entre las nuevas concepciones orientadas por el programa de preparación del deportista y la notoriedad teórica-metodológica alcanzada por el entrenamiento del voleibol de finales del siglo XX avalado por los resultados deportivos.

Luego de haber analizado el de cursar histórico del proceso de enseñanza-aprendizaje del voleibol en la categoría 16-18 años emerge como tendencia un proceso orientado a la enseñanza técnica, separando lo cognitivo de lo motriz, la condición física de los fundamentos de juego y éstas de la táctica en contextos lúdicos o de competición.

I.3 Conceptualización de la táctica defensiva, definición de los principios tácticos defensivos del voleibol y sus respectivas acciones

Se ha realizado un estudio conceptual de la táctica desde el punto de vista general e histórico y en el voleibol de manera particular, se dará paso entonces a la táctica defensiva como elemento medular de la investigación.

En esta dirección Kleschov, Y. (1980) afirma... "la táctica del juego será solamente progresiva y permanente, cuando llega a ser dirigida continuamente con nuevos conocimientos y es perfeccionada con otros medios y formas de conducción del juego".

Según de la Paz. (2005) citado por García, R. (2013) asegura que la táctica defensiva debe ser bien concebida en cada uno de los encuentros, organizándola de acuerdo a las particularidades de la ofensiva que emplee el contrario.

García, R. (2013) plantea que: La defensa debe plantearse como tarea fundamental evitar por todos los medios que el contrario sea el que lleve la iniciativa, romper la coordinación entre los diferentes jugadores del equipo contrario e ir al contraataque, aislando las acciones de su rival para dificultar las acciones ofensivas del equipo.

La preparación táctica descansa en un conjunto de procesos psicológicos entre los cuales juegan un papel central el pensamiento, el cual vincula las tareas, las condiciones y los modos de solución. Implica planificar acciones, fundamentalmente en la anticipación previsor y en la inmediata, las cuales tienen un carácter individual y colectivo, y su particularidad depende del tipo de deporte.

Por lo general, cuando se analiza la táctica en el deporte se sobrentienden tres tipos: la individual, de grupo y colectiva (de equipo). La presencia de una u otra y de todas depende las peculiaridades del deporte en cuestión.

La táctica individual abarca todos los deportes, los de actuación individual, en parejas y equipos. Para ponerla en práctica el o los deportistas deben tomar en consideración sus capacidades físicas y psíquicas, la preparación técnico-táctica, las posibilidades del contrario y las características concretas de la situación competitiva.

La táctica de equipo, tiene lugar cuando interactúan micros colectivos dentro de una subdivisión mayor, como el colectivo deportivo. La táctica de grupo es característica de los juegos por pareja, donde de hecho no actúan dos jugadores con un determinado nivel de maestría deportiva, sino una pareja como un todo único, con particularidades psicológicas inherentes solo a ellos.

En la actualidad en los juegos con pelotas, con su creciente intensificación y con la necesidad de interactuar en condiciones de una agudísima falta de tiempo, adquieren especial importancia las parejas y los conjuntos de tres.

La táctica de grupo no solo es estructurada sobre la toma en consideración de las propias debilidades y de las posibilidades del contrario, como táctica individual; en este caso también es necesario pronosticar con exactitud las acciones de los compañeros. De hecho, resulta que en un mismo momento el deportista debe prever simultáneamente la jugada del contrario y jugada del compañero.

La táctica colectiva depende de una serie de factores, los cuales, a veces, son imposibles de tomar en consideración en su plena medida. Su cuadro general no está determinado por una o dos jugadas operativas, sino en otros aspectos que componen la táctica, tanto en lo individual como de grupo. Únicamente la abstracción permite poner de manifiesto cierta tendencia en la elección de unas u otras estructuras de ataque o de defensa. Esta tendencia es, precisamente, la que crea el perfil del equipo. Las acciones tácticas colectivas son efectivas en el caso de que el equipo represente un colectivo cohesionado, donde la distribución de las obligaciones responde, por una parte, a las tareas del equipo, y por la otra, a las posibilidades individuales de cada deportista por separado.

Para una táctica colectiva, de equipo eficaz hace falta la utilización racional de combinaciones tácticas aprendidas con anterioridad y la solución improvisada de las tareas inesperadas que surgen durante las competencias. Y esto es posible con un alto nivel de desarrollo de las capacidades tácticas de cada deportista y un amplio círculo de hábitos tácticos.

La propuesta descansa sobre bases que requieren de un trayecto desde el marco de las ciencias auxiliares al deporte y desde el propio deporte, que permita determinar con profundidad cada uno de los aspectos que deben figurar en dicha propuesta como es:

1. La preparación técnico-táctica: ineludible proceso pedagógico para el logro de los objetivos.
2. Los componentes del proceso de preparación técnico-táctica que forman parte del modelo presentado.
3. El tratamiento de la técnica y la táctica en el proceso de preparación.
4. La actividad cognitiva y su manifestación en la propuesta.
5. Los fundamentos metodológicos del modelo de preparación técnica-táctica.
6. El modelo psicológico de aprendizaje aplicado en la propuesta.

Por lo que se asume el criterio de Valle, A. D. (2007) cuando asegura que: Los principios poseen función lógica-gnoseológica y práctica que rigen la actividad. Cumplen esta función cuando sirven de instrumento lógico para explicar, organizar o fundamentar la búsqueda de conocimientos y cumplen función metodológica a la hora de explicar un nuevo conocimiento o de esclarecer la estrategia ulterior del conocimiento, al determinar el camino, la vía para alcanzar objetivos o fines de la actividad humana.

Los principios actúan como elementos reguladores y normativos de la conducta heurística y como eslabones conducentes a totalidades superiores y más complejas, tanto en expresión teórica como práctica ya que esta última rige la conducta de los hombres en su actividad creadora y transformadora. En este sentido, los principios actúan como guía de metas que el hombre debe lograr a través de su actividad, para la transformación y creación de lo nuevo, proceso mediante el cual, el hombre no solo transforma el medio, sino se auto transforma, de ahí su función axiológica.

También Valle, A. D. (2007) asegura que los principios en el marco de las ciencias exactas se asumen como leyes más generales y primarias que por su evidencia no necesitan ser demostradas, sin embargo, en el campo de las ciencias sociales y sobre todo en el pedagógico estos deben asumirse como exigencias que deben ser consideradas, ya que las teorías que se construyen expresan ideas y elaboraciones sobre el buen hacer o para el buen hacer.

Las funciones establecidas por Valle, A. D. (2007) con mejor claridad que los de otros autores para las edades de 16-18 años, es entonces por esa razón que este investigador asume como principios tácticos:

Tabla 1: Principios tácticos. (Kleschov, Y. N. (1999)

Principios tácticos defensivos	
Tres rematadores, tres pasadores	3-3
Cuatro rematadores, dos pasadores	4-2
Seis en el ataque y seis en la defensa	6-6
Cincos en el ataque y un pasador	5-1

Además, se considera por el autor que los conceptos tienden a ser pocos operativos en la práctica, carecen de elementos importantes, como: planificación, factores internos y externos, que influyen en la actuación deportiva y no incluyen los otros componentes de la preparación deportiva.

Por tales motivos, esta investigación asume como concepto de táctica en el voleibol, el brindado por Kleschov, Y. (1984) que plantea que es la totalidad de los medios, formas y acciones de conducir el juego mediante una aplicación dirigida, bajo la consideración del estado de formación del equipo y la situación concreta. Se cree que se está en condiciones de mostrar cómo ha ido evolucionando la misma, conjuntamente con este juego de cooperación/oposición.

1.3.1 Acciones tácticas defensivas que sustentan los principios en el voleibol

A partir de la búsqueda bibliográfica y el análisis documental, se pudo clasificar y definir las acciones tácticas existentes, partiendo de clasificaciones realizadas por un grupo de autores, por lo que esta investigación está obligada a mencionar todas las conceptualizaciones necesarias y a qué tipo de táctica pertenecen independientemente del autor, para poder definir cuáles se tratarían en las edades de 16-18 años.

Acciones de la táctica defensiva individual

Posiciones: es la acción que realiza un jugador en defensa para recuperar o desviar el balón que se encuentra en poder de su adversario. Patiño, W y Col. (2007)

Desplazamientos: acción que realiza un jugador en defensa frente al poseedor para sustraer el balón, respetando las reglas del juego. Terry, C. E. (2008)

Bloqueo: es la acción individual en la que se intenta reducir espacio y tiempo de la jugada al poseedor del balón (Atacador).

Apoyo: el jugador que se excluye por completo de la defensa del campo, concentrándose fundamentalmente en los engaños del contrario, y tratando de salvar todos los balones que van dirigidos con poca fuerza por encima del bloqueo hacia esa zona (fintas).

Defensa del campo: el elemento que se realiza para defender aquellos balones que hicieron contacto con el bloqueo y pasan al campo de la defensa o evaden al bloqueo. Compone la tercera línea de defensa. Ella es muy

importante por cuanto es la que permite realizar el contra ataque, y con ellos posibilitar un punto en algunos casos o el cambio del balón en otras.

Acciones de la táctica defensiva de grupo (Independientes)

Son aquellos fundamentos del juego que pueden ser entrenados de manera independiente sin la necesidad de estar vinculados a otros.

Bloqueo: es la acción de dos jugadores en la que se intenta reducir espacio y tiempo de la jugada al poseedor del balón (Atacador).

Apoyo: el jugador que se excluye por completo de la defensa del campo, concentrándose fundamentalmente en los engaños del contrario, y tratando de salvar todos los balones que van dirigidos con poca fuerza por encima del bloqueo hacia esa zona (fintas).

Defensa del campo: el elemento que se realiza para defender aquellos balones que hicieron contacto con el bloqueo y pasan al campo de la defensa o evaden al bloqueo. Compone la tercera línea de defensa. Ella es muy importante por cuanto es la que permite realizar el contra ataque, y con ellos posibilitar un punto en algunos casos o el cambio del balón en otras.

Acciones de la táctica defensiva de equipo (colectiva)

Bloqueo: es la acción de dos o tres jugadores en la que se intenta reducir espacio y tiempo de la jugada al poseedor del balón (Atacador).

Apoyo: el jugador que se excluye por completo de la defensa del campo, concentrándose fundamentalmente en los engaños del contrario, y tratando de salvar todos los balones que van dirigidos con poca fuerza por encima del bloqueo hacia esa zona (fintas).

Defensa del campo: el elemento que se realiza para defender aquellos balones que hicieron contacto con el bloqueo y pasan al campo de la defensa o evaden al bloqueo. Compone la tercera línea de defensa. Ella es muy importante por cuanto es la que permite realizar el contra ataque, y con ellos posibilitar un punto en algunos casos o el cambio del balón en otras.

Diferentes formaciones en el voleibol

- **Formaciones para la defensa del remate**

La reciente inclusión del jugador libero ha permitido que la defensa cuente con un especialista en esta técnica, los equipos que la utilizan se acomodan en las diferentes alternativas para mejorar la defensa y así garantizar un mejor ataque.

La defensa del remate implica una acción principal para formar el ataque propio o contraataque. Los atacantes se encuentran en la gran mayoría de los casos en ventaja sobre los defensores del campo y esto radica en que el defensa tiene primero que tratar de reconocer qué pretende hacer el contrario, además, esto lo reconoce muchas

veces algo tardío, y por otro lado, la dirección del ataque contrario se distribuye en un área de 9 m², la cual es defendida por seis jugadores, a esto se le une la dificultad de que el jugador de defensa reacciona tarde en muchos casos y que no siempre cubre toda su área en el terreno. Aquí se manifiesta en síntesis la coordinación que tiene que existir entre las acciones individuales y colectivas.

La formación de defensa se compone de tres líneas defensivas:

La primera línea la forma el bloqueo, la segunda, los jugadores que se ocupan del apoyo y la tercera, los jugadores que defienden el campo zaguero contra balones que evadieron el bloqueo en una forma y otra.

Una posición de defensa del campo se adopta, entre otras, cuando se produce un ataque del propio equipo, por medio de un remate o un saque. Esto significa que en el mismo momento en que se efectúa el ataque, los jugadores comienzan a adoptar diferentes posiciones en el terreno, de acuerdo con sus funciones y esta formación adoptada es a la vez lo que planteamos nosotros como preparación para el ataque. Todo ataque se origina a partir de balones defendidos, con excepción de la dirección del saque por uno de los equipos cuando logra anotarse un punto directo por medio de este.

El bloqueo se orienta a través de las características del pase, las manos de los pasadores y los movimientos del rematador, mientras que los jugadores de la segunda y la tercera línea de defensa se orientan por el lugar de salto de los bloqueadores.

Esto último es importante, pues el jugador tiene que realizar desplazamientos en diferentes direcciones con arrancadas rápidas y explosivas. La posición alta de los brazos, se debe a que la mayoría de los balones que defenderá no tendrán un vuelo rasante al piso. Sin embargo, él si tiene que procurar estar en la gran mayoría de los casos dentro de la sombra del bloqueo, por lo que se moverá acorde con la zona que adopten los bloqueadores.

Para el resto de los jugadores la única similitud con las demás formaciones es permanecer fuera de la sombra del bloqueo y adoptar su posición, tomando el bloqueo y adoptar su posición, tomando al bloqueo como un punto de referencia. Estos jugadores deben ocupar principalmente aquellas zonas hacia las cuales se supone vayan dirigidos en gran parte los remates fuertes que no han hecho contacto con el bloqueo; debido a esto adoptan una flexión de piernas más profundamente que el jugador situado dentro de la sombra del bloqueo.

Resumiendo, podemos plantear que la formación de defensa con el VI adelantado es en cierto grado de las más esquemáticas de todas las formaciones conocidas, debido a la colocación del jugador de la zona 6, siempre en una misma zona de apoyo y sin gran análisis previo. Sin embargo, constituye en cierta medida un escalón anterior al aprendizaje y perfeccionamiento de las formaciones de defensa complejas, con el VI atrasado y con el VI en el medio; su objetivo es buscar principalmente un apoyo seguro y eficaz contra equipos que no tienen que

no tienen muchas posibilidades de atacar, como no sea de dirigir el balón por encima del bloqueo sin una gran potencia, caracterizado por la gran cantidad de engaños (toques).

Entendemos, que esta formación de defensa no debe utilizarse como esquema principal en el voleibol actual, pero si debe dominarse como una alternativa de juego y también como un paso previo al perfeccionamiento de las otras formaciones.

Asimismo, Riera clasifica la táctica en función de los jugadores que participen en la acción y del objetivo planteado.

Con respecto a los jugadores que participan en la acción táctica, la clasificación es la siguiente:

1. Táctica individual: son las acciones que se realizan de forma individual para superar al adversario.
2. Táctica colectiva: son las acciones que realizan conjuntamente dos o más miembros del equipo para vencer, al contrario.

Dentro de este factor se puede diferenciar entre la táctica individual: habilidad del atacante; y la táctica colectiva: variables espacio-temporales del ataque y número de jugadores disponibles para atacar (Vandermeulen, 1992; Muchaga, 1999).

Navelo, R. (2004)...los clasifica de táctica individual: son las acciones que se realizan de forma individual para superar al adversario, táctica de grupo: acciones de dos o más jugadores y táctica colectiva: son las acciones que realizan el equipo para vencer, al contrario.

El autor asume la teoría de Navelo, R. (2004), por ser las que más se acerca a nuestra investigación.

Clasificación de la táctica del juego

Una de las características distintivas del voleibol es que en cada uno de los jugadores recae la responsabilidad del ataque y a la vez de la defensa: para el ataque, el jugador debe comportarse ágil, rápido y preciso; lo mismo así para la defensa donde habría que agregarle concentración, técnica y una excelente condición física.

La clasificación de la táctica del juego es la base para su aprendizaje y perfeccionamiento, para el aumento de la calidad del proceso de entrenamiento. Desde el punto de vista de los resultados del juego la táctica se puede dividir en dos partes: táctica ofensiva y táctica de defensa.

Cada uno de los grupos se va agregando de acuerdo a las formas de conducción del juego, por ejemplo, en el ataque se diferencian las acciones individuales en acciones de jugadores con y sin pelota.

Las formas concretas respecto al contenido del juego se determinan por los fundamentos o sistemas, por ejemplo, sistema de ataque sobre el segundo pase a través de un jugador de la zona delantera (sistema en parejas) o el sistema de ataque a través de un jugador que penetra (sistema de penetración).

Función de los jugadores

Para la organización de las acciones del equipo es necesaria la división de los jugadores de acuerdo a su función. En voleibol como también en otros juegos, adquiere significación en virtud de las reglas de juego, los cambios de los jugadores hacia diferentes posiciones del terreno y las acciones en la zona de ataque y en la zona de defensa o zaguera.

Kleschov, Y. (1984) cito...que la exigencia en la preparación universal de los jugadores de voleibol es aún mayor que en otros juegos deportivos.

La fijación de la función del juego debe determinarse mediante una distribución proporcionada de la fuerza del equipo en la ofensiva y en la defensa, así como también, por la vinculación entre jugadores.

La formación del equipo se llevará a cabo bajo dos direcciones:

- a). El perfeccionamiento de las capacidades universales.
- b). El perfeccionamiento de las capacidades que en especial serán necesarias para el cumplimiento de su función.

Después será determinada la función del juego por los rematadores principales, auxiliares, pasadores y relación entre los mismos.

Según Santana, J. L. (1999) "el voleibol actual ha estado caracterizado por que los eternos contrarios dialécticos que le dan vida el ataque y la defensa, pugnan continuamente por alterar la estabilidad del juego. 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".

El planteamiento anterior ha conducido a innumerables cambios en la reglamentación, entre ellos citamos:

1. El empleo de los cuatro toques cuando el balón hace contacto en el bloqueo.
2. El aumento de las zonas de contacto con la bola.
3. La utilización del jugador líbero para mejorar la recepción y la defensa del campo.
4. La realización del juego por medio del sistema Rally Point.

La nueva situación del mundo le impone a Cuba desafíos en el orden económico, político- ideológico y social. Son diferentes los retos para el hombre, y en especial para los teóricos que en busca del mejoramiento y la adaptabilidad reformulan conceptos.

Según Hernández Morenos (citado por Cedeño, M. (2011) el voleibol pertenece al grupo de los juegos deportivos también denominados de cooperación-oposición, se desarrolla en un entorno extremadamente variable en el que los participantes se ven obligados a adaptar su conducta de juego a aquellos factores que provocan la

inestabilidad: compañeros, oponentes y balón. Durante el juego, cada uno de estos elementos cambia constantemente de orientación, obligando al jugador a percibirlos y a tomar decisiones operativas racionales. El nivel de incertidumbre presente en el juego, exige del practicante una gran capacidad de adaptación que se sustenta sobre capacidades de diferente naturaleza.

El jugador de voleibol requiere estar dotado de una serie de recursos motrices específicos, que se rigen por ciertos principios de eficacia biomecánica y que son utilizados de forma inteligente para adaptarse a las exigencias del juego.

Una de las características que definen el carácter del entorno de juego es el enfrentamiento entre los equipos contendientes, como consecuencia de la cual, el deportista debe provocar el incremento del grado de incertidumbre que experimentan los contrarios, a través de varios complejos constante de intenciones y de la elaboración de respuestas novedosas, impredecibles. Esto requiere que los jugadores estén dotados de la suficiente capacidad de intuición, fantasía, rápida orientación y toma de decisión inmediata, las posibilidades de ideas deben aflorar cada momento sin tiempo para meditar, lo que implica un predominio del pensamiento operativo en la acción y de dos capacidades importantísimas: inteligencia y creatividad, inteligencia que se considera específica, que se basa, entre otras cuestiones, en un conocimiento profundo del deporte practicado, así como de la posición en la que se desempeña y de las funciones correspondientes.

Alrededor de la anotación de la totalidad de los puntos perdidos de un equipo, se aclara su significado en el resultado del juego. Las exigencias tan grandes de fuerza máxima (posición de defensa), destreza, capacidad de reacción, resistencia de la concentración y valor para su trabajo corporal (en las acciones de defensa), hacen a la defensa del campo uno de los elementos más difíciles del juego y eso se explica en los porcentajes expresados anteriormente.

El creciente equilibrio de fuerzas que se viene experimentando en el voleibol mundial, unido a las modificaciones de las reglas del juego promulgadas por la Federación Internacional de Voleibol (FIVB) en los últimos años, hace que sean menos las pausas e interrupciones, aumentando el tiempo real de juego.

Esto ha generado, cambios en las concepciones tácticas, conllevando a un juego más espectacular, caracterizado por una mayor proyección de ataque y agresividad ofensiva, por lo que los futbolistas de hoy se ven compulsados a un ritmo de juego cada vez más incrementado, con momentos de aceleraciones sorprendentes y otros de pausa y distracción, hay un predominio de la rapidez y la precisión en las ejecuciones técnicas, se presenta un férreo marcaje y control zonal de los jugadores para neutralizar las maniobras ofensivas y reducción de los espacios, planteando un gran despliegue físico.

1.4 Referentes teóricos de la táctica en el voleibol

Los componentes de la preparación del deportista son aquellos que a largo o mediano plazo logren elevar la predisposición de los atletas para alcanzar un resultado competitivo. En el voleibol, como en la mayoría de los deportes colectivos llamados juegos deportivos, se evidencian cada uno de estos componentes agrupados en las siguientes clasificaciones: preparación teórica, psicológica, física, técnica y táctica, según Collazo, A. (2006).

Preparación según la Wikipedia es la acción y efecto de preparar o prepararse, cosa preparada, disposición de las cosas necesarias para un fin determinado, obtención de un producto haciendo las operaciones necesarias para ello, conjunto de conocimientos y prácticas con que una persona dispone a otra para una actividad futura.

Preparación táctica es el sistema o método que se desarrolla para ejecutar un plan y obtener un objetivo en particular. El término también se usa para nombrar a la habilidad para aplicar dicho sistema.

“Se entiende por táctica al 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 deportivo individual o en equipo” Weineck, (1988). La definición que nos brinda el autor es útil porque presenta una serie de “palabras clave” que nos orientan bastante. Veamos:

- **Comportamiento racional:** es decir que hay procesos cognitivos en los que se sostiene y que se van conformando a través de la experiencia y el estudio teórico de las situaciones. Por otro lado, al descartar el factor instinto, la táctica se convierte en un proceso planeado y dirigido sistemáticamente, y que puede someterse a un proceso de enseñanza y aprendizaje.
- **Capacidad de rendimiento:** esto nos indica que se trata de una variable sumamente entrañable, y que además sirve para obtener logros deportivos.
- **Deportista, adversario y condiciones externas:** estos tres elementos interactúan constantemente, llevando información a los centros especializados y tomar la respuesta técnica necesaria
- **Individual o por equipo:** se suele pensar que no existe la táctica en los deportes individuales, pero no es así. Si bien es cierto que en algunos aspectos puede obrar de forma diferente, ya veremos de qué manera se da en ambos casos.

Para Weineck, la táctica deportiva se funda sobre tres pilares:

1. Capacidades cognitivas
2. Habilidades técnicas
3. Capacidad psico-físicas

Un breve análisis de cada uno brinda conclusiones interesantes:

- La formación del pensamiento táctico debe ser progresiva, al tiempo que involucra aspectos tanto teóricos como prácticos

- La variabilidad de las situaciones propuestas es clave para enriquecer el aprendizaje
- El dominio de la técnica supone una ventaja táctica en tanto economía de esfuerzo y recursos
- La forma deportiva condiciona la técnica y la táctica. A mayor estado físico, mayores posibilidades de afrontar problemas tácticos
- Las cualidades emotivas y de decisión (voluntad) se van forjando a través de la experiencia. Es probable que sean los únicos elementos que no puedan trabajarse de otra manera.

Desde el aspecto teórico, la táctica se va construyendo desde el técnico hacia los jugadores. Aquí, el entrenador prepara videos, hace estadísticas, redacta informes, lee libros y prepara presentaciones, al tiempo que analiza puntos fuertes y débiles.

Desde el aspecto práctico, si bien el técnico presenta las ejercitaciones para el trabajo táctico, son los jugadores los encargados de poner en marcha las operaciones de pensamiento necesarias para entender cuál es el objetito táctico. A partir del desenvolvimiento en el terreno de juego frente a situaciones particulares y siempre diferentes, los jugadores van armando a su vez un esquema táctico que el entrenador debe observar.

Un comportamiento óptimo en competición necesita una actitud táctica óptima por parte del deportista. No obstante, un esquema táctico sólo es aplicable con el fundamento de su correspondiente base técnica, las condiciones físicas necesarias y unas capacidades psíquico-volitivas e intelectuales adecuadas.

El componente táctico constituye el contenido fundamental de esta investigación, por lo que se hará un profundo análisis de su estructura y la importancia que reviste en el voleibol.

La preparación táctica constituye otro componente en la formación de la maestría deportiva. La misma como proceso se dirige al perfeccionamiento de los procedimientos racionales que dan respuesta a los problemas que surgen en el proceso competitivo.

La táctica consiste en la utilización durante la lucha competitiva de conocimientos, hábitos y habilidades que le permiten emplear a los deportistas sus posibilidades físicas para vencer la resistencia de los adversarios que se organizan por el mismo objetivo.

En el caso de la tarea, representa a un objetivo planteado en función de las condiciones en que transcurre la lucha y se concreta en el accionar práctico, por lo que las tareas particulares son las que posibilitan el cumplimiento parcial de los objetivos finales de la competencia.

La preparación táctica descansa en un conjunto de procesos psicológicos entre los cuales juegan un papel central el pensamiento, el cual vincula las tareas, las condiciones y los modos de solución. Implica planificar acciones, fundamentalmente en la anticipación previsor y en la inmediata, las cuales tienen un carácter individual y colectivo, y su particularidad depende del tipo de deporte.

En la preparación táctica, los métodos de la pedagogía activa son más frecuentes de encontrar que en la preparación física y técnica, lo más común debe ser que en cualquiera de los tres tipos de preparación mencionados, predominen los métodos activos de enseñanza-aprendizaje, sin obviar que hay momentos en que se hace necesaria la presencia de los métodos tradicionales.

Por lo que la táctica es un proceso que busca dar soluciones inmediatas, por medio de acciones de ataque y defensa, a las situaciones cambiantes que acontecen durante un partido de Voleibol, debidas a las actuaciones del contrario que defiende un objetivo

Son disímiles los puntos de vista y los enfoques que existen con respecto a la táctica, sin embargo, existen rasgos que constituyen puntos en común que se asumen como aspectos importantes a tener en cuenta en esta investigación. Sánchez, M. E (2005) afirma: "La planificación preliminar de las acciones tácticas tiene siempre un carácter probable, porque ni los deportistas ni entrenadores disponen casi nunca de una información completa acerca de los adversarios y de las condiciones de la competencia" (p.124).

Por otra parte, Marcos, A. (2007) define la táctica como: "Las acciones que se realizan con el balón en juego en situaciones de defensa y ataque incluyendo la organización del (...) juego" (p.171).

Por ello Pardo, R. (2007) afirma que: "La táctica es la parte de la alternativa que se ocupa del estudio de las generalidades del juego, sus medios, modos, y formas de conducir la lucha deportiva y su aplicación racional contra el adversario" (p.69).

Se entiende además que la táctica no solo dependerá de la ubicación establecida en el terreno de juego, sino del planteamiento que presente el contrario, por lo que es preciso conocer con anterioridad sus potencialidades y debilidades.

Defensa: si bien el término alude expresamente a la idea de "*respuesta ante un ataque externo*", rechazando la noción misma de "*ataque*", en ocasiones las actividades de **defensa** son utilizadas por los países para realizar actos de agresión contra otros países, con la excusa de que los mismos fueron ejecutados para prevenir un ataque exterior planeado con anterioridad (tesis del ataque preventivo).

Para hablar de esta definición hay que remitirnos a la Ley 75 de la defensa nacional, aprobada por el parlamento cubano el 21 de diciembre de 1994.

En nuestro país la Doctrina Militar Cubana, como el conjunto de ideas y concepciones científicamente argumentadas, adoptadas por el Estado sobre la esencia, los objetivos, el carácter, las particularidades y las consecuencias de la guerra; la preparación del país para realizarla exitosamente y con ello tratar de evitarla; y los métodos para su realización y conducción, con el fin de enfrentar una agresión militar. Esta doctrina tiene como fundamento la concepción de la Guerra de Todo el Pueblo;

b) la Guerra de Todo el Pueblo, como la concepción estratégica defensiva del país, que resume la experiencia histórica acumulada por la nación; se basa en el despliegue del sistema defensivo territorial como sustento de su poderío militar, y en el empleo más variado de todas las fuerzas y recursos de la sociedad y el Estado;

c) el Sistema Defensivo Territorial, como el conjunto de medidas y actividades políticas, económicas, militares, jurídicas, de seguridad, orden interior y de defensa civil, que se organiza y realiza desde tiempo de paz por los órganos y organismos estatales, las entidades económicas, instituciones sociales y los ciudadanos, en los diferentes niveles de la división político- administrativa con el objetivo de garantizar la defensa del país; y

d) la Zona de Defensa, como la base de la estructura territorial y de su sistema defensivo, que asume el país en interés de la defensa

Defensa en el deporte: retaguardia o parte trasera de un equipo. También, cualquier estrategia destinada a neutralizar el ataque adversario.

Defensa de campo: al respecto Borroto, E. (1992) asegura... “como es conocido, los fundamentos técnicos que componen la defensa del campo son diversos y solo el dominio de todos ellos posibilita a los voleibolistas, fundamentalmente en la zona de zagueros, resolver una situación concreta del juego con las mayores posibilidades de éxito, los cuales exigen agresividad y coraje”. En esencia se expone el objetivo fundamental que abarca la defensa, el cual es el contacto con el balón, pero para ello el atleta tiene que tener el dominio de la técnica de los desplazamientos, la posición u orientación en relación con el bloqueo, anticipación en relación a lo que va hacer el rematador, habilidad y agilidad, para obtener el éxito.

Con la inclusión de las nuevas reglas todas las acciones finales de juego de cada equipo proporcionan pérdida o ganancias de puntos, todas las acciones serán a la vez ofensivas independientemente que el equipo esté o no en posición de saque.

Todos en el equipo cuando se tiene el balón ocupan una posición ofensiva, cuando se pierde el balón ocupan una posición defensiva. Para que la táctica defensiva sea eficiente es necesaria la participación de todos con un mismo objetivo.

Por otra parte, Marcos, A. (2010) actuando de esa manera, tanto en entrenamientos como en partidos, el jugador vendrá viviendo una serie de situaciones que tendrá que resolver, ejecutando la decisión concebida, como solución, para esa situación. Unas veces mal y las deberá de olvidar cuanto antes, y otras bien, y esas soluciones para esas situaciones ya las archiva en su “**memoria táctica**”, memoria que estará siempre presta para cuando haya que hacer uso de ella porque la nueva situación sea idéntica a una vivida que ya tiene registrada.

Las experiencias y los aprendizajes del entrenamiento y la competición, forman el campo del saber táctico, que se amplía continuamente y son la base para prever comportamientos.

La mayoría de la sucesión de acciones en el voleibol, son provocadas y dirigidas por actividades cognitivas (percibir, concebir, decidir), y estas capacidades cognitivas forman parte de la inteligencia. Como en el juego, las situaciones cambian constantemente, el jugador tiene que estar haciendo uso de su inteligencia continuamente. Se habla, por tanto, de “inteligencia de juego”.

Cuanto más inteligente sea un comportamiento, más alto será el rendimiento. Esto se manifiesta en el juego sin balón, en el posicionamiento, jugadores que saben leer el partido, pues analizando situaciones que ellos ya han vivido y tienen la experiencia y la solución correcta en la maleta de su saber táctico (memoria táctica), pueden prever comportamientos y anticipar las soluciones, es decir que sus decisiones serán correctas casi siempre, y la que no lo sea, será porque el contrario no eligió la opción que más beneficio le hubiera reportado.

Si el jugador actúa coordinado en un grupo y finalmente con todo el equipo, se habla de táctica colectiva. Finalmente tienen su tratamiento táctico los saques a balón parado y cada tipo de partido.

Estas obligaciones la aprenden los jugadores de forma teórica y práctica durante los ejercicios de entrenamiento; la actividad individual del jugador a la defensa es el fundamento de la defensa colectiva donde las funciones básicas de la defensa individual se encuentran los siguientes argumentos: ubicación en el juego, defensa frenando el ataque y la táctica defensiva del portero.

Cinco son las tareas fundamentales que debe resolver el equipo que está a la defensiva:

1. No permitir al contrario cuando ataca que el balón pase al campo contrario.
2. Apoderarse del balón que está a favor del adversario, creando condiciones para el ataque rápido.
3. Romper las relaciones que existe entre los jugadores que hacen en ese momento la función de bloqueadores del equipo contrario, dificultándoles la preparación para el ataque o contraataque.
4. No brindarle al contrario la oportunidad de realizar ataques rápidos.
5. Luchar por ganar el balón que se defiende, para después ganar un punto o tanto.

Por todo esto, se debe anticipar a la acción que realizará el contrario en el juego con su sistema de defensa que toma el equipo y el defensor deberá tratar de frenarlo con la idea de ganar punto y que se puedan convertir en activos todos los atletas necesarios en el juego.

1.5 Características psicopedagógico, gnoseológico, anatomofisiológica y antropológica

Los atletas que practican en la EIDE de Guantánamo y forman parte importante de este estudio están comprendidos en las edades de dieciséis a dieciocho años de edad, por lo que conocer las características de ellos es de gran importancia, y constituye un requisito para el trabajo de los profesores y para que la labor docente educativa que realizan pueda cumplirse con éxito.

1.5.1 Características psicológicas-pedagógicas

Para Domínguez, L y otros (2003) el hecho de que estos atletas tengan características psicológicas, sociales y otras muy cercanas, y evidencien conductas y formas de enfrentar la práctica deportiva y el mundo en general de manera muy similar, posibilita que se pueda delinear una caracterización conjunta para estas edades.

El paso de la infancia a la madurez constituye el contenido básico y la distinción específica de todos los aspectos del desarrollo de este período físico intelectual, moral y social. En estas edades aparecen elementos de madurez como resultado de la reestructuración del organismo, autoconciencia, tipo de relaciones con los adultos y compañeros, modos de interacción social con ellos, intereses, y la actividad cognoscitiva se desarrolla.

El primer factor del desarrollo de la personalidad del adolescente en su enorme actividad social, está dirigida hacia la asimilación de determinados modelos y valores y la construcción de relaciones satisfactorias con los adultos y compañeros, por último, hacia sí mismo.

En estas edades se deben estudiar elementos nuevos y complejos, enfrentarse y aclarar de algún modo las complejas relaciones entre las personas. El nuevo nivel de la actividad de estudio tiene relación directa con la formación de sus intereses. La actividad laboral ayuda a educar el colectivismo, la ayuda mutua entre compañeros y la amistad.

Al asimilar los conocimientos, tiene gran importancia el material didáctico, se vuelve más lógico y fundamentado, se desarrolla la capacidad de analizar, comparar y generalizar de forma independiente; se manifiesta mucho la tendencia a penetrar en la esencia del fenómeno, comprender su causa, establecer la relación entre los distintos objetos y los conceptos se vuelven más plenos y profundos.

En el libro de Psicología de autores rusos (2006) destaca que el adolescente se plantea conscientemente el objetivo de recordar, conservar y reproducir el material estudiado; se aumenta el papel de los procedimientos consciente y selectivo de memorización en comparación con el mecánico, por eso es muy importante enseñarles los procedimientos de memorización selectiva. La atención se perfecciona, se hace cada vez más voluntaria, todo esto les permite a los adolescentes realizar tipos complejos de actividad.

Además en cuanto al desarrollo de los intereses cognoscitivos se puede señalar que aumenta la variedad de intereses, y se va tornando cada vez más selectivo e intencional, respecto a las esferas de la realidad hacia las cuales se orientan sus intereses, los cuales se satisfacen de forma autodidacta; es decir, de manera autónoma e independiente, por lo que algunos prefieren actividades específicas vinculadas al trabajo físico o intelectual, otros privilegian la comunicación con quienes les rodean o tienen variedad de intereses y también se encuentran aquellos que son igualmente indiferentes a todo.

Se observan determinadas transformaciones estructurales en la actividad cognoscitivas que evidencian los cambios cualitativos ocurridos. Así, la percepción adquiere un carácter intelectual ya que mediante ella el

adolescente se oriente a destacar o abstraer los aspectos esenciales de un material y a captar su contribución en la solución de un problema.

La memoria se torna más intencional y resulta significativo el aumento de la habilidad para memorizar material verbal y abstracto. También se destaca la amplitud de los medios en los que se apoya el adolescente para memorizar, los cuales no son solo de carácter externo, sino también internos, como es el caso de las asociaciones, los agrupamientos lógicos y de sentido.

El pensamiento conceptual teórico, tiene un carácter teórico como su nombre lo indica, tanto por su contenido como por su forma, ya que se apoya en operaciones intelectuales en el plano mental. El adolescente realiza operaciones mentales en un nivel abstracto, sin requerir de apoyo de los objetos concretos, para la formación de conceptos y para moverse de un concepto a otro.

Por otra parte, refiere característica del pensamiento conceptual teórico es la de ser reflexivo. Las operaciones intelectuales propias del sujeto se convierten en objeto de su atención, análisis y evaluación y él debe aprender a operar, de manera intencional, con ellas.

1.5.2 Características metodológicas

Al resolver tareas tácticas el deportista utiliza la variedad del pensamiento humano que ha recibido el nombre de pensamiento operativo; su particularidad consiste en el hecho de que no está orgánicamente vinculado a conceptos abstractos, sino a operaciones de trabajo, dirigidas hacia la solución satisfactoria de una u otra tarea.

González, S. (2013) plantea que durante el pensamiento operativo se tiene más de una variante de acciones propias en una u otra situación y las escoge de acuerdo con la acción. En las características del pensamiento táctico del deportista, se suelen distinguir los siguientes indicadores principales del pensamiento táctico en la lucha deportiva: la existencia de un plan táctico de lucha deportiva, la elección correcta de los medios de lucha deportiva, el carácter efectivo del pensamiento, la rapidez de los procesos del pensamiento, el apoyo en los conocimientos y las habilidades tácticas, la intensidad de los procesos corticales y el vínculo con los procesos emocionales-volitivos.

El carácter intuitivo, por imágenes del pensamiento táctico en el deporte es una de sus características fundamentales. En las situaciones de curso rápido de la lucha competitiva el deportista, sin alcanzar a veces ni siquiera hacer una valoración verbal de las acciones del contrario, ejecuta la acción de respuesta que más corresponde a la situación que ha cambiado de forma instantánea.

El deportista, durante el proceso del pensamiento táctico, en lo fundamental solo opera con los objetos que percibe de manera directa y no con los imaginados, y con aquellos vínculos que están dados directamente en la

percepción. Su pensamiento está relacionado de forma estrecha con las acciones físicas y no con los conceptos abstractos.

En el transcurso de toda la competencia el deportista unas veces valora mentalmente el curso de la lucha y determina las posibilidades del triunfo y otras planifica sus acciones.

La efectividad es una particularidad no menos importante del pensamiento táctico en el deporte. La solución de tareas tácticas depende en gran medida de los hábitos tácticos que se hayan elaborado durante el proceso de los entrenamientos. Al utilizar con flexibilidad los hábitos tácticos, el deportista realiza mediante acciones sus intenciones y de hecho ve de forma inmediata sus frutos: o bien su intención ha fracasado y el contrario ha escogido la variante más acertada para las acciones, o la intención se ha realizado y le ha proporcionado el éxito. Para el colectivo de autores rusos (2006) el grado de desarrollo psíquico les permite comenzar en esta edad al estudio sistemático de los fundamentos de las ciencias, el dominio de una cantidad cada vez mayor de modos de actividad mental; mediante los cuales asimilan dichos conocimientos y modos de acción mental y la habilidad de utilizarlos libremente en condiciones más diversas.

A esta edad se es capaz de efectuar un análisis más detallado de los objetos percibidos; su percepción adquiere contenido, es consecuente, planificado, lo que favorece la formación de la observación como una percepción organizada dirigida hacia un objetivo.

Las manifestaciones volitivas en esta edad escolar es que son capaces de planearse un fin y tratar de lograrlo; se desarrolla la valentía, independencia, decisión e iniciativa. Pueden apreciar en su justo valor las exigencias que se les presentan, si se convencen de que esas exigencias son justas, necesarias y convenientes, se subordinan a ellas con disposición y hasta con placer.

El adolescente comienza a cumplir encargos y obligaciones bastante complejos y de responsabilidad. En la mayoría de los casos, exageran la valoración de las cualidades positivas de su carácter, consideran que poseen aquellas cualidades que ellos estiman en la gente y que quisieran poseer.

Experimentan una aguda necesidad de comunicación con sus coetáneos, desea vivir una vida común con ellos, participar en actividades conjuntas. No lo satisface la pertenencia formal al colectivo. Necesita sentir que lo reconoce como miembro con igualdad de derechos, no como un espectador, sino como un participante de todos los acontecimientos.

La enseñanza y el perfeccionamiento deportivo como un proceso pedagógico completo en estas edades en el logro de la maestría deportiva se efectúan durante el proceso de un trabajo de enseñanza y entrenamiento tenaz, cuya base es el aprendizaje y perfeccionamiento deportivo. Estos tipos de trabajo de enseñanza y entrenamiento representan un complejo proceso pedagógico que se basa, en primer lugar, en la elevada actividad de las percepciones musculares-motoras y visuales del deportista.

Durante la enseñanza de los ejercicios físicos los alumnos conocen en primer término los rasgos externos de los movimientos y acciones. Este conocimiento se logra gracias a la demostración especialmente organizada de las acciones motoras que se estudian. La eficacia de la demostración en estas condiciones depende de la capacidad del profesor para destacar los eslabones fundamentales de los movimientos y acciones que se estudian y de la actividad de las percepciones visuales de los alumnos. Además, también se incrementa considerablemente el papel de las representaciones sobre los movimientos, el aumento de su manifestación activa, el reforzamiento de la esencia del movimiento demostrado percibida mediante designación verbal.

La demostración clara del ejercicio físico que se estudia por lo general crea en los alumnos la imagen necesaria de la acción motora. En lo que respecta a la percepción de la estructura interior del movimiento que se aprende, esto es posible en condiciones de una actividad motriz directa de los alumnos, ellos mismos modelan la acción motora necesaria y la transforman en objeto del conocimiento. Se puede afirmar cuanto más rica sea la experiencia motora de los alumnos, más eficaz es el proceso de percepción de las acciones motoras nuevas.

De acuerdo con las diferentes tareas didácticas, en las clases se utilizan los medios didácticos en formas diferentes. Al estudiar los rasgos exteriores del movimiento se activan las percepciones visuales de los alumnos a cuenta de la observación del ejercicio físico efectuado por el profesor. En este caso, desempeñan un gran papel los esquemas del acto motor, los cinematógrafos y otros.

Por otra parte, al comprender la estructura interna del movimiento que se aprende ya no bastan las percepciones visuales solamente, pues es necesario provocar claras imágenes musculares-motoras a cuenta de la ejecución directa del movimiento que se estudia. Este caso le corresponde un gran papel a la palabra del profesor, mediante la cual se organiza la atención de los alumnos dirigida al esclarecimiento de rasgos del movimiento que se revelan tan solo durante el análisis mental.

Los medios que se pueden utilizar al enseñar los movimientos suelen ser diversos. Entre ellos podemos mencionar la demostración del ejercicio; los modelos didácticos, esquemáticos de la acción motriz. Además, en la práctica de la enseñanza de los movimientos se utilizan medios auxiliares.

Gracias a los medios auxiliares se crea una imagen desmembrada del movimiento que se estudia, lo que constituye la base de la formación de las representaciones motoras más plenas y concretas. La claridad de las imágenes motoras aumenta considerablemente al utilizar procedimientos auxiliares de enseñanza de las acciones motoras.

1.5.3 Características anatómica-fisiológicas

La característica anatómica y fisiológica en estas edades coincide en el tiempo con el segundo estirón, cuya particularidad es el notable crecimiento de las extremidades. En este caso el desarrollo del esqueleto se produce irregularmente y las proporciones del cuerpo alcanzadas en la edad anterior varían con un crecimiento rápido de

los huesos de la columna y las extremidades se observa un retraso en el crecimiento del esqueleto de la caja torácica, que se vuelve estrecha en comparación con el cuerpo alargado "estrechez fisiológica del pecho".

Se observa una desproporción en el desarrollo de los músculos y los huesos, el desarrollo de los músculos se atrasa en comparación con el crecimiento de los huesos, aquellos se estiran debido a su elasticidad y eso provoca un empeoramiento de la coordinación de los movimientos.

En el período de la maduración sexual aumenta la fuerza muscular, que aun no va acompañada del desarrollo de la resistencia muscular. Esta divergencia es la causa de la tensión muscular excesiva, pues los adolescentes al experimentar un incremento de fuerzas muchas veces emprenden un trabajo muscular que por su intensidad y duración supera en mucho sus posibilidades.

El crecimiento intenso de la columna, la pelvis y las extremidades puede estar acompañado de una alteración de su estructura y de su desviación como resultado del trabajo muscular pesado, relacionado con una tensión muscular excesiva. Todo esto exige una actitud cuidadosa hacia los entrenamientos; es necesario escoger y dosificar los ejercicios de acuerdo con las particularidades de la edad.

Los ritmos del crecimiento del corazón dejan atrás el crecimiento de todo el cuerpo: la masa del corazón durante este período aumenta más de dos veces, mientras que el peso de todo el cuerpo tan solo en 1,5 veces. En este caso el aumento de la capacidad de trabajo del corazón supera las posibilidades que presentan los espacios internos aun relativamente pequeños de las arterias, y como resultado de ello durante las cargas musculares aumenta considerablemente la presión de la sangre.

En los alumnos de estas edades aumenta la cantidad y la complejidad de las vías asociativas, entre diferentes partes de la corteza siguen desarrollándose el lenguaje, la lectura y la escritura; en los procesos reflejo-condicionados aumenta el pensamiento abstracto y la capacidad de razonar.

En Cuba, esta enseñanza se rige por programas y orientaciones metodológicas, para primaria, secundaria básica, media y superior, además, se practica en áreas deportivas, recreativas y en las instituciones de formación de atletas de alto rendimiento.

El movimiento deportivo cubano posee experiencia suficiente en cuanto a la formación de deportistas de edad escolar con talento, que posteriormente, representan al país en el nivel más alto de competencias internacionales. Los atletas de voleibol juvenil que se preparan en las escuelas de formación deportiva constituyen una importante cantera de jugadores talentosos para los equipos nacionales y de primer nivel del país.

Según Estrada, L. (2011) los planes de educación, actualmente exigen la enseñanza de los elementos técnicos y de ahí la correlación de la enseñanza escolar, pero la enseñanza de los elementos técnicos no se encierra exclusivamente en las escuelas, también fuera de ellas. La secuencia de los elementos técnicos se tiene que precisar de manera que se puedan utilizar en el juego lo más pronto posible.

La enseñanza deberá ser un círculo amplificador, no es necesario que se aprenda un movimiento completamente, sino que se van realizando aquellos elementos que facilitan el progreso general de los alumnos y de acuerdo con el desenvolvimiento y experiencia en el juego; de modo que conjuntamente con la enseñanza de la técnica irá la enseñanza de la táctica y del juego.

Hay que relacionar muy estrechamente el desarrollo técnico-táctico en el juego. Tan pronto como se aprenda un elemento técnico o táctico hay que probarlo en la forma real en el juego contra un adversario en forma pasiva y después en forma activa. Claro está que la dificultad de los ejercicios, desde la enseñanza, deberá ser en forma progresiva para un mejor desarrollo en el aprendizaje.

Por último, queda la realización del juego, donde el atleta deberá realizar los movimientos y los elementos aprendidos, teniendo la oportunidad el profesor de verificar y corregir todos los elementos dados a los atletas, lo que a su vez sirve para comprobar y anotar las deficiencias en el trabajo. Las repeticiones de los ejercicios van a jugar un papel importante en la enseñanza, es mejor hacer 10 repeticiones bien hechas que 50 mal o regular.

Se debe facilitar la enseñanza con medios adecuados para eliminar posibles inhibiciones. En la enseñanza técnico-táctica hay que tener presente que los balones sean apropiados en tamaño y peso según las edades. Por ejemplo, si se enseña el voleo por arriba se deben utilizar balones flojos de aire y blandos, ya que en caso de que se ejecutara mal, el atleta no tema volver a realizarlo, además de abreviar tiempo en el aprendizaje. Esto sucederá igualmente con los demás elementos que se enseñan atendiendo a sus características para eliminar las posibles inhibiciones.

I.6 Diagnóstico de la preparación táctica defensiva

En este epígrafe se exponen los resultados del diagnóstico aplicado a la preparación teórico-práctica de la táctica defensiva de los atletas de voleibol, el cual se realizó a partir de la aplicación de los métodos empíricos, como fueron la observación de los entrenamientos, entrevista a entrenadores y encuesta a los atletas.

La realización del diagnóstico sobre el estado actual permitió identificar las insuficiencias existentes en la preparación táctica defensiva de los atletas de voleibol, además de algunos aspectos de planificación y organización dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje.

I.6.1 Análisis de la encuesta, entrevista, revisión de documentos y observación de las acciones prácticas a los juegos de estudio, control y con tareas realizadas

Análisis de la observación de los juegos

Objetivo de la observación: analizar el comportamiento de la preparación táctica defensiva en los juegos de estudio, control y con tareas, relacionados con los principios del voleibol.

El objetivo de la observación consistía en registrar la cantidad de acciones defensivas (principios defensivos) realizadas en los juegos ante los ataques del contrario que requerían de la realización de esta función defensiva. En el análisis de la observación (ver anexo 1) planilla para el registro y procesamiento de los resultados obtenidos que a continuación se muestran:

Cantidad de acciones tácticas en el **bloqueo**: realizaron 110 acciones de ellos 13 negativo para un 14,3% y 97 positivo para 88,0%; en **apoyo** se realizó 110 acciones con 58 negativos para 63,8% y 42 positivas que representa el 46,2%; en la defensa **del campo** 105 acciones de ellas 56 negativa para 51,0 % y 53,9% positiva con 49 acciones.

Para la obtención de los resultados se tuvo en cuenta los siguientes **indicadores**:

1. Para que la acción sea positiva, el jugador defensivo debe realizar el movimiento sin errores.
2. Para que la acción sea negativa, el jugador defensivo debe estar en posición erecta del cuerpo, recepciona el balón fuera del área de contacto de los antebrazos y el uso incorrecto de los brazos durante el cuerpo.

Escala evaluativa para las acciones tabuladas para el bloqueo, apoyo y defensa del campo

De 90-100 % de acciones positivas, se obtiene una evaluación de bien (B), de 70-89 % de acciones positivas, se obtiene una evaluación de regular (R) y menos del 69% de acciones positivas, se obtiene una evaluación de mal (M).

De manera general, se puede concluir que las principales insuficiencias están centradas en que los atletas presentan poco dominio de los principios tácticos defensivos, específicamente en la defensa del campo para ubicarse en la sombra del bloqueo, así como insuficiencias sobre los aspectos teórico-prácticos vinculados a las tareas tácticas defensivas.

Encuesta aplicada a los atletas

Para diagnosticar los conocimientos teóricos sobre los fundamentos tácticos defensivos de los atletas de voleibol, la encuesta podrá evidenciar cuáles son los tipos de preparaciones que conocen y reciben en el proceso de entrenamiento, como es el caso de la preparación física, técnica, táctica, teórica y psicológica; además el significado de algunos elementos de la táctica defensiva del voleibol y su simbolización.

En la pregunta número uno, de un total de seis atletas, todos obtuvieron una evaluación de mal para un 100% negativo. En el número dos, los seis que representan el 100%, obtuvieron una evaluación de regular. Para la pregunta número tres, el 100% fue evaluado de mal, solo un atleta hizo referencia a un aspecto que se trabaja en la táctica defensiva. En la pregunta número cuatro, el 100% de ellos fue evaluado de mal, ninguno supo simbolizar gráficamente acciones tácticas defensivas.

En sentido general, las preguntas uno, tres y cuatro fueron evaluadas de mal y el número dos de regular. Estos resultados indican que existen irregularidades significativas en los conocimientos teóricos de los fundamentos de la táctica defensiva en los atletas de voleibol categoría 16-18 años. (Ver anexo No.2)

Criterios para evaluar la encuesta

Para la evaluación de la encuesta se tuvo en cuenta varios indicadores:

En la pregunta 1, se evalúa de bien, si selecciona cuatro preparaciones, regular si selecciona tres preparaciones y mal si selecciona menos de tres preparaciones. Pregunta 2, bien si selecciona correctamente la preparación (táctica-teórica), regular si realiza una de ellas y mal si no selecciona ninguna de ellas. Pregunta 3, bien si menciona ocho o más elementos tácticos defensivos, regular si menciona siete a cinco elementos tácticos defensivos y mal si menciona cuatro o menos elementos tácticos defensivos. Pregunta 4, bien simboliza correctamente un elemento técnico-táctico defensivo, regular simboliza el elemento técnico-táctico defensivo, pero falta la simbología y mal si no simboliza el elemento técnico-táctico defensivo.

Análisis de la entrevista a profesores

Luego de haber analizado la entrevista realizada a los profesores para conocer el nivel de preparación que poseen en cuanto a los conocimientos de la táctica defensiva, su principal propósito, los métodos y medios que utilizan para el desarrollo de las actividades, la frecuencia con las que desarrolla la preparación táctica defensiva; se pudo comprobar que en la pregunta número uno, el 100% de ellos expresaron de forma clara y precisa la importancia de los conocimientos de la táctica defensiva dentro del proceso enseñanza-aprendizaje, por lo que fueron evaluados de bien.

En la pregunta número dos, el primero de ellos fundamentó correctamente el propósito de la táctica defensiva y fue evaluado de bien, el segundo de regular y el tercero de mal, representando cada uno un 33,33%.

En la pregunta número tres, el 100% de ellos fue evaluado de regular, porque no reflejaron con claridad los contenidos a tratar. Para la pregunta número cuatro, dos de ellos, que representan un 66,66%, no utilizaron de manera eficiente los métodos y medios para el desarrollo de la táctica defensiva de los atletas de voleibol y fueron evaluados de regular. El tercero no se refirió a los métodos y medios a utilizar y fue evaluado de mal.

En la pregunta número cinco, dos entrenadores, que representan el 66.6%, expresaron realizar la preparación táctica defensiva con más de tres frecuencias por semana por lo que fueron evaluados de bien. Uno de los entrenadores no se refiere a las veces que realiza esta preparación; su evaluación fue de mal.

De forma general, se puede plantear que los entrenadores que trabajan en esta categoría no poseen dominio pleno de los aspectos esenciales que se deben tener en cuenta sobre las acciones tácticas defensivas en los atletas de voleibol categoría 16-18 años. Las mayores inconsistencias se centran en las preguntas 2, 3 y 4, donde no todos dieron una respuesta satisfactoria. (Ver anexo No. 2)

Criterios para evaluar la entrevista

Para la evaluación de la entrevista se tuvo en cuenta varios indicadores:

En la pregunta 1, se evalúa de bien, si ofrece juicios críticos relacionados con la importancia de los fundamentos tácticos defensivos para su aplicación, regular, no refiere con claridad la importancia de los fundamentos tácticos defensivos para su aplicación práctica y mal, no conoce la importancia de los fundamentos tácticos defensivos para su aplicación práctica.

La pregunta 2, se evalúa de bien si fundamenta con claridad el propósito fundamental que persigue la táctica defensiva, regular no se refiere con claridad sobre el propósito de la táctica defensiva y de mal, no se refiere.

En el caso de la pregunta 3, será evaluado de bien, si se refiere con claridad de forma concreta los contenidos de los fundamentos tácticos defensivos de esta categoría, regular, se refiere, pero faltan algunos elementos por mencionar y de mal, no se refiere.

Para la pregunta 4, se evalúa de bien, si utiliza correctamente los métodos y medios con las actividades a realizar, regular, si los métodos y medios no son suficientes para realizar con éxito estas actividades y mal, no se corresponden los métodos y medios con la actividad defensiva a realizar.

La pregunta 5, se evalúa de bien, si realiza al menos tres frecuencias cada 15 días, regular, si realiza al menos dos frecuencias cada 15 días y mal, realiza una o ninguna frecuencia cada 15 días.

Resultado de la revisión de la documentación de los entrenadores

En el análisis de la revisión de la documentación correspondiente a la planificación del entrenamiento sobre los componentes pedagógicos, planificación de clases teóricas con la formulación de objetivos intencionados, contenidos que tiene en cuenta para la táctica defensiva, tiempo que establece para el desarrollo de la preparación táctica defensiva, empleo de métodos, utilización de medios de enseñanza y formas organizativas de acuerdo con su contenido y análisis del cumplimiento de la preparación.

Las quince clases observadas (que representan el 100%), se constató que no se tienen previstos objetivos específicos para el desarrollo de la preparación teórica de la táctica defensiva de los atletas de voleibol y que las clases teóricas no se planifican.

De las quince clases previstas como objeto de investigación, solo se desarrollaron cuatro clases teóricas para un 26,6 %, restando un 73,3 % sin desarrollarse. Las desarrolladas no disponían de una planificación adecuada, demostrado en el nivel de preparación de la táctica defensiva en los atletas de voleibol.

Los elementos didácticos a controlar presentaron dificultades en cuanto a la estructuración de las cuatro clases. Para el cumplimiento de los objetivos, solo tres clases, que representan el 55%, lo cumplen. Teniendo en cuenta la relación dialéctica entre los componentes pedagógicos del proceso de enseñanza-aprendizaje, solo dos de las clases observadas cumplen en tal sentido, representando un 50%. De manera general, la relación de los componentes pedagógicos en la documentación de los entrenadores es evaluada de regular.

El desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje de los atletas de voleibol es preferentemente práctico, por este motivo en todos los indicadores que se tuvieron en cuenta para su evaluación existen inconsistencias. (Ver anexo No. 3).

Criterios para evaluar el análisis documental

Para evaluar la documentación que poseen los entrenadores, se realizó de la forma siguiente:

Para ser evaluada de bien en el primer componente pedagógico, las clases teóricas deben planificarse con la formulación de objetivos intencionados, regular, si planifican las clases teóricas al menos con un aspecto y mal, no planifican las clases teóricas. En el segundo componente pedagógico, será evaluado de bien, si tiene en cuenta los contenidos necesarios para la táctica defensiva, regular, si presentan algunos contenidos y mal, no tiene en cuenta contenidos para la táctica defensiva.

Si en las clases establecen 30' o más para el desarrollo de la preparación táctica defensiva, es evaluado de bien, si establecen 20' a 29' para el desarrollo de la preparación táctica defensiva, se evalúa de regular y mal, establece 10' o menos para el desarrollo de la preparación táctica defensiva.

Cuando en las clases se cumple con métodos concretos en la realización de la táctica defensiva, se evalúa de bien, regular, si en las clases se utilizan algunos métodos para el cumplimiento de la realización de la táctica defensiva y evaluado de mal, no se emplea en las clases métodos para la preparación de la táctica defensiva. En las clases se emplean medios de enseñanza y formas organizativas de acuerdo con su contenido, se evalúa de bien, utilización de pocos medios de enseñanza y formas organizativas, regular y mal, no utilizan los medios de enseñanza y formas organizativas de acuerdo con su contenido.

Si en las clases se analiza el cumplimiento de la preparación táctica defensiva en su totalidad con respecto al contenido, se evalúa de bien, regular, si en el análisis de las clases falta algún aspecto de la preparación táctica defensiva y mal, no analizan en las clases el cumplimiento de la preparación táctica defensiva. Además, se corroboró con los resultados arrojados mediante los instrumentos aplicados que es de significativa importancia la intervención oportuna y urgente para la solución de la problemática que se presenta.

Conclusiones del Capítulo I

1. Mediante el análisis de la literatura en lo referente al estudio de la evolución histórica en la táctica en el voleibol, se evidenció el insuficiente tratamiento que ha tenido la preparación táctico-defensiva en los atletas categoría 16-18 años, fundamentalmente en cuanto a su carácter teórico-práctico y la necesidad de transformar la situación actual.
2. Los argumentos planteados por los autores demuestran dificultades en cuanto a los aspectos esenciales de la enseñanza-aprendizaje en el voleibol al no encontrarse una alternativa didáctica que esté dirigida a la preparación táctica defensiva en la categoría 16-18 años; limitando a los entrenadores la planificación de este elemento de vital importancia.
3. La propuesta argumenta que la táctica defensiva permite neutralizar el ataque de los adversarios mediante habilidades motrices deportivas que se dan en el voleibol como es el bloqueo, apoyo y defensa del campo durante la lucha competitiva que le posibilita a los atletas de las categorías 16-18 años emplear sus potencialidades físicas y mentales de acuerdo a las características de anatómico funcional de este grupo etario en el complejo proceso de preparación y competición.
4. En el diagnóstico aplicado a la preparación teórico-práctica de la táctica defensiva de los atletas de voleibol de a categoría 16-18 años permitió precisar las insuficiencias existentes en la preparación táctica defensiva de los atletas de voleibol, centradas en debilidades en la concepción metodológica de cómo abordar el proceso de preparación y competición en los diferentes escenarios.

Capítulo II. Propuesta de una alternativa metodológica para potenciar la preparación táctica defensiva de los atletas de voleibol

En el capítulo se fundamenta en la propuesta de la alternativa metodológica, teniendo en cuenta la relación que se establece entre todos los elementos que lo conforman.

Se declara una alternativa metodológica para el establecimiento de los ejercicios que, fundamentada en una lógica encaminada a contribuir a elevar la calidad en el proceso de formación integral del profesional para contribuir a la preparación táctica defensiva de los atletas de voleibol categoría 16-18 años.

El investigador de este trabajo considera importante la alternativa metodológica para la comprensión de los ejercicios mediante actividades para el voleibol pues es preciso asumir los ejercicios intencionado, todo lo cual le permite al profesor interactuar con las bibliografía, hacer valoraciones, socializar ideas, esgrimir criterios, asumir posiciones, tomar partido, complementar saberes, con el propósito de construir conocimientos, para obtener el logro de crecimiento comunicativo que revela el accionar transformador humano en el que se impliquen diversas alternativas y capacidades intelectuales, las cuales son parte de la meta a alcanzar.

Las relaciones aportadas para esta alternativa sustentan la elaboración de una dimensión de funcionalidad interpretativa y una dimensión construccionista significacional, como expresión de las relaciones esenciales que emergen en el interior del proceso de entrenamiento y competición, que refieren las contradicciones, el movimiento y las sucesiones por las que transita el desarrollo del objeto y se constituye en la expresión concreta de las relaciones didácticas que revelan la dinámica del tratamiento a la defensa de campo en el voleibol. Ofrece una secuencia de etapas y fases cada una de las cuales contiene acciones, procedimientos y recomendaciones, que permiten al docente orientar la dinámica de la comprensión en el logro de los objetivos, en función del desarrollo deportivo de los atletas.

La alternativa metodológica para el desarrollo de los profesores de voleibol se basa en la utilización de las acciones en los entrenamientos de voleibol. A partir de ella el profesor y equipo van incorporando los nuevos contenidos de modo no arbitrario y sustancial a las estructuras de conocimiento que ya posee relacionándolo con el conocimiento anterior.

Se asume de manera contextualizada el criterio de Valle, A. D. (2007) cuando asegura que la alternativa sirve de instrumento lógico para explicar, organizar o fundamentar la búsqueda de conocimientos y cumplen función metodológica para explicar la vía para alcanzar objetivos o fines de la actividad humana.

Para introducir la propuesta hay que explicarle al profesor en qué consiste los ejercicios para apoyar la defensa de campo, cómo se construye, cuáles son las reglas para su elaboración; esto hace necesario que después de

aplicada la prueba diagnóstica la primera sesión de trabajo se dedique a enseñarle al profesor la metodología con que se trabajará durante el desarrollo del entrenamiento, entregándole algunos materiales que el profesor posea u orientándolo a consultar la bibliografía requerida para conocer de la defensa de campo.

II.1 Fundamentación teórica

En esta investigación se han valorado diferentes criterios de metodología para el análisis epistemológico, lógico-metodológico y práctico, el cual se diseña como una necesidad de interpretar y perfeccionar el proceso de enseñanza-aprendizaje de la sombra del bloqueo para asegurar la defensa de campo.

Álvarez de Zayas (1999) plantea que: “Una metodología debe rebasar el marco del método o el procedimiento y es concebida como una ciencia o parte de ella, que estudia la dirección de un proceso sobre la base de leyes que rigen su comportamiento.”

Al respecto, el autor de esta investigación asume los criterios de Dra. N. de Armas y Dr. Valle Lima al referirse a la metodología desde el plano particular como: el conjunto de métodos, procedimientos y técnicas que responden a una o varias ciencias en relación con sus características y su objeto de estudio. En este sentido, la Metodología es elaborada en el interior de una o varias disciplinas, y permite el uso cada vez más eficaz de las técnicas y procedimientos de que se disponen, a fin de conocer más y mejor al objeto de estudio.

Según los autores, la metodología puede ser usada con diferentes propósitos como puede ser:

- Acceder al conocimiento de la educación en sus diferentes niveles de concreción como objeto de la ciencia pedagógica.
- Dirigir el proceso de apropiación por el educando de los contenidos de la educación.
- Orientar la realización de actividades de la práctica educativa.

La metodología para el perfeccionamiento debe constituir un reflejo de la naturaleza y esencia social humana. Se instrumenta a partir de métodos, procedimientos y técnicas que permiten la actualización y apropiación del contenido educativo, la socialización de este contenido en el contexto áulico y la sistematización de este contenido mediante la práctica.

La alternativa metodológica que se propone asume fundamentos filosóficos, sociológicos, psicológicos, pedagógicos y antropológicos que se deducen en un sistema de conocimientos aceptados como verdad científica según Roméu, A. (2013). Sus categorías, leyes y principios constituyen las armas teóricas en la concepción y estructuración de la propuesta para responder a las necesidades y condiciones de la enseñanza de la táctica defensiva en el voleibol.

Desde el punto de vista filosófico la alternativa metodológica que el autor de esta obra propone, asume la concepción dialéctico-materialista del conocimiento, sustentada en la filosofía marxista como base metodológica

que rige el sistema social, de forma tal que la misma permita comprender las relaciones que se establecen entre los objetivos, contenidos, métodos, medios, procedimientos y formas organizativas, así como las indicaciones metodológicas y la forma de evaluación en el proceso enseñanza-aprendizaje.

El acelerado desarrollo de la ciencia, asociado a la técnica y la tecnología de punta, ha puesto de relieve el principio dialéctico de la diferenciación y el de integración de los conocimientos científicos para abordar de una forma multilateral y más integral la complejidad del proceso de enseñanza-aprendizaje en el voleibol moderno de acuerdo con la realidad concreta de cada lugar, lo que caracteriza el desarrollo de la ciencia en la época, fenómeno que se manifiesta en el surgimiento de nuevas ciencias integradas y de la conformación de equipos multidisciplinarios.

En la propuesta se concibe el carácter transformador y desarrollador, además de los cambios que se pueden lograr en los atletas con la asimilación de los elementos tácticos defensivos para su aplicación durante el juego, pasando de un estado actual a uno deseado con logros cualitativamente superiores.

II.1.1 Fundamentos desde el punto de vista sociológico

Desde el punto de vista de la sociología como ciencia que estudia el desarrollo, la estructura y la función de la sociedad, se pone de manifiesto en la presente investigación la utilidad de la información acerca de las características de la comunidad, la familia y la sociedad en su conjunto que influyen en el comportamiento de los atletas en la práctica deportiva. A través de la sociología se ha aplicado el método de observación directa para valorar cómo la táctica defensiva está dentro del fenómeno social que se estudia.

Por otra parte, Cooney (citado por Durruthy, 2011) señala que la sociología del deporte tiene como objeto de estudio los fenómenos relacionados con la organización del deporte que pueden llegar a generar explicaciones a problemas de familia y la economía, sugerir una definición de roles entre hombres y mujeres ya que el deporte supone de una serie de comportamientos y procesos sociales que no solo expresan la estructura del mismo sino la social, por lo cual el deporte existe como actividad.

El voleibol es una actividad que se convierte en una tradición cultural de la familia, la comunidad y la sociedad de forma general. Se tuvo en cuenta una valoración de las motivaciones que tienen los atletas para poder estar horas practicando en dúos, tríos o en el grupo según sus intereses o afinidades, por lo que se considera que la sociología como ciencia tiene suficientes elementos para su estudio.

II.1.2 Fundamentos desde el punto de vista psicológico

La psicología como ciencia estudia la psiquis humana, y dentro de ella los hechos, las manifestaciones y regularidades. Las leyes que la sustentan no pueden ser ignoradas para valorar la conducta de los jugadores de voleibol categoría 16-18 años en competencias a cualquier nivel si se tienen en cuenta diferentes elementos

esenciales que se ponen de manifiesto en la relación de las personas como objeto y sujeto en su modo de actuación.

De manera que hay un elemento fundamental en el juego de parejas o de equipo y es la comunicación. No es posible analizar al sujeto como algo pasivo ni aun en aquellos momentos de la comunicación que esté recibiendo información del otro y a su vez transmitiéndola, de manera que interactúen entre sí.

De ahí que en la táctica defensiva se cumplan las funciones de la comunicación al informar a su compañero de la alternativa o alternativa a seguir en una jugada determinada. Permite valorar el efecto que actúa sobre determinada acción en un momento dado y que sirva como regulador de las acciones o de un momento afectivo.

El autor de esta obra le concede a la atención un lugar preferencial ya que es un proceso psíquico que permite realizar una orientación selectiva de la conciencia hacia un objeto que tiene determinada significación, pero considera que es mucho más amplio el campo de estudio de la psicología en los juegos, y en el voleibol se ponen de manifiesto el pensamiento lógico; las sensaciones y percepciones; las habilidades intelectuales se desarrollan al ser ejercitadas constantemente la observación y la comparación.

Otros elementos que en el voleibol juegan un papel fundamental y que tienen que ver con los procesos psicológicos de los atletas de voleibol son: la memoria, la percepción y el pensamiento. Los atletas de voleibol pueden desarrollar cualidades que les permiten tener ventajas sobre los adversarios y dentro de ellos está la memoria.

Durante el juego debe retener, fijar o grabar las jugadas que se van realizando tanto las de su compañero como las de los rivales, conservar o retener las mismas, en un momento del juego reproducirlas para tomar una decisión anticipada y correcta del objetivo que se quiere. Como se ha podido valorar, todos los componentes de la memoria se ponen de manifiesto constantemente unos tras otros en las acciones.

Estos aspectos psicológicos se fundamentan en el paradigma histórico-cultural representado por las ideas de Vigotsky y sus continuadores donde se tiene en cuenta el resultado histórico para su incorporación a la enseñanza, se enseña al atleta a resolver los problemas más frecuentes en el accionar deportivo de su vida apoyados en la cultura acumulada por la sociedad y en la previsión de lo que puede ocurrir en lo sucesivo. Este enfoque se centra en el desarrollo integral de la personalidad que lo concibe como un ser social cuyo desarrollo está determinado por la asimilación de la cultura material y espiritual creada por las nuevas generaciones precedentes. Estos conocimientos teóricos necesarios en el atleta de voleibol le permiten elevar su rendimiento deportivo al ponerlo en práctica durante los entrenamientos y las competencias.

Consideras que la enseñanza corresponde el papel rector en el desarrollo psíquico del niño, que esta es la fuente del desarrollo, al cual 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... (González, O. s/f).

El concepto de zona de desarrollo próximo creado por Vigotsky resulta de indudable valor metodológico para la enseñanza. Según Navelo....."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"...

Toda acción comprende tres componentes: orientador, ejecutor y de control. Para Galperín el componente orientador es el fundamental, lo considera como el mecanismo psicológico de formación de la acción, la instancia directora de la cual depende la calidad de la ejecución. El segundo componente es la ejecución real de la acción por el sujeto, está presente en él también el elemento de control.

Según Mahlo, F. (1974), las acciones tácticas desde el punto de vista psicológico parten esencialmente de la percepción y análisis de la situación. Se coincide con este criterio ya que por lo general el primer enfrentamiento que tiene el voleibolistas en su área de acción es con una situación táctica y por tanto debe percibirla con la mayor rapidez posible y analizarla, de no ocurrir así, no podría tomar una decisión adecuada y por consiguiente cometería errores tácticos. De ahí la importancia que tiene para la acción táctica una rápida y correcta percepción de la situación.

II.1.3 Fundamentos desde el punto de vista pedagógico

La pedagogía permite organizar el proceso de enseñanza aprendizaje y salir de lo espontáneo, estructurarlo en un sistema para facilitar la comprensión de todos los componentes que se tienen y se quieren llevar al que se educa. La educación es la influencia que ejerce la sociedad en el individuo, es un fenómeno social, históricamente condicionado y con un marcado carácter clasista. Mediante ella se transmite la experiencia para contribuir a la preparación táctica defensiva de los atletas de voleibol categoría 16-18 años.

De modo que cuando se organiza el proceso de enseñanza se trazan los objetivos a cumplir a corto, mediano y largo plazo, además de lograr con la implementación del sistema, que exista una transformación en el objeto de estudio.

La pedagogía, como ciencia que estudia la actividad del educador y el educando en correspondencia con la concepción característica del proceso pedagógico está presente en la investigación al aportar los métodos, procedimientos, formas, medios para hacer llegar todo el contenido de los elementos de la alternativa didáctica. La alternativa didáctica aplicada está acorde con sus leyes y principios al relacionar los elementos fundamentales que lo integran.

En consecuencia, la transmisión de experiencias, el aporte de los conocimientos acumulados, la imitación a partir de un modelo de actuación, se pone de manifiesto en la alternativa didáctica. Si las acciones de dicha alternativa desarrollan habilidades físicas, intelectuales, fortalecen rasgos de la personalidad; desarrollan capacidades físicas, volitivas, templan el carácter, desarrollan el pensamiento técnico-táctico para resolver situaciones que se convierten en un problema planteado, en muchos casos en un plazo de tiempo muy limitado. Se considera que se crean las condiciones para apropiarse de todos sus componentes, asimilarlos de una forma dosificada y en el futuro poder aportarlos a otras personas.

Así pues, la preparación táctica defensiva, que forma parte de la alternativa didáctica, no está ajena al proceso de enseñanza-aprendizaje que debe transformar al atleta de voleibol a medida que va adquiriendo los conocimientos de sus componentes fundamentales.

Esta alternativa didáctica fundamentada en la táctica defensiva basada en la defensa de campo despierta una gran motivación, los atletas más dotados buscan métodos, medios más estudiados para imponerse, al contrario, por lo que es imprescindible estudiarlos, valorar cuáles son los atributos que debe tener el atleta y cuáles son las características del juego para aplicarlo sin cometer errores fundamentales en su desarrollo.

II.1.4 Fundamentos desde el punto de vista metodológico

Se entiende como un proceso de apropiación, asimilación y dominio de las relaciones entre las representaciones simbólicas de ideas abstractas y generales relacionadas entre sí. Además, e asume que la propuesta metodológica incluye un sistema de ideas relacionadas entre sí, con sus respectivas deducciones metodológicas para contribuir a la preparación táctica defensiva de los atletas de voleibol categoría 16-18 años.

Según Saavedra, H. (2003), para ello, se llevaron a cabo los pasos siguientes:

- Análisis sistémico de presupuestos teóricos en función de una concepción dialéctica del proceso de integración de los conceptos para establecer las bases teóricas del mismo.
- Identificación de las características esenciales y estructura metodológica de la defensa de campo con respecto a los contenidos de la Educación Física y el voleibol y su utilización en la Educación Superior en el contexto de la asignatura básica.

Para su desarrollo, en esta etapa se utiliza el método estructural sistémico con el objetivo de concebir la propuesta metodológica y establecer sus partes, interrelaciones e interdependencias entre los componentes teóricos y metodológicos.

El proceso de elaboración de la propuesta metodológica permitió identificar dos núcleos fundamentales: uno teórico y otro metodológico. En el primero se presentan los presupuestos teóricos esenciales seleccionados, que dan sustento a la misma y favorecen su comprensión y aplicación por los profesores de voleibol.

Mientras en el segundo, se establecen un conjunto de mapas conceptualismo un proceso de apropiación, asimilación y dominio de las relaciones entre las representaciones simbólicas de ideas abstractas y generales relacionadas entre sí. Además, e asume que la propuesta metodológica incluye un sistema de ideas relacionadas entre sí, con sus respectivas deducciones metodológicas, en este caso realizada en el marco del voleibol.

Addine, F (2004) en su obra *Didáctica: Teoría y Práctica*, plantea que la didáctica es un proceso lógico de desarrollo del profesional que le permite ubicarse en las situaciones concretas de relevancia y actualidad en la asignatura, disciplina, en la sociedad, y que es usada como marco motivacional y conductor temático para la presentación, desarrollo y evaluación de los contenidos, con fines de aprendizaje.

El autor de esta obra comparte la idea de que la didáctica, es una ciencia de la instrucción y la educación que presupone contribuir a la formación del intelecto y la personalidad de los estudiantes.

El autor de esta obra asume que la alternativa metodológica es el proceso a través del cual se formulan objetivos, es el medio, la vía, el método, organización, evaluación y/o control para la obtención de los resultados propuestos.

II.1.5 Fundamentos desde el punto de vista antropológico

Al aplicarle el título “Las Espectaculares Morenas del Caribe” a aquel equipo de 1978, quizás el narrador deportivo cubano René Navarro que las bautizó, no concibió en su momento el alcance real de este apelativo que denota, más que una simple alusión a la raza predominante en nuestras voleibolistas, aplicable también a nuestros hombres, que sintetiza el extraordinario mestizaje cubano, cuyo antecedente es el “criollo”, piedra angular de nuestra nacionalidad cubana. Al respecto en el libro *Historia de Cuba*, de Torres-Cuevas y Loyola se define al criollo como “...un nuevo tipo social diferente a sus progenitores españoles, africanos e indios. Este es el resultado de la mezcla, selección y creación de los elementos humanos y culturales que convergen en la Isla (...) El concepto de criollo se aplicó a los naturales del país desde el propio siglo XVI (...) Se le llamaba peninsular al español que llegaba desde Europa y criollo al nacido aquí: bozal al africano y criollo al negro nacido en la Isla. Los criollos (palabra que significa el “pollo criado en casa”, para diferenciarlo del otro, del que viene de afuera) comienzan a constituir un pueblo nuevo que, de un origen multicultural, elabora, transculturando, es decir, mezclando, seleccionando, modificando, abandonando elementos culturales de las diversas raíces originarias y creando otros, una cultura nueva, tanto material como espiritual. Son los puntos de partida sobre los que se asentará la configuración del cubano y su cultura. (...) Unido el concepto de criollo nació el de patria.

Este último expresa la unidad de esa comunidad humana dentro de la heterogeneidad imperial hispana...”
Torres-Cuevas, Eduardo y Oscar Loyola Vega: (2001).

No hay dudas que este nombre de “Morenas del Caribe” ha trascendido las épocas y más que una simple alusión racial, identifica el sello nacional que los cubanos le han impreso al estilo propio de jugar su voleibol y a la fama

que este se desprende. En tal sentido, se requiere de la antropología aplicada para asimilar esta herencia que contribuya a resolver desde lo socio cultural diferentes problemas y contribuya a desarrollar la preparación táctica defensiva de los atletas de voleibol categoría 16-18 años.

II.2. Metodología empleada para diseñar la alternativa metodológica

Se asume el término alternativa al considerar lo planteado al respecto por Akudovich (2004) “¿Por qué alternativa? Si bien no se encontraron antecedentes con iguales propósitos en nuestro contexto, no consideramos esta propuesta como única y acabada, por el contrario, tiene el carácter de alternativa, porque es susceptible de enriquecimiento y adecuaciones”. (Akudovich, 2004; citado en Valle, 2007 p.140)

El autor citado para definirla como una alternativa, plantea que se diferencia de ella, porque se contrapone a otras posibles soluciones anteriores del problema analizado, teniendo este un carácter específico, o sea, no se presenta sistemáticamente en la práctica, por lo que no alcanza un cierto grado de generalidad en la preparación táctica defensiva de los atletas de voleibol categoría 16-18 años.

Por tales razones, en nuestro caso particular es metodológica al determinar el camino, la vía para alcanzar los objetivos de contribuir al proceso de planificación de los ejercicios introductorios, avanzados y competitivos en los profesores de voleibol, y es alternativa, además de su carácter específico, porque es susceptible a enriquecimiento y adecuaciones en dependencia de los valores que arroje el estudio de los ejercicios competitivo para otros escenarios y deportistas.

Para la conformación de la metodología es asumido el criterio de De Armas y Perdomo (2003, p. 14) cuando definieron este término en su acepción más específica como “... un conjunto de métodos, procedimientos, técnicas que regulados por determinados requerimientos que nos permiten ordenar mejor nuestro pensamiento y nuestro modo de actuación para obtener, descubrir, nuevos conocimientos en el estudio de la teoría o en la solución de problemas de la práctica”.

Además, otros autores como De Armas y Valle (2012) consideraron que una alternativa metodológica es una contiene las acciones o procedimientos que posibilitan lograr un objetivo determinado.

La alternativa metodológica presentada se sustenta en las relaciones y postulados teóricos que conforman el modelo de la dinámica competitiva desde el proceso de enseñanza-aprendizaje del voleibol, a partir de los cuales se establecieron las etapas y procedimientos que tienen como objetivo proporcionar recursos metodológicos para el desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje del voleibol mediante la competición.

Entre las diferentes vías que recoge la literatura especializada la forma más generalizada (para la obtención de una alternativa metodológica) es la que parte de un diagnóstico de la realidad o de la parte de ella que quiere ser transformada y a partir de ahí se establece la alternativa que se prueba en la práctica y se da como resultado.

El aparato instrumental de la alternativa se organizó a partir de las fases declaradas por Verjoshanski (1990) para la planificación del entrenamiento, así como sus relaciones y funcionamiento, realizando un diagnóstico de la realidad que quiere ser transformada. Además, se anticipa (pronostica) a la condición de los sujetos a los que va dirigida, considerando los indicadores determinados, el estudio de la carga del ejercicio competitivo y las direcciones que condicionan y determinan su rendimiento, atiende, además, las necesidades metodológicas de los entrenadores involucrados y promueve la superación de estos.

Por otra parte, Valle (2007) reconoce que para diseñar la alternativa se consideren los siguientes elementos: objetivo general, fundamentación, aparato conceptual que sustenta la alternativa metodológica, etapas que componen la alternativa metodológica como proceso, procedimientos que corresponden a cada etapa, representación gráfica de la alternativa, evaluación y recomendaciones para su instrumentación.

Para su elaboración definitiva se emplearon métodos y técnicas como:

- El análisis de documentos. Su aplicación tuvo como objetivo obtener información que en el orden teórico fue necesaria para sustentarla.
- El enfoque sistémico permitió la orientación general hacia el análisis del objeto como una realidad integral formada por elementos que se interrelacionan unos con otros. Permitted analizar los elementos aislados de la alternativa propuesta, como es el caso de las fases que se incluyen, así como los componentes que las conforman.
- La modelación, determinada por la lógica interna del proceso de planificación de los ejercicios y por la necesidad de establecer un reflejo mediatizado de la realidad objetiva.

II.2.1 Diseño de la alternativa metodológica

Objetivo de la alternativa metodológica

Diseñar –planificación y organización- las actividades para los profesores de voleibol, fundamentada en la actividad competitiva y las direcciones que determinan y condicionan su comprensión para la preparación táctica defensiva de los atletas categoría 16-18 años.

Fundamentos sustentadores de la alternativa metodológica

Los principales fundamentos sustentadores de la alternativa metodológica han sido abordados al quedar organizadas las actividades para los profesores de voleibol en la planificación de los ejercicios de los voleibolistas, para ello se conceptualizó cada uno de los elementos que se tuvieron en cuenta en la organización de la preparación táctica defensiva de voleibol.

La alternativa metodológica es un sistema de actividades, dirigidas al logro de los objetivos en el proceso docente educativo, previéndose las de la actividad del estudiante y del profesor, integrando los objetivos, contenidos,

métodos pedagógicos, tareas, medios didácticos, control y evaluación, así como las estrategias de aprendizaje que emplea el estudiante y las estrategias de enseñanza que utiliza el profesor. Las tareas del estudiante pueden ser condicionadas a las actividades a realizar. Para la formación de habilidades con un buen nivel de generalización, las tareas deben ser variadas, creativas, reiteradas, de corta duración y sistemáticas.

Por ende, la alternativa metodológica que se propone, no pretende ser un esquema rígido al que categóricamente haya que atenerse el maestro pues, a partir de su realidad escolar nunca igual y siempre cambiante, podrá reelaborarla o adecuarla de manera que armonice con las necesidades reales que se presentan en el ámbito escolar.

De modo que para llevar a cabo la elaboración de la estrategia didáctica se debe tener presente elementos que se muestran a continuación: diagnóstico, planeación estratégica, definición de actividades y acciones, planificación y evaluación de la preparación táctica defensiva de los atletas de voleibol categoría 16-18 años.

Por otra parte, se consideran como fundamentos aquellos elementos que definen aspectos esenciales de la alternativa y a su vez regulan el proceso de aplicación de la misma, a partir de la integración de conceptos, leyes y principios del entrenamiento deportivo, que en su mayoría han sido formulados en el pasado y que en alguna medida han perdido su carácter progresivo por no estar a la altura de las condiciones y de las tareas de la preparación de los deportistas de alto nivel, lo que exige la aparición de elementos específicos que permitan racionalizar y aumentar la eficacia del entrenamiento cuando estos deportistas han dejado de ser principiantes.

El hecho de asumir el estudio hacia las deportistas de alto nivel plantea la necesidad de aclarar las particularidades específicas de su preparación tomando en consideración el contexto real de competición.

Frente a la concepción que se asume subyacen las leyes y principios específicos que constituyen fundamento en esta alternativa metodológica, y caracterizan el proceso de formación y desarrollo de la maestría deportiva, las cuales derivan el estudio de las características particulares de la adaptación como ley básica, de cómo el entrenamiento plurianual produce una especialización morfofuncional del organismo del deportista y de las discrepancias que existen entre la condición del deportista y las cargas de entrenamiento a aplicar en función de lograr una respuesta adecuada a las exigencias de la actividad.

De igual manera, la alternativa metodológica se sustenta en criterios como:

Ninguna serie de ejercicios especiales y auxiliares podrá preparar al deportista para las condiciones que se encontrará en su actividad de competición, al menos que sea el ejercicio mismo de competición, Verjoshanski (1990).

Una influencia determinante sobre el ritmo de desarrollo de la capacidad de rendimiento deportivo es debido a la planificación de la carga de entrenamiento en base a las competiciones, García, et al (1996).

De igual manera se hace imprescindible considerar la individualidad del atleta, que descubre el potencial disponible y por desarrollar a través de las acciones conjuntas del entrenador con el deportista y entre los deportistas. En tal sentido Lanier, Torres e Isasi (1985) plantean que la individualidad del trabajo en el entrenamiento se logra con el ajuste y dosificación individual de la carga.

Forteza, A. (2000) plantea que los contenidos que se enmarcan en el concepto de preparación deportiva, no satisfacen las necesidades de organización de la carga de entrenamiento, asumiendo como alternativa las direcciones del entrenamiento de los atletas de voleibol categoría 16-18 años.

Aparato instrumental de la alternativa y su modo de proceder

Los componentes procesuales de la alternativa metodológica en la preparación táctica defensiva de los atletas categoría 16-18 años transitan por cuatro fases:

1. Diagnóstico: estudio objetivo de los aspectos de la preparación y competición del equipo o deportista (antecedentes y su situación actual).
2. Planificación y organización: determinación de la estrategia, del contenido y la forma de estructuración del proceso de entrenamiento.
3. Ejecución: realización práctica de la programación, teniendo en cuenta las condiciones y las posibilidades reales de cada deportista.
4. Control y/o evaluación: constatación del efecto del profesor de cada una de las actividades, estado o rendimiento del deportista o equipo.

La alternativa metodológica es un grupo de acciones, dirigidas al logro de los objetivos en el proceso docente educativo, previéndose las de la actividad del estudiante y el profesor, integrando los objetivos, contenidos, métodos pedagógicos, tareas, medios didácticos, control y evaluación, así como las alternativas de aprendizaje que emplea el estudiante y las alternativas de enseñanza que utiliza el profesor. Las tareas del alumno pueden ser condicionadas a las actividades a realizar. Para la formación de habilidades con un buen nivel de generalización, las tareas deben ser variadas, creativas, reiteradas, de corta duración y sistemáticas.

Por ende, la alternativa metodológica que se propone, no pretende ser un esquema rígido al que categóricamente haya de atenerse el maestro pues, a partir de su realidad escolar nunca igual y siempre cambiante, podrá reelaborarla o adecuarla de manera que armonice con las necesidades reales que se presentan en la preparación táctica defensiva de los atletas de voleibol categoría 16-18 años.

En la gráfica que aparece a continuación se muestra la alternativa metodológica fundamentada en la actividad competitiva y en las direcciones que determinan y condicionan su rendimiento. Esta ilustra sus componentes en

dos aparatos estructurales: el teórico o cognitivo y el metodológico o instrumental y el modo de proceder por las fases que la componen (Fig. 1).

- Determinar los problemas existentes en los atletas de voleibol, relacionados con los conocimientos teórico-prácticos de la táctica defensiva.
- Caracterizar la realidad que presentan los entrenadores y atletas en cuanto a los conocimientos teórico-prácticos de la táctica defensiva del voleibol.
- Valorar las posibilidades y potencialidades que brinda el programa integral de preparación del deportista para el desarrollo de la preparación táctica defensiva.
- Almacenar y procesar la información obtenida por el diagnóstico.

Para la realización de la prescripción el entrenador debe utilizar métodos empíricos de investigación que garanticen una objetividad del desarrollo real de los atletas. El diagnóstico constituye el punto de partida de las acciones didácticas, pues su ejecución permite conocer el estado actual del objeto que se investiga, para así poder distinguir aquellos elementos que constituyen amenazas, fortalezas, oportunidades e identificar las debilidades, posibilidades y establecer las acciones para potenciar la preparación táctica defensiva de los atletas de voleibol.

Es importante tener en cuenta que el diagnóstico se realice al inicio de la preparación, para determinar los problemas y planificar acciones que en alguna medida darán solución.

Para la realización del diagnóstico se debe tener en cuenta varios aspectos tales como:

- Identificar los métodos y forma de enseñanza que emplean los entrenadores durante el proceso de enseñanza-aprendizaje en la táctica defensiva.
- Conocer el estado de conocimientos teórico-prácticos que presentan los atletas en la táctica defensiva.
- Determinar los factores que obstaculizan los conocimientos teórico-prácticos del atleta de voleibol en la táctica defensiva.

En el diagnóstico se debe lograr una adecuada comunicación para comprender realmente el problema, lo cual permitirá asegurar una correcta planificación, organización y realización de las actividades planificadas.

Esta etapa se distingue por las siguientes acciones:

- Determinar los problemas existentes en los atletas de voleibol, relacionados con los conocimientos teórico-prácticos de la táctica defensiva.

- Caracterizar la realidad que presentan los entrenadores y atletas en cuanto a los conocimientos teóricos-prácticos de la táctica defensiva del voleibol.
- Valorar las posibilidades y potencialidades que brinda el programa integral de preparación del deportista para el desarrollo de la preparación táctica defensiva.
- Almacenar y procesar la información obtenida por el diagnóstico.

En esta etapa para recopilar información se aplican métodos y técnicas de investigación como la observación, encuesta y entrevista.

De ahí que es necesario imprimirle un carácter personalógico al proceso de enseñanza-aprendizaje para obtener de los atletas sus potencialidades creadoras y que prevalezca el vínculo entre lo afectivo y lo cognitivo. En el caso concreto que ocupa la enseñanza del voleibol, los atletas deben tener bien claras y concientizadas las reglas del mismo, el contenido, una percepción completa del juego y de los roles a desempeñar para que sus procesos cognoscitivos alcancen la notabilidad necesaria en la interpretación de la actividad a realizar, facilitando el desarrollo del pensamiento, y con ello, un recurso para la solución de frecuentes confrontaciones con el adversario.

Diseño y ejecución de la alternativa metodológica para potenciar la preparación táctica defensiva de los atletas de voleibol categoría 16-18 años

Esta fase está centrada fundamentalmente en el entrenador. Este debe tener en cuenta particularidades psicológicas, gustos, intereses y motivaciones de los atletas para lograr el éxito, además deben tenerse en cuenta las siguientes acciones:

1. Determinar las etapas del entrenamiento deportivo.
2. Enunciar correctamente los objetivos que se proponen según el tipo de clase.
3. Determinar los fundamentos de la táctica defensiva que se desean desarrollar en la esfera cognoscitiva de los atletas.
4. Definir los contenidos, ajustándose a la categoría.
5. Emplear métodos activos en correspondencia con el contenido a desarrollar durante las clases teóricas y prácticas.
6. Escoger los medios organizativos adecuados para impartir las clases teóricas y prácticas.
7. Planificar la frecuencia y tiempo para el desarrollo de cada clase según su tipo.

8. Enfocar preguntas con carácter polémico para establecer un diálogo entre el entrenador y el atleta, propiciando el debate, intercambio, reflexión y la argumentación, ya sea oral o escrita, además de gráficos y la realización práctica durante la unidad de entrenamiento.

Las acciones antes mencionadas, se relacionan con los principios pedagógicos según Addine, F (2004) para la dirección del proceso didáctico, las cuales se utilizan en la realización de la estrategia didáctica de la preparación táctica defensiva de los atletas de voleibol.

Por su nivel de generalización los principios conducen a la elaboración de normas concretas, que le permiten al profesor la aplicación de las mismas de forma específica y particular.

ALTERNATIVAS METODOLÓGICAS PARA LOS PROFESORES DE VOLIBOL
<p>Determinar los problemas existentes en los atletas de Voleibol, relacionados con los conocimientos teórico-prácticos de la táctica defensiva. Caracterizar la realidad que presentan los entrenadores y atletas en cuanto a los conocimientos teórico-prácticos de la táctica defensiva del Voleibol. Valorar las posibilidades y potencialidades que brinda el programa integral de preparación del deportista para el desarrollo de la preparación táctica defensiva. Almacenar y procesar la información obtenida por el diagnóstico.</p>
<p>Objetivos generales (enmarcados en la proyección dirigida para el curso). Objetivos parciales (dirigidos a las estructuras intermedias como: etapas, mesociclo y microciclo). Objetivos específicos (están dirigidos a la unidad de entrenamiento, las clases).</p>
IV. Control y/o evaluación
<p>Para evaluar los contenidos en las clases el entrenador puede emplear diferentes tipos de controles:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Control sistemático: es un producto de la constante interacción entrenador (mediador) y el jugador que permite conocer en qué medida se van asimilando los conocimientos teóricos de los fundamentos tácticos defensivos del atleta. 2. Control práctico: precisa condiciones de juego. 3. Teórico-práctico: permite evaluar la asimilación de los contenidos según la lógica del aprendizaje desarrollador.

Para el diseño y ejecución de la alternativa metodológica se ponen en práctica los siguientes principios pedagógicos:

1. Principio de la unidad del carácter científico e ideológico del proceso pedagógico.

Para dar cumplimiento a este principio, se promueve la reflexión, debate y polémica, sobre las dificultades existentes para solucionar los problemas en la realización de las acciones defensivas, mediante la utilización de los medios audiovisuales y su repercusión en los posibles resultados. Además, se tiene en cuenta las posibilidades de cada atleta para evitar exigir por debajo o por encima de su capacidad de trabajo.

2. Principio de la vinculación de la educación con la vida, el medio social y el trabajo.

Existe unidad entre lo temático-técnico (objetivo, contenido, método, medio, evaluación) y lo dinámico (relaciones profesor-alumno, alumno-alumno) y (alumno-profesor). Se seleccionan contenidos transferibles a situaciones de la vida cotidiana, favoreciendo el aprendizaje colectivo y la interacción grupal.

Las acciones están planificadas para desarrollar habilidades en el alumno donde se trabaje en grupo, interactuando cooperativa y solidariamente; permitiendo que los estudiantes expongan sus vivencias y ejemplos de su vida diaria, en correspondencia con los contenidos.

3. Principio de la unidad de lo instructivo y lo desarrollador.

En este principio, se seleccionan métodos que por su grado de activación hacen pensar al alumno, desarrollar hábitos, habilidades y capacidades de forma tal que, se formen sus convicciones, con un pensamiento flexible e independiente que le permita transformarse a sí mismo y ser protagonista de la actividad que realiza, teniendo en cuenta sus necesidades e intereses.

4. Principio de la unidad de lo afectivo y lo cognitivo.

Para la aplicación de este principio, se conocen los problemas, necesidades e intereses individuales de los alumnos, lo que permitirá guiarlos y enseñarlos a elegir la mejor alternativa a realizar.

En la estrategia didáctica se evalúa el desarrollo individual y grupal de cada actividad, lo que permite realizar los ajustes necesarios al sistema de actividades del proceso pedagógico, favoreciendo el desarrollo máximo de los atletas.

5. Principio del carácter colectivo e individual.

Para ver la práctica de este principio con la estrategia didáctica, se realizó un diagnóstico al grupo defensivo del equipo y se relacionó con las caracterizaciones individuales, el valor social del grupo y de sus posibilidades reales de actuar unidos en el logro de diferentes objetivos.

Mediante este principio se establecen las relaciones profesor-alumno y alumno-alumno, (alumno-profesor) tomando en consideración que ambos, enseñan y aprenden. Comprometiendo al grupo en cualquier estrategia pedagógica de forma integrada dirigida a resolver problemas individuales y colectivos, posibilitando el avance de los atletas de alto, mediano y bajo rendimiento deportivo.

6. Principio de la unidad entre la actividad, la comunicación y la personalidad.

Este principio se pone de manifiesto en la realización de las actividades en el proceso didáctico diariamente, facilitando una comunicación clara, precisa, con conocimiento previo de los medios que se disponen y los indicadores para ser evaluados, respetarse a sí mismo, a los demás y tener en cuenta no sólo el lenguaje verbal, sino también el extra verbal; combinando armónicamente la exigencia, sinceridad, cortesía, buen trato y control emocional.

II.2.2 Estructura de la alternativa metodológica

La alternativa didáctica está sustentada en las dimensiones estructurales y funcionales, desplegadas en una secuencia de acciones didácticas que, al articularse de modo lógico, coherente y flexible, condicionan mutuamente su desarrollo, revelando la organización del trabajo teórico-práctico de la preparación táctica defensiva de los atletas categoría 16-18 años.

El entrenador debe considerar en su proceso de entrenamiento o también enseñanza-aprendizaje, varios factores: la escuela, la familia, particularidades de los atletas, condiciones del área donde entrena y ambiente psicológico.

En relación con lo anteriormente planteado, en la política educacional cubana se plasman las pretensiones del modelo de hombre que se desea y se requiere formar en las condiciones actuales de las nuevas generaciones. Para que los atletas sean capaces de actuar de acuerdo con los valores que sustenta la sociedad en que vive, es necesario organizar el proceso de enseñanza-aprendizaje de manera tal que ellos participen conscientemente en la actividad como sujetos de aprendizaje, formación y desarrollo. Es fundamental en este proceso la integración social de la familia y la comunidad cercana. Todo esto se logra bajo la orientación del entrenador, que es el encargado de llevar el proceso de enseñanza-aprendizaje con éxito.

Hay que significar que los entrenadores que trabajan con este deporte deben prever el estudio de la teoría y metodología para la enseñanza, la asimilación de la táctica defensiva, así como la adquisición de hábitos y habilidades para llevar a cabo un adecuado proceso de enseñanza-aprendizaje en sus atletas y que estos logren habilidades necesarias para solucionar los diferentes problemas defensivos.

Desde el punto de vista metodológico es cierto que no deben separarse en lo posible los aspectos técnicos de los tácticos, sin embargo, para el mejor estudio de ellos se hace necesario distinguirlos.

Para la realización de la prescripción el entrenador debe utilizar métodos empíricos de investigación que garanticen una objetividad del desarrollo real de los atletas. El diagnóstico constituye el punto de partida de las acciones didácticas, pues su ejecución permite conocer el estado actual del objeto que se investiga, para así poder distinguir aquellos elementos que constituyen amenazas, fortalezas, oportunidades e identificar las debilidades, posibilidades y establecer las acciones para potenciar la preparación táctica defensiva de los atletas de voleibol.

Es importante tener en cuenta que el diagnóstico se realice al inicio de la preparación, para determinar los problemas y planificar acciones que en alguna medida darán solución.

De ahí que es necesario imprimirle un carácter personalógico al proceso de enseñanza-aprendizaje para obtener de los atletas sus potencialidades creadoras y que prevalezca el vínculo entre lo afectivo y lo cognitivo. En el caso concreto que ocupa la enseñanza del voleibol, los atletas deben tener bien claras y concientizadas las reglas del

mismo, el contenido, una percepción completa del juego y de los roles a desempeñar para que sus procesos cognoscitivos alcancen la notabilidad necesaria en la interpretación de la actividad a realizar, facilitando el desarrollo del pensamiento, y con ello, un recurso para la solución de frecuentes confrontaciones con el adversario.

El desarrollo táctico del voleibol está muy relacionado con las características técnicas de cada jugador se mencionan algunos conceptos básicos para mejorar la técnica que se aprovechará en nuestro desempeño como jugadores de piso o de arena. Recuerde que una correcta técnica evita el desgaste de nuestro organismo.

1ra. Fase diagnóstica del problema:

Objetivo: diagnosticar el nivel de desarrollo de cada uno de los indicadores para la planificación de las actividades de los profesores de voleibol, que permitan prever la programación y la organización del entrenamiento en la preparación táctica defensiva de los atletas categoría 16-18 años.

- a) Estudio previo del proceso de entrenamiento anterior
- b) Se determinan las fortalezas y debilidades de los profesores en general y de cada deportista en particular, así como conocer las características que primaran en el equipo para el resto de los elementos del juego.
- c) El nivel de cumplimiento de los objetivos intermedios y finales.
- d) El nivel de entrenamiento realizado según indicadores del volumen.
- e) Estado del deportista.
- f) El nivel técnico, físico, táctico, teórico y psicológico.
- g) Nivel de cumplimiento de las metas colectivas e individuales en los entrenamientos y clases y la competencia anterior.
- h) Se debe tener en cuenta las valoraciones que realizan los profesores deportivos y los propios deportistas acerca de la marcha del proceso previo que se analiza.
- i) La utilización de diferentes métodos y técnicas de investigación propician la obtención de los datos necesarios para el estudio previo, como la revisión crítica de la estrategia de planeación anterior, la encuesta a los recursos humanos implicados en el proceso, la utilización de la estadística, las guías del control de rendimientos.

2da Fase. Diseño y ejecución

Objetivo: determinar la estrategia, el contenido y la forma de estructuración del proceso de entrenamiento.

- a) Racionalización de las estructuras intermedias.

Se recomienda considerar el modelo teórico metodológico para la individualización en la planificación, Navelo, R. (2004).

Se hace necesario prever las acciones en un orden lógico o secuenciación, y con una adecuada temporalización.

b) Selección del tipo de plan

Al final de cada mesociclo el deportista se encuentra en condiciones de alcanzar elevados registros por lo que se introduce competiciones.

c) Selección del tipo de contenido

Se hace necesario relacionar las distintas direcciones del entrenamiento a las características específicas de la acción de defender y bloquear, una alternativa para ello y ya lograda en la tesis.

3ra Fase. Objetivos propuestos

Objetivo: establecer la sistematización y el orden lógicos para darles cumplimientos a los diferentes objetivos.

Generales (enmarcados en la proyección dirigida para el curso).

Parciales (dirigidos a las estructuras intermedias como: etapas, mesociclo y microciclo).

Específicos (están dirigidos a la unidad de entrenamiento, las clases).

La planificación de la duración de la actividad se logrará directamente en la unidad de entrenamiento donde se establecerán los tiempos de trabajo y descanso por ejercicios y series de ellos atendiendo a los objetivos que se quieren lograr en dicha unidad y en estrecha relación con el contenido, los medios y métodos a emplear.

- Ejecución en series con pautas activas entre ellas.
- Variar los ejercicios en la ejecución repetida de estas series.
- Proporcionar pautas óptimas de reposo para la recuperación entre sesiones.
- Mantener las cargas de cuatro a seis semanas.
- Producir combinaciones de los medios de entrenamiento (técnico-táctico y de desarrollo de la fuerza explosiva).

Otras interconexiones que se deben establecer con cargas de diferente orientación funcional son las que integren el trabajo de la resistencia, la rapidez y los elementos técnico-tácticos, los cuales proporcionan un efecto positivo para cumplir con las exigencias de la actividad.

4ta Fase. Control y/o evaluación

Objetivo: determinar los requisitos de implementación de la alternativa diseñada, considerando como imprescindible la flexibilidad de la misma, la ejecución, el control y la evaluación del proceso.

Se prevé controlar los aciertos y desaciertos en la planificación, para así diseñar acciones de mejoramiento. Se deben aplicar estrategias concretas para propiciar las mejoras que se esperan, entre estas se consideran las siguientes:

- Definir los problemas y trazar vías de solución.
- Intensificar las revisiones periódicas.
- Incorporar acciones de retroalimentación.
- Validar experiencias sobre la base de determinar el impacto o efectos de cambio.

- Calificar el proceso teniendo en cuenta los indicadores determinados.

La planificación debe valorarse atendiendo a tres macro indicadores fundamentales que son la efectividad, la eficacia y la adaptabilidad.

La efectividad da una medida de la correspondencia entre lo previsto y lo logrado, la eficacia son los medios que se están empleando para dar respuesta a los resultados esperados y la adaptabilidad es la que recoge todo lo que se haya realizado como experiencia innovadora orientada hacia el cambio.

Se considera en la evaluación los siguientes niveles, García, et al (1996):

- Control del modelo de competición.
- Control de la evolución de la capacidad de rendimiento.
- Evaluación final del proceso de intervención.

Por otra parte, se evalúa el comportamiento de la carga del ejercicio competitivo considerando los indicadores propuestos.

Diagnóstico del problema:

Para la realización de la prescripción el entrenador debe utilizar métodos empíricos de investigación que garanticen una objetividad del desarrollo real de los atletas. El diagnóstico constituye el punto de partida de las acciones didácticas, pues su ejecución permite conocer el estado actual del objeto que se investiga, para así poder distinguir aquellos elementos que constituyen amenazas, fortalezas, oportunidades e identificar las debilidades, posibilidades y establecer las acciones para potenciar la preparación táctica defensiva de los atletas de voleibol.

Es importante tener en cuenta que el diagnóstico se realice al inicio de la preparación, para determinar los problemas y planificar acciones que en alguna medida darán solución.

Para la realización del diagnóstico se debe tener en cuenta varios aspectos tales como:

- Identificar los métodos y forma de enseñanza que emplean los entrenadores durante el proceso de enseñanza-aprendizaje en la táctica defensiva.
- Conocer el estado de conocimientos teórico-prácticos que presentan los atletas en la táctica defensiva.
- Determinar los factores que obstaculizan los conocimientos teórico-prácticos del atleta de voleibol en la táctica defensiva.

En el diagnóstico se debe lograr una adecuada comunicación para comprender realmente el problema, lo cual permitirá asegurar una correcta planificación, organización y realización de las actividades planificadas.

Esta etapa se distingue por las siguientes acciones:

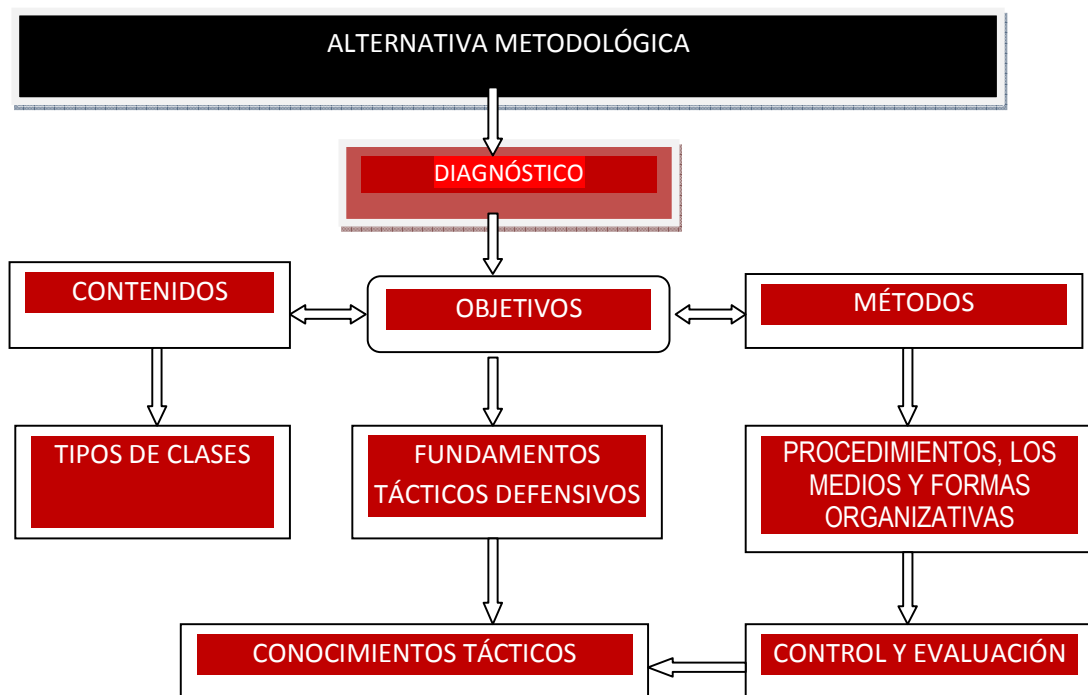
- Determinar los problemas existentes en los atletas de voleibol, relacionados con los conocimientos teórico-prácticos de la táctica defensiva.
- Caracterizar la realidad que presentan los entrenadores y atletas en cuanto a los conocimientos teórico-prácticos de la táctica defensiva del voleibol.
- Valorar las posibilidades y potencialidades que brinda el programa integral de preparación del deportista para el desarrollo de la preparación táctica defensiva.
- Almacenar y procesar la información obtenida por el diagnóstico.

En esta etapa para recopilar información se aplican métodos y técnicas de investigación como la observación, encuesta y entrevista.

De ahí que es necesario imprimirle un carácter personalógico al proceso de enseñanza-aprendizaje para obtener de los atletas sus potencialidades creadoras y que prevalezca el vínculo entre lo afectivo y lo cognitivo.

En el caso concreto que ocupa la enseñanza del voleibol, los atletas deben tener bien claras y concientizadas las reglas del mismo, el contenido, una percepción completa del juego y de los roles a desempeñar para que sus procesos cognoscitivos alcancen la notabilidad necesaria en la interpretación de la actividad a realizar, facilitando el desarrollo del pensamiento, y con ello, un recurso para la solución de frecuentes confrontaciones con el adversario.

Fig. 2 Estructura de la alternativa metodológica



Conjunto de ejercicios que conforman la propuesta metodológica

Actividad No. 1 Ejercicio introductorio simple

Objetivo: desarrollar las habilidades básicas que permitan desplazarse y lograr una buena colocación ante una situación de juego determinada de la defensa de campo a través de ejercicios para su formación futura como atleta.

Descripción: se realizarán ejercicios sin desplazamientos.

Forma de docencia: práctica.

Métodos: repeticiones, explicativo, variable y juego.

Forma organizativa: parejas.

Procedimiento: disperso.

Medios: balones, marcadores, silbato y net.

Actividad No. 2 Ejercicio introductorio con caídas en condiciones estándares

Entrenamiento de los desplazamientos y la colocación.

Objetivo: desarrollar las habilidades básicas que permitan desplazarse y lograr una buena colocación ante una situación de juego determinada de la defensa de campo a través de ejercicios para su formación futura como atleta.

Descripción: se realizarán ejercicios de desplazamientos laterales, de frente, con cambios de dirección y ritmo.

Forma de docencia: práctica.

Métodos: repeticiones, explicativo, variable y juego.

Forma organizativa: hileras.

Procedimiento: onda.

Medios: balones, marcadores, silbato y net.

Actividad No. 3 Ejercicios simples para la defensa del campo

Objetivo: realizar la defensa de campo con balones lanzados a 3 metros, sin conocimiento previo.

Descripción: los jugadores en hileras realizan la defensa de balones lanzados a la distancia de 3 metros sin el conocimiento hacia qué dirección (en orden que el entrenador determine con cada variante (atrás, al frente, izquierda o derecha, por alto). El alumno debe estar observando las manos del profesor.

Forma de docencia: práctica.

Métodos: repeticiones, explicativo, variable y juego.

Forma organizativa: hileras.

Procedimiento: onda.

Medios: balones, marcadores, silbato y net.

Actividad No. 4 Ejercicios modelados para la defensa del campo individual

Objetivo: realizar la defensa de campo con balones atacados por la zona 2-4, en diferentes direcciones.

Descripción: en una hilera en la posición 5, realizan defensa de balones atacados desde la posición 2-4 en diferentes direcciones, de maneras independientes y conocidas de antemano por el jugador. (En orden que el entrenador determine con cada variante (atrás, al frente, izquierda o derecha, por alto).

Forma de docencia: práctica.

Métodos: repeticiones, explicativo, variable y juego.

Forma organizativa: hileras.

Procedimiento: onda.

Medios: balones, marcadores, silbato y net.

Actividad No. 5 Ejercicios modelados para la defensa del campo

Objetivo: realizar defensa del campo con balones atacados desde la posición 3 con conocimiento previo.

Descripción: los jugadores en hileras realizan la defensa de balones atacados desde la posición 3 con conocimiento previo de manera independientes y con conocimiento previo (en orden que el entrenador determine con cada variante (atrás, al frente, izquierda o derecha, por alto). El alumno debe estar observando las manos del profesor.

Forma de docencia: práctica.

Métodos: repeticiones, explicativo, variable y juego.

Forma organizativa: hileras.

Procedimiento: ondas

Medios: balones, marcadores, silbato y net.

Principales contenidos tácticos:

En el voleibol, los jugadores son indistintamente atacantes y defensores. La preparación tanto individual como colectiva, ofensiva y defensiva debe ser guiada por un idéntico empeño e inteligencia.

De manera que los patrones tácticos defensivos, de forma general, con un buen entrenamiento, no son realmente difíciles de dominar por la casi totalidad de los jugadores. Un equipo, en el que sus integrantes dominen y sean capaces de emplearlos en las diversas situaciones tácticas que se presenten, puede afrontar con fiadamente la competencia y neutralizar los ataques contrarios. En tal sentido se proponen algunos ejercicios tácticos defensivos de la defensa de campo para el mejoramiento de este aspecto como contenido, los cuales se representarán de forma práctica.

Acciones para el trabajo de la defensa de campo:

Por sus características, la táctica defensiva es la base angular donde se asienta todo el arsenal defensivo ulterior del equipo, ya que proporciona a cada jugador las armas indispensables para enfrentar cualquier ataque y coordinar las acciones defensivas con el resto de sus compañeros de equipo.

Es la principal vía y secuencia de actividades que toman el maestro y el alumno dirigidos a lograr los objetivos fijados en la enseñanza, para impartir y asimilar el contenido.

El método de enseñanza es decisivo para la dirección de la actividad cognoscitiva de los fundamentos tácticos, en ellos hay que reflexionar en cuanto a la relación entre el entrenador como guía del proceso y la asimilación activa, consciente, autónoma y creadora de los atletas de voleibol.

Hay que destacar que cada método de enseñanza se debe relacionar y aplicar considerando la relación entre ellos. No existe un método de enseñanza universal, muchas son las posibilidades para combinarlos. Esto depende esencialmente de las particularidades de los atletas de voleibol, teniendo en cuenta, objetivo, contenido, y el trabajo creador del entrenador.

Por consiguiente, los objetivos que se persiguen responden para su desarrollo a los siguientes métodos, medios de enseñanza y formas organizativas según Matvéev, L (1983).

1. Métodos orales: Se centran en la palabra como fuente esencial de adquisición del conocimiento. Comprende la exposición, la conversación, la narración, entre otras.
2. Método sensorial: Se refiere a las fuentes visuales, los más importantes son las ilustraciones, las demostraciones y videos.
3. Métodos prácticos: Se fundamenta en el uso de ejercicios escritos, gráficos y en el terreno.

Medios de enseñanza:

Por otra parte, los medios de enseñanza son indispensables para la elevación de la calidad de la clase del entrenador. Constituyen distintas imágenes y representaciones de objetos que se confeccionan específicamente para la unidad de entrenamiento, estos pueden ser preparados por el propio profesor, los cuales contienen información y se utilizan como fuente de conocimiento. Los medios de enseñanza tienen que estar relacionados con los contenidos y métodos a utilizar en clases.

Para la preparación táctica defensiva desde el punto de vista teórico se pueden utilizar varios medios de enseñanza tales como:

1. Tablilla para representar las acciones y los sistemas de juego.
2. Láminas impresas o creadas por el mismo entrenador: estas se utilizan para considerar los fundamentos

tácticos defensivos.

3. Proyecciones de video para analizar el material visualizado, detectando errores, vías de solución, lo cual desarrolle habilidades de observación para el estímulo hacia el análisis y reflexión.

Formas organizativas:

La forma es el componente del proceso, que expresa la configuración externa del mismo como consecuencia de la relación entre el proceso como totalidad y su ubicación espacio-temporal durante su ejecución, a partir de los recursos humanos y materiales que se posea; la forma es la estructura externa, que se adquiere como resultado de su organización para alcanzar el objetivo.

La preparación teórica y práctica de la táctica es una de las vías más importantes para la vigencia del deporte como medio del progreso integral de la personalidad. Para el desarrollo de las clases se debe tener en cuenta los grupos: que es donde se reúnen un grupo de la misma categoría, que poseen los mismos niveles de información y desarrollo, y reciben los mismos contenidos, donde deben participar activamente en el proceso de enseñanza-aprendizaje, cumpliendo con el principio fundamental de interacción entrenador-atleta. En este grupo es necesario tener en cuenta las diferencias individuales de acuerdo a las particularidades de ellos.

El autor de la obra considera conveniente tres formas organizativas de docencia: conferencia, taller y clase práctica. De mane que el empleo de cualquiera de estas formas organizativas de docencia en el desarrollo de las clases el entrenador debe tener en cuenta los siguientes aspectos:

1. Definir el objetivo que persigue.
2. Conocer los fundamentos tácticos defensivos a desarrollar en la clase.
3. Seleccionar métodos y medios que tengan relación con el objetivo y el contenido.
4. Planificar y organizar la clase a impartir.
5. Poseer una vasta auto preparación que posibilite la comunicación y comprensión hacia los atletas.
6. Prever evaluaciones que permitan conocer el nivel de asimilación del contenido recibido por los atletas.

Según Sainz, N. (2003) **reconoce dos formas de clases teóricas:**

- **De información**, encargada de brindar conocimientos,
- **De discusión grupal**, posibilita escuchar opiniones y favorece el diálogo.

La clase práctica es aquella que posibilita la realización práctica de los ejercicios por los atletas y su posibilidad de crear otros que sean para obtener buenos resultados. Es el tipo de clase que tiene como objetivos

fundamentales que los atletas ejecuten, amplíen, profundicen. Permite el aprendizaje y consolidación de conocimientos, habilidades y hábitos; además, propicia en los atletas un nivel óptimo de interrelación entre los conocimientos teóricos adquiridos y su aplicación práctica en lo concerniente a la táctica defensiva.

La **clase teórica de información** es importante y necesaria ya que el entrenador podrá en ella transmitir los contenidos que considere más adecuados, atendiendo al tipo de preparación que se esté llevando a cabo en ese momento, con la ayuda de medios auxiliares como son el video, las láminas de secuencia de movimiento, empleo de la tecnología de la informática y las comunicaciones (TIC), etc.

La **clase de discusión grupal** no puede ser relegada a un segundo plano. Ella constituye el complemento adecuado para muchas clases teóricas de información y también pueden utilizarse solas al abordar una temática de interés de todos. Las mismas son imprescindibles dentro de la preparación del deportista y deben encontrarse dentro de los medios con que cuenta el entrenador para desarrollar el principio de concientización del entrenamiento.

Las clases permiten a los atletas aprender a defender criterios, expresarse correctamente, reconocer su desinformación, ser más críticos y autocríticos. Favorecen un amplio procesamiento mental de aspectos teórico-prácticos vinculados a las tareas diarias. Contribuyen a aprender, escuchar opiniones muy diferentes a las propias y a saber defender los criterios. Permiten una mejor autovaloración de sus estados y adquisiciones.

Durante la realización de las **discusiones grupales** con el equipo, el entrenador deberá:

- Actuar como facilitador, estimulando al equipo para que exprese sus ideas.
- Fomentar el debate y no "frenar" o criticar la opinión equivocada.

Descripción de las acciones por etapas de preparación (ver anexos 6):

Es necesario destacar que independientemente de los resultados del diagnóstico y la presentación de las insuficiencias de dos de los aspectos defensivos tales como la defensa de campo y el bloqueo, se trabajará con la primera porque de ella depende que se realice la segunda, y fue donde más dificultades se mostraron.

Ejemplo de clase práctica

Etapla general: su objetivo está dirigido a crear óptimas condiciones para asegurar un desarrollo adecuado de la defensa de campo, haciendo énfasis en los desplazamientos y en la colocación.

Táctica defensiva de la defensa de campo: su objetivo es defender los balones que fueron atacados por el equipo contrario.

Actividad No. 1 Ejercicios introductorios para la enseñanza

Tipo de clase: de información

Deporte: Voleibol

Categoría: 16-18 años

Sexo: masculino

Forma de docencia: prácticas

Método a emplear: explicativos-demostrativo y repeticiones

Medios: net, tablilla, láminas y balones

Tiempo de duración: 120´

Tema: fundamentos tácticos defensivos

Temática: táctica defensiva de la defensa de campo.

Objetivo:

Técnico: defender balones desde las zonas través de la defensa de campo mediante desplazamientos y colocación detrás del bloqueo.

Físico: desarrollar la resistencia de media duración, a través de carrera continua.

Formativo: contribuir a la laboriosidad con énfasis de los modos de actuaciones de los alumnos.

Partes	Actividades	Dosis.		Métodos	Procedimiento. Organizativo.	Indicaciones Metodológicas
		T	R			
Inicial	Organización del terreno. Formación, saludo y presentación del entrenamiento. Orientación de los objetivos. Calentamientos Toma pulso nº 1 Acondicionamientos físicos general Ejercicios físicos general. Toma de pulso nº 2 Calentamiento especial. Juego	15	8-10 12-15	Expositivo Repeticion Repeticion Variadas Juego	Frontal Dispersos grupo	

Principal 95'	<u>PFE</u> Rapidez especial 9-3-6-3-9 <u>HABILIDAD</u> Bloqueo Individual Defensas con el 6 atrás. Defensa de campo con el 6 adelante. Defensa de campo con el 6 en el medio. Juego estudio <u>PFG</u> Resistencia: carrera continúa durante 6 min.	10 seg	30 seg. 15/20 18/20 18/20 18/20	Repeticiones variadas Repetición Estándar Repeticiones variadas Juegos Continuo	Ondas Individual Grupos Equipo	Realizar el ejercicio al máximo de rapidez tocando las líneas. Realizar bloqueo por las zonas 4 con énfasis en el trabajo de las manos. Realizar bloqueo sobre el ataque de la zona 2 para que la defensa de campo se realice y se concrete correctamente el K-II. Aplicar los estudiados en clase.
Final 10'	Recuperación Recogidas de los materiales. Análisis de la clase. Orientación del estudio y trabajo independiente. Despedida de la clase y lema.	10'		Elaboración conjunta	Frontal dispersos	

Parte introductoria: 15'

En esta parte de la clase el entrenador prestará especial atención a los siguientes aspectos:

- Organización del terreno y medios de enseñanza para el desarrollo de la clase.
- Hará un recordatorio de la clase anterior.
- Comprobará los conocimientos de los atletas a través de preguntas.
- Orientará el tema y sumario de la clase.
- Comentar el objetivo de la clase.
- Control del grupo.

Desarrollo: 35'

El entrenador desarrolla la clase a través de una explicación general relacionada con la táctica defensiva de la defensa de campo, siguiendo como secuencia lógica:

- Explicar la organización de la táctica defensiva de la defensa de campo.

- Graficar y demostrar los elementos que conciernen a la táctica defensiva de la defensa de campo mediante desplazamientos y colocación de los atletas.

Se realizará a los atletas la siguiente pregunta:

¿Qué tipos de defensa de campos se emplean en las clases?

Posible respuesta:

Los tipos de defensa de campos que se emplean en las clases o entrenamientos son:

- a. Defensa de campo con el 6 adelante.
- b. Defensa de campo con el 6 en el medio.
- c. Defensa de campo con el 6 atrás.

Seguidamente el entrenador dará a conocer los elementos que conforman la táctica del principio defensivo para brindar mayor información a los atletas, tales como las posturas defensivas y desplazamientos defensivos. Además, puede ilustrar figuras para que los jugadores sean los que definan y expliquen los elementos anteriores. El entrenador pondrá ejemplos donde demuestre algunos de estos elementos técnicos. Después de dar a conocer los ejemplos, realizará las correcciones pertinentes que pueden propiciar el intercambio entre los jugadores para relacionar la asimilación de los contenidos con la realización práctica. Dará a conocer a los atletas las diferentes formas de desplazamientos defensivos que deben utilizar en los juegos.

Tipos de desplazamientos: al frente, atrás, lateral, por pasos, por saltos y diagonal.

Conclusión: 10'

Posteriormente, el entrenador hará un análisis de la clase y comprobará los conocimientos en los atletas teniendo en cuenta las preguntas previstas; comentará las principales dificultades, orientará la actividad independiente y la próxima actividad a desarrollar en la clase siguiente.

Para la próxima clase cada atleta deberá traer ejemplos de situaciones donde se empleen los diferentes tipos de desplazamientos y la efectividad de ellos.

Despedida de la clase.

Forma para desarrollar los ejercicios prácticos:

Actividad individual:

- a). Acciones individuales Bloqueo Individual, defensas con el 6 atrás.

Para consultar las demás actividades pueden remitirse a los anexos (No.5).

Etapas competitivas:

Su objetivo es alcanzar la mejor forma deportiva en los atletas en correspondencia con las exigencias de la defensa de campo y continuar con el mantenimiento en la preparación deportiva dirigida a los ejercicios competitivos.

En esta etapa, se debe llevar a cabo en la competencia todo lo antes entrenado, con el objetivo de alcanzar niveles óptimos de efectividad en la realización.

Etapa control y evaluación:

Mediante el control y evaluación se comparan los resultados del trabajo de entrenadores y atletas con los objetivos propuestos para determinar la validez del proceso de enseñanza-aprendizaje y consecuentemente reorientar el trabajo y decidir si es necesario volver a trabajar sobre los mismos objetivos o parte de ellos, con todos o algunos atletas; además se comprueba el avance en la alternativa didáctica para la preparación táctica defensiva.

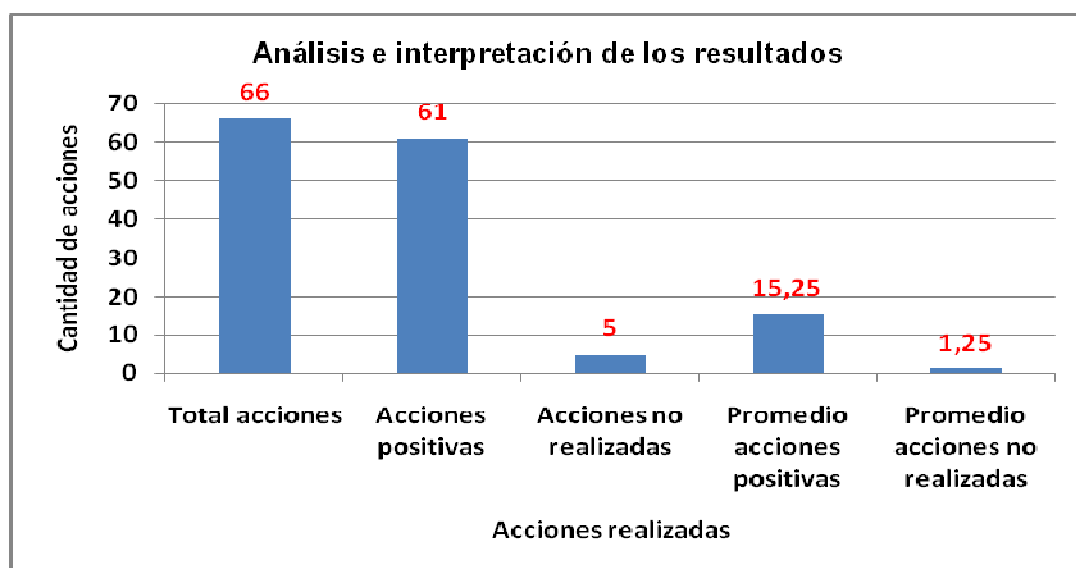
Para evaluar los contenidos en las clases el entrenador puede emplear diferentes tipos de controles:

1. **Control sistemático:** es un producto de la constante interacción entrenador (mediador) y el jugador que permite conocer en qué medida se van asimilando los conocimientos teóricos de los fundamentos tácticos defensivos del atleta.
2. **Control práctico:** precisa condiciones de juego.
3. **Teórico-práctico:** permite evaluar la asimilación de los contenidos según la lógica del aprendizaje desarrollador.

Análisis e interpretación de los resultados

Luego de aplicar la propuesta se observaron seis juegos con el objetivo de registrar la cantidad de acciones en las diferentes funciones defensivas para comprobar el grado de factibilidad práctica de acciones aplicadas. Se utilizó como protocolo de observación, (ver anexo 5), planilla para el registro y procesamiento de los datos; obteniéndose los siguientes resultados:

Se realizaron un total de 66 acciones de defensa del campo que representa el 100% del total de las realizadas, de ellas (61) se realizaron de manera positivas en los partidos para un 92,42% de efectividad y (cinco) no fueron realizadas para un 7,57%. Se realizó un promedio de 15,25 acciones positivas de la defensa del campo por juegos, y 1,25 acciones fueron negativas.



Para la obtención de los resultados se tuvo en cuenta los siguientes **indicadores**:

1. Acción positiva, el jugador defensivo debe realizar el movimiento sin errores.
2. Acción negativa, el jugador defensivo debe estar en posición erecta del cuerpo, recepciona el balón fuera del área de contacto de los antebrazos, flexiona los brazos durante el contacto, dificultades en la flexión para el despegue, dificultades de la introducción de los brazos al terreno opuesto o no realiza ninguna acción.

Escala evaluativa para las acciones tabuladas

De 100-90 % de acciones positivas de la defensa de campo, se obtiene una evaluación de bien (**B**). De 89-70 %, se obtiene una evaluación de regular (**R**). Menos del 69%, se obtiene una evaluación de mal (**M**).

En el análisis realizado se pudo constatar que la aplicación de la alternativa metodológica respecto a la defensa de campo como recurso defensivo por parte de los jugadores del equipo mejoró considerablemente, por lo que se plantea que:

Existió un aumento considerable en el trabajo de la defensa de campo como recurso defensivo. Se elevó el porcentaje de utilización de la defensa de campo. Los resultados mostrados constituyen uno de los factores determinantes para mejorar el balance defensivo del equipo.

II.3 Evaluación de la factibilidad de la alternativa metodológica a través del experimento modalidad pre-experimento

Representación de los resultados pre-experimento antes y después

Análisis e interpretación del pre-experimento antes y después.

Objetivo del pre-experimento: comprobar la efectividad de la alternativa metodológica.

Objetivo General: evidenciar la efectividad de la alternativa metodológica mediante una guía de observación. (Ver anexo No.1)

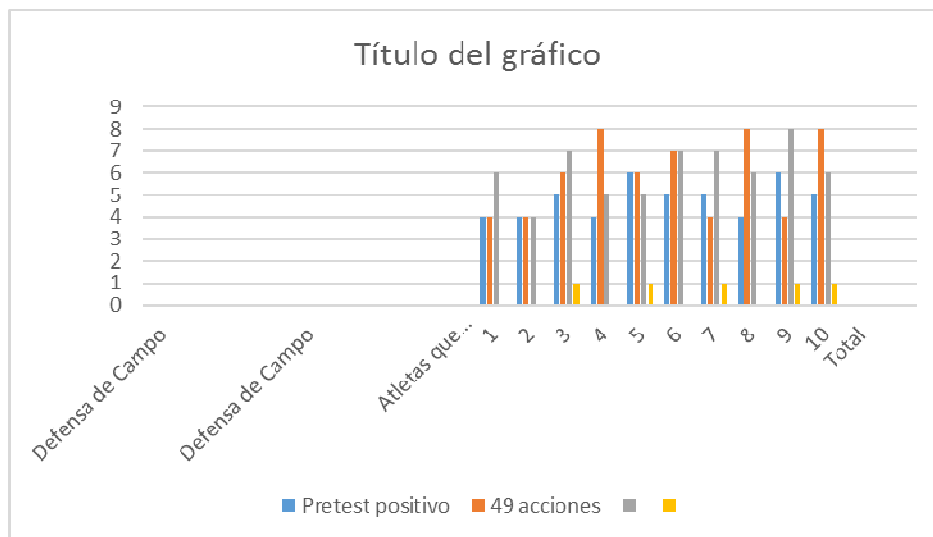
Momentos de aplicación de la alternativa metodológica: primer momento enero de 2015, último momento marzo de 2018.

Unidades experimentales: diez atletas del equipo de voleibol categoría 16-18 años de la EIDE "Rafael Freyre Torres", provincia Guantánamo.

Aplicación de los conocimientos en situaciones de juego (Observación).

Objetivo específico: evaluar los conocimientos en cuanto a la preparación táctica defensiva de la defensa del campo, que permita determinar el nivel de preparación de los atletas.

Gráfico No. 1 Representación de manera cuantitativa del (pre test) y el (post test).



II.4 Valoración general de los resultados obtenidos con la aplicación de la alternativa metodológica

En el presente capítulo se ofrecen los resultados obtenidos de las valoraciones realizadas luego de someter a la crítica los resultados de la investigación de la variable preparación - competición. Las valoraciones de los resultados de la aplicación del sistema de control se realizaron a partir de las siguientes dimensiones en cada variable:

- La socialización de los resultados científicos de la tesis en diferentes espacios.
- Las valoraciones críticas de las consideraciones de los entrenadores.
- Los resultados alcanzados a partir de la aplicación del pre-experimento.

Para este fin se aplicaron como métodos básicos de la investigación, el criterio de experto, el pre-experimento (pretest-posttest con un solo grupo) y para el análisis de los criterios de los 13 especialistas que precisaron los elementos que se proponen en la investigación.

Los espacios de socialización donde fueron presentados los aportes permitió presentar a los especialistas una propuesta científica lo más acabada posible, estos a su vez corroboraron el valor científico de los aportes y el pre-experimento corroboró en la práctica el alto grado de funcionabilidad estando en correspondencia con los criterios de aceptación emitidos en los diferentes espacios de socialización y por los especialistas.

II.4.1 Descripción del pre-experimento

Se seleccionó el pre-experimento, ya que posee entre sus ventajas la operatividad, posibilita introducir la variable independiente en un mismo grupo y de esta forma controlar el movimiento interno que se produce. Se toma como punto de partida las tendencias contemporáneas de la comunidad científica que rigen la investigación educativa en el contexto de la actividad física y deportiva de aprendizaje para la aplicación de metodologías.

Este tipo de entrevistas resultan beneficiosas en esta etapa, porque permitió constatar el estado actual de la enseñanza. Además, permitió valorar el nivel de competencia profesional de cada uno, y la disposición ante la formación y superación para mejorar sus resultados pedagógicos. Como procesamiento de la información se empleó el análisis de contenido.

Los resultados alcanzados se evidencian la eficacia de la propuesta utilizada, lo cual permite afirmar la aplicación de la estrategia didáctica, ha sido efectiva. La misma queda demostrada al comparar los resultados de la prueba inicial con respecto a las pruebas finales de la investigación, en la que se observan los avances e impacto en la categoría trabajada y la adquisición de conocimientos teóricos y prácticos defensivos.

Los resultados hasta aquí expuestos expresan un nivel de factibilidad, lo que al compararlo con los datos arrojados al inicio y al final reflejan un grado positivo de aplicación según los resultados obtenidos, lo que indica, que las acciones presentadas de la estrategia didáctica poseen aceptación práctica.

Conclusiones del Capítulo II

1. Como resultado del diagnóstico en la táctica defensiva se evidenciaron las insuficiencias que presentan los atletas de voleibol categoría 16-18 años de la EIDE "Rafael Freyre Torres", provincia Guantánamo, por lo que es necesario superarlas desde el proceso de enseñanza-aprendizaje, evidenciando la necesidad de búsqueda de solución.
2. Se corroboró que la alternativa metodológica elaborada y aplicada favorece el desarrollo de la preparación táctica defensiva de la defensa del campo partiendo de los resultados obtenidos mediante el pre-experimento y su valoración que indican una alta factibilidad y pertinencia práctica en el voleibol para los atletas categoría 16-18 años de la EIDE "Rafael Freyre Torres", provincia Guantánamo.

Conclusiones Generales

1. Mediante el análisis de la evolución histórica en la táctica en el voleibol se evidenció como regularidad el insuficiente tratamiento que ha tenido la preparación táctico-defensiva en los atletas categoría 16-18 años, fundamentalmente en cuanto a su carácter teórico-práctico para esta categoría no aparecen los elementos que se deben trabajar en la defensa de campo, siendo necesario dotar a los profesores de conocimientos teórico metodológicos actualizados para la dirección del aprendizaje de la táctica defensiva en correspondencia con la urgente necesidad de preparar a los atletas de voleibol.
2. En el estudio documental de diferentes bibliografías donde tienen que ver con el proceso de enseñanza aprendizaje de la táctica en el voleibol, entre ellas, básicas, especializadas y complementarias del deporte y los diferentes programas de preparación del deportista desde 1966 hasta la actualidad y planteados por diferentes autores, existen dificultades en cuanto a los aspectos esenciales de la enseñanza-aprendizaje de la táctica defensiva en la categoría 16-18 años, abogando que los entrenadores sean los que planifiquen los ejercicios, no teniendo en cuenta los profesores noveles.
3. Como resultado del diagnóstico en la táctica defensiva se evidenciaron las insuficiencias que presentan los atletas de voleibol categoría 16-18 años de la EIDE "Rafael Freyre Torres", provincia Guantánamo, por lo que se requiere de la implementación de ejercicios para trabajar la defensa de campo teniendo en cuenta la sombra del bloqueo mediante los juegos dirigidos y se concreta en una alternativa metodológica a partir de la unidad de aprendizaje-competición en el tratamiento táctico defensivo, lo cual guía la implementación y tiene las herramientas para el control y la evaluación.
4. Los argumentos sistematizados en la investigación muestran la necesidad de un abordaje sistémico de los aspectos teórico-cognitivo e instrumental esenciales de la enseñanza-aprendizaje en el voleibol dirigida a la preparación táctica defensiva en los atletas de la categoría 16-18 años, tanto para los entrenadores como para los atletas, en cuanto a la planificación, organización, ejecución y evaluación de las acciones y operaciones en el entrenamiento y en la propia competición.
5. La alternativa metodológica favorece el desarrollo de la preparación táctica defensiva de la defensa del campo, lo que ha sido evidenciado a partir de los resultados obtenidos mediante el pre-experimento y su valoración de los especialistas, lo que corrobora su factibilidad teórico práctica en la enseñanza aprendizaje del voleibol para los atletas categoría 16-18 años de la EIDE "Rafael Freyre Torres", provincia Guantánamo.

Recomendaciones

1. Continuar investigando sobre el perfeccionamiento del proceso de enseñanza aprendizaje con énfasis en el sistema de acciones y operaciones para la preparación táctica defensiva de los atletas tanto individuales como en condiciones de equipo en otras categorías; así como socializar la implementación de la alternativa metodológica para la preparación táctica defensiva del voleibol en las diferentes instituciones deportivas de base de la provincia Guantánamo, y extender esta propuesta.

Bibliografía

- Addine, F. (2004). *Didáctica: Teoría y Práctica*. La Habana, Cuba: Pueblo y Educación.
- Aguiar M. (1979). *La asimilación del contenido de la enseñanza*. La Habana: Pueblo y Educación.
- Álvarez A, del Río P. (1992). *Educación y desarrollo. La teoría de Vigotski y la zonadedesarrollo próximo*. Madrid: Allanza Psicología.
- Álvarez de Zayas, C. (s/f). *La escuela en la vida*. La Habana, Cuba: Pueblo y Educación.
- Álvarez, C. (s/f). *La pedagogía como ciencia*. Ciudad de la Habana, en disquetes.
- Ándux, C. y George E. (s/f). *Nuevo enfoque didáctico para el aprendizaje de los juegos deportivos: El voleibol*, informe de investigación, ISCF.
- Arda, T. y Casal C. (2003). *Metodología de la enseñanza del fútbol*. Barcelona, España: Paidotribo.
- Aular, J. (2013). *Sistema para la conducción Estratégico-Táctico en jugadores de Baloncesto*. (Tesis inédita de Maestría). Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. La Habana.
- Azhar, A. (1997). *El fútbol: Iniciación y perfeccionamiento*. Barcelona, España: Paidotribo.
- Bangsbo, J. y Peitersen, B. (2001). *Fútbol: Jugar en defensa*. Barcelona, España: Paidotribo.
- Banfanti, M. y Perene, A. (2002). *Fútbol a balón parado*. Barcelona. España, Paidotribo.
- Bruggeman, D. (2004). *Fútbol. Entrenamiento para niños y jóvenes*. Barcelona, España: Paidotribo.
- Burke, L. (2011). *Estrategia didáctica para optimizar la preparación teórica de los atletas de baloncesto categoría 15-16 años sexo masculino de la EIDE de Guantánamo*. (Tesis inédita de Maestría), Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. Granma.
- Borroto, E., Ramos, G., Herrera, G. y Bernal, H. (1992). *Voleibol 1*. Ciudad de La Habana. Pueblo y Educación.
- Bonilla, I. (2005). *Las estrategias de aprendizaje de y su relación con el rendimiento académico de los alumnos de preuniversitario*. (Tesis inédita de Maestría). Universidad de La Habana. La Habana.
- Bustamante, J. (2003). *Una Estrategia Didáctica para la Elaboración del Concepto de Área en Estudiantes de la Carrera de Licenciatura en Educación*. (Tesis inédita de Maestría). Universidad José Antonio Echeverría. Pinar del Río.
- Calderón, A. (2011). *Analizar las acciones técnico- táctica realizadas por los equipos participantes en el Campeonato zonal provincial categoría pioneril*. (Tesis de Diploma). Ciudad de La Habana.
- Calderón, C. (1994). *El proceso de aprendizaje de las habilidades motrices deportivas*. Documento mimeografiado. Ciudad de la Habana.
- Camejo, O. R. (2012). *Estudio de los parámetros físicos de los Bloqueadores Centrales en el período comprendido en los años 2008-2012*. (Tesis de Diploma). Ciudad de La Habana, Cuba.
- Cano, O. (2010). *Modelos de planificación y su aplicabilidad en la preparación de equipos de fútbol profesional que participan en el torneo colombiano categoría primera A*. Monografía para optar al título de Especialista en Educación Física: Entrenamiento Deportivo. Universidad de Antioquia instituto universitario de Educación Física Medellín, Colombia.

- Cañizares, M. (2004). *Psicología y equipo deportivo*. La Habana, Cuba: Deportes.
- Caraballo, I. (2015). *Ejercicios para la defensa del saque por abajo de frente en jugadores decategoría 10-12 masculina de La Habana*. (Tesis deDiploma). La Habana, Cuba.
- Cedeño, M. (2011). *Metodología para el proceso de enseñanza-aprendizaje de la técnica y táctica futbolística en la iniciación deportiva*.(Tesis de inédita Maestría). Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte, Granma.
- Collazo, A. y Betancourt, N. (2006). *Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo*. Tomo I. La Habana, Cuba: Instituto Superior de Cultura Física “Manuel Fajardo”.
- Csánadi, Á. (2005). *El Fútbol*. La Habana, Cuba: Deportes.
- Colectivos de autores. (2001). *Programas y Orientaciones Metodológicas de Educación Física Grados Séptimo, Octavo y Noveno*.
- Colectivos de autores. (2004). *Programas y Orientaciones Metodológicas de Educación Física Grados 11no. y 12vo*.
- Colectivos de autores. (2010). *Programa de Educación Física para la Escuelas Pedagógicas. Formación de Maestros Primarios*.
- Colectivos de autores. (2010). *Programa de Educación Física para la Escuelas Pedagógicas. Formación de Educadores Preescolares*.
- De Armas, N. (2011). *Resultado Científico en la Investigación Educativa*. Ciudad de La Habana, Cuba: Deportes.
- Decós, R. (2012). *Sistema de ejercicios para el entrenamiento de las acciones técnico-tácticas del tiro a puerta en los futbolistas*.(Tesis inédita de Especialidad). Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte, Holguín.
- De la Fuente, M. I. (2011). *Alternativa metodológica para la resolución de problemas cualitativos en el estudio de las sustancias inorgánicas en la formación de profesores de lacarrera Biología-Química*. (Tesis inédita de Maestría). Universidad de Ciencias Pedagógicas “Enrique José Varona”. La Habana.
- Delaz, N. (2007). *Importancia del constructo regate durante la preparación teórica del talentofutbolístico*. VI Conferencia Internacional Científico Pedagógica de Educación Física y Deportes. Pinar del Río, Cuba.
- Delgado, M. (2004). *Estrategia Didáctica para el establecimiento del enfoque investigativo integrador en la disciplina Microbiología de los institutos superiores pedagógicos*. (Tesis inédita de Doctorado). Universidad de Ciencias Pedagógicas Enrique José Varona.La Habana.
- Díaz, R. (2009). *Fundamentos Pedagógicos del Entrenamiento de los Esgrimistas*. Ciudad de La Habana, Cuba: Deportes.
- Didáctica de la Lengua Española*. (2013). La Habana, Cuba: Editorial Pueblo y Educación.

- Domínguez, L. y Fernández, L. (2003). *Psicología del desarrollo: Adolescencia y juventud*. La Habana, Cuba: Félix Varela.
- Durán, X. (2011). *Alternativa metodológica para el establecimiento de relaciones interdisciplinarias desde las reacciones químicas en la carrera de Biología –Química*. (Tesis inédita de Maestría). Universidad de la Ciencias Pedagógicas “Enrique José Varona”. La Habana.
- Durruthy, L. (2011). *Alternativa metodológica para elevar el nivel técnico- táctico de los jugadores de Dominó*.(Tesis inédita de Maestría). Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. Guantánamo.
- Estévez, M, Arrollo, M, y González, C. (2006). *La investigación Científica en la Actividad Física: Su Metodología*. La Habana, Cuba: Deportes.
- Estrada, L. (2011). *Alternativa metodológica para la enseñanza técnica de fútbol en niños principiantes*.(Tesis inédita de Maestría). Universidad de la Cultura Física y el Deporte. Granma.
- Estrada, M. (1998). *Diseño de una estrategia didáctica para la comprensión textual en estudiantes desecundaria básica*.(Tesis inédita de Maestría). Instituto Superior Pedagógico “Enrique José Varona”. Ciudad de La Habana.
- Fernández Góngora, D. M. (2011). *Análisis del contra-ataque, del equipo Nacional masculino de Voleibol en los Juegos Panamericanos Guadalajara 2011*. (Tesis de Diploma). Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. La Habana.
- Ferrer, A. (2012). *Alternativa didáctica para el desarrollo de la competencia comunicativa de los estudiantes de medicina en inglés*.(Tesis inédita de Maestría). Universidad de la Ciencias Pedagógicas “Enrique José Varona”. La Habana.
- Fiedler, M. (s/f). *Voleibol*. Berlín: Raduga.
- Folleto de fútbol básico para la educación física*. (s/f). Universidad de Camagüey. Instituto Superior de Cultura Física Manual Fajardo, Camagüey, Cuba.
- Forteza de la Rosa, A. (1998). *Bases Metodológicas del entrenamiento deportivo*. La Habana: Científico-Técnica.
- Forteza de la Rosa, A. (1999). *Las direcciones del entrenamiento deportivo: Nueva concepción metodológica*. La Habana: Revista cubana de Cultura Física.
- Frómeta, Y. (2011). *Alternativa metodológica para la superación a profesores de Ciencias Naturales en condiciones de Universalización en el municipio San Antonio del Sur*.(Tesis inédita de Maestría). Universidad de Guantánamo. Guantánamo.
- Fuentes, A. (2007). *Metodología para la preparación teórica de las habilidades técnicas y tácticas de los boxeadores escolares de la EIDE de Guantánamo*.(Tesis inédita de Maestría). Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. Guantánamo.
- Fumarov, A. G. (1979). *El comienzo en la enseñanza de los voleibolistas*. Material didáctico. Minsk.

- García, W. (2004). *Alternativa Didáctica para la sistematización del trabajo con funciones mediante el ejemplo de la informática en octavo grado*. (Tesis inédita de Maestría). Universidad de la Ciencias Pedagógicas "Enrique José Varona". La Habana.
- Gómez, R. (2012). *Indicadores técnicos-tácticos ofensivos y defensivos para el control y evaluación del talento de juego en las diferentes líneas del Fútbol en el Alto Rendimiento*. (Tesis inédita de Especialidad). Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte, Holguín.
- González, H. (2013). *Las estrategias Didácticas en la Clase de Educación Física*. Recuperado el 4 de abril de 2014 de [http:// www.google.com.cu](http://www.google.com.cu)
- González, J. (2007). *Alternativa metodológica para la extensión universitaria en Centros Penitenciarios de la provincia Guantánamo*. (Tesis inédita de Maestría). Universidad de la Ciencias Pedagógicas. Guantánamo.
- González, S. (2013). *La técnica y la táctica de la lucha deportiva*. La Habana, Cuba: Deportes.
- Gorbunov, G.D. (1988). *Psicopedagogía del deporte*. Moscú. Cultura Física y Deporte.
- Grosser, M. y Neumaier, A. (1986). *Técnicas del entrenamiento*. Barcelona: Martínez Roca S. A.
- Hacia una concepción del aprendizaje*. (2001). La Habana, Cuba: Universidad de la Ciencias Pedagógicas "Enrique José Varona". La Habana.
- Hahn, E. (1998). *Entrenamientos con niños*. Barcelona SA: Ediciones Martínez Roca.
- Harre, D. (1987). *Teoría del entrenamiento deportivo*. Ciudad de la Habana: Ciencia y Técnica
- Heredia, D. (2012). *Modelo de planificación para el perfeccionamiento de la preparación teórico-práctica de los ajedrecistas de alto rendimiento*. (Tesis inédita de Doctorado). Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. Santiago de Cuba.
- Herrera, G., Ramos, J. y Despaigne, J. (1996). *Voleibol: Manual de Consulta Operativa para Entrenadores*. España: Federación Vasca de Voleibol.
- Hernández, R. (2004). *Metodología de la investigación 1*. La Habana, Cuba: Félix Varela.
- Ivoilov, A. V. (1988). *Voleibol Ensayo de biomecánica y metodología del entrenamiento*. Ciudad de la Habana: Científico Técnica.
- Jiménez, J. E. (2013). *Comportamiento Físico y Técnico - Táctico, en el voleibol, en los Juegos Escolares Nacionales del 2012, categoría 12-14 años, sexo masculino*. (Tesis de Diploma). Universidad de la Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. Ciudad de la Habana.
- Jiménez, J. M. (2015). *Análisis de la táctica defensiva en jugadores de voley de playa masculinos durante el Campeonato de Europa Universitario EUSA Games 2013*. (Tesis inédita de Doctorado). Universidad de Alicante. España.
- Jova, Y. (2012). *Comportamiento físico, técnico, y táctico de los atletas en los Juegos Escolares Nacionales 2011, categoría 13-15 sexo masculino*. (Tesis de Diploma). Universidad de la Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. Ciudad de la Habana.
- Konzag, G. (2003). *Fútbol entrenarse jugando*. Barcelona, España: Paidotribo.

- Kleschov, Y. (1986). *Acciones tácticas de los voleibolistas en la ofensiva y la defensa*. Ciudad de la Habana. Cuba: Pueblo y Educación.
- Kleschov, Y. Tiurin, V y Furaev, Y. (1977). *Preparación Táctica de los Voleibolistas*. Ciudad de La Habana: Pueblo y Educación.
- López, A. (2006). *El proceso de enseñanza-aprendizaje en Educación Física*. La Habana, Cuba: Deportes.
- López, Y. (2010). *Estrategia Didáctica para la preparación de los saques de esquina y los tiros libres del equipo nacional de fútbol categoría sub.17.*(Tesis inédita de Maestría). Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. Ciudad de La Habana.
- Mahlo, F. (1985). *La acción táctica en el juego*. La Habana, Cuba: Deportes.
- Marcos, A. (2010). *La enseñanza del Fútbol desde las edades escolares*. La Habana, Cuba: Deportes.
- Martínez, R. (2011). *Estrategia Didáctica con sistema de conocimientos y habilidades para la preparación técnico-táctica del balonmanista pioneril.*(Tesis inédita de Doctorado). Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. Camagüey.
- Martinó, C.M. (2008). *Psicología del Fútbol*. La Habana, Cuba: Deportes.
- Matvéev, L. (1983). *Fundamentos del entrenamiento deportivo*. Moscú, Rusia: Raduga.
- Mayora, J. (2012). *Táctica y estrategia I*. Barcelona, España: Paidotribo.
- Menéndez, S. (2008). *Un enfoque productivo en la Clase de Educación Física*. La Habana, Cuba: Deportes.
- Mesa, M. (2006). *Asesoría estadística en la investigación aplicada al deporte*. La Habana, Cuba: José Martí.
- Mesa, L. (2007). *Metodología para el control Técnico-Táctico del portero de Balonmano durante el juego.*(Tesis inédita de Doctorado). Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. La Habana.
- Molina, F. J. (2006). *Fútbol recursos y consignas para el entrenamiento técnico-táctico*. Barcelona, España: Paidotribo.
- Molina Martín, J.J. y Cristóbal Salas Santandreu (s/f). *Voleibol Táctico*. Barcelona, España: Paidotribo.
- Navarro, F. y Aceña, M. (2007). *Planificación del Entrenamiento Deportivo: Curso Universitario de Especialistas en Alto Rendimiento Deportivo*. Universidad de Castilla La Mancha Facultad de Ciencias del Deporte. España.
- Navelo, R.(1991). *Algunas consideraciones acerca del desarrollo del pensamiento táctico en los jóvenes voleibolista*. Trabajo presentado en la Jornada Metodológica de Facultad Villa Clara. ISCF.
- Navelo, R. (2011). *Modelo Didáctico Alternativo para la Preparación técnico-táctica del joven voleibolista.*(Tesis inédita de Doctorado). Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. La Habana.
- Núñez, J. (2005). *La Ciencia y la Tecnología como procesos sociales*. La Habana, Cuba: Félix Varela.

- Ortiz, Y. (2015). *Comportamiento Táctico, en el voleibol, del equipo Habana en los Juegos Escolares Nacionales del 2014, categoría 13–15 años, sexo femenino*. (Tesis de Diploma). Universidad de la Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. Ciudad de la Habana.
- Ozolin, N. (1989). *Sistema contemporáneo de entrenamiento deportivo*. La Habana, Cuba: Científico-Técnica.
- Pardo, R. (2007). *Baloncesto para niños y jóvenes*. La Habana, Cuba: Deportes.
- Pensado, J. (2010). *Modelo para la evaluación del desempeño táctico ofensivo en baloncestistas juveniles masculinos de la ESPA "Manuel Permuy" de Ciudad de LaHabana*.(Tesis inédita de Doctorado). Universidad de la Ciencias en Cultura Física. La Habana.
- Platanov, V. (1995). *El entrenamiento Deportivo: Teoría y Metodología*. Barcelona, España: Paidotribo.
- Platanov, V. (1996). *Selección y Orientación de los Atletas. En su: El Entrenamiento Deportivo: Teoría y Metodología, Deporte y Entrenamiento*. Barcelona, España: Paidotribo.
- Portuondo, M. (2012). *Sistema de ejercicios técnico-tácticos para disminuir el coeficiente de la factibilidad de los porteros de fútbol de la categoría 16-18 años en la EIDE de Guantánamo*. (Tesis inédita de Especialidad). Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. Holguín.
- Programa de Preparación del Deportista de Baloncesto*. (2009). La Habana. Cuba: Deportes.
- Programa de Preparación del Deportista de Baloncesto*. (2013). La Habana. Cuba: Deportes.
- Programa de Preparación del Deportista de Balonmano*. (2009). La Habana. Cuba: Deportes.
- Programa de Preparación del Deportista de Balonmano*. (2013). La Habana. Cuba: Deportes.
- Programa de Preparación del Deportista de Fútbol*. (2009). La Habana. Cuba: Deportes.
- Programa Integral de Preparación del Deportista de Fútbol*. (2013). La Habana. Cuba: Deportes.
- Programa Integral Comisión Nacional de Voleibol*. (2000). Comisión nacional de voleibol. La Habana, Cuba.
- Programa Integral de Preparación del Deportista de Voleibol*. (2009-20012). La Habana. Cuba: Deportes.
- Programa Integral de Preparación del Deportista de Voleibol*. (2013-2016). La Habana. Cuba: Deportes.
- Programa Integral de Preparación del Deportista de Voleibol*. (2017-2020). La Habana. Cuba: Deportes.
- Psicología*. (2006). La Habana, Cuba: Félix Varela.
- Psicología*. (s/f). La Habana, Cuba: Deportes.
- Ramírez Pérez, H. (2011). *Análisis del complejo 2 (k-2) del equipo nacional de voleibol masculino en laliga mundial 2010*.(Tesis de Diploma). Universidad de la Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. La Habana.
- Ray, L. (2011). *Ejercicios tácticos defensivos para mejorar la anticipación en los jugadores de equipo de fútbol primera categoría de Guantánamo*. [En línea]. Revista Digital, Buenos Aires, 160, p.7. Recuperado el 12 de Febrero de 2015 de <http://www.efdeportes.com.pdf>

- Ray, L. (2011). *Sistema para el control y evaluación de los indicadores tácticos ofensivos del talento de juego en el Fútbol de Base*. (Tesis inédita de Maestría). Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. Guantánamo.
- Rizo, N. (2007). *Estrategia Didáctica de Educación en Ciencia Tecnológica y Sociedad en la carrera de Ingeniería Informática*. (Tesis inédita de Doctorado). Instituto de Ciencias Pedagógicas. Ciudad de La Habana.
- Rodríguez, M. (2008). *Pedagogía*. La Habana, Cuba: Deportes.
- Rodríguez, A. (2018). *Conjunto de ejercicios para la defensa de campo en los atletas de Voleibol*. (Tesis de Diploma). Universidad de la Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. Guantánamo.
- Romero, P. (2009). *Estudio de los pasajes de juego del voleibol en la Categoría pioneril*. (Tesis de Diploma). Universidad de la Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. La Habana.
- Roméu, A. (2013). *Didáctica de la lengua española y la literatura*. Tomo I. La Habana, Cuba: Pueblo y Educación.
- Rosales, A. (2004). *Estrategias didácticas o de intervención docente en el área de la Educación Física*. [En línea]. Revista Digital, Buenos Aires, 10. 75, p.10. Recuperado el 4 de abril de 2014, de <http://www.efdeportes.com>
- Ruiz, A. (1985). *Metodología de la enseñanza de la Educación Física*. La Habana, Cuba: Pueblo y Educación.
- Sainz, N. (2003). "Reflexiones necesarias sobre la preparación teórica en el entrenamiento deportivo". [En línea]. Revista Digital, Buenos Aires, 9. 61, p.10. Recuperado el 11 de enero de 2014, de <http://www.efdeportes.com>
- Sainz, N. (2010). *Psicología de la Educación Física y el Deporte Escolar*. Ciudad de La Habana, Cuba: Deportes.
- Salazar, F. (2013). *Ejercicios técnico-tácticos ofensivos para mejorar la definición del tiro a gol en atletas de Fútbol categoría 14-15 años de la EIDE de Guantánamo*. (Tesis Diploma). Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. Holguín.
- Sánchez, M.E. (2005). *Psicología del Entrenamiento y la Competencia Deportiva*. La Habana, Cuba: Deportes.
- Santos, J. A. (1997). *Iniciación al voleibol mediante juegos*. Puerto Rico. Departamento de Educación Propulsores del Deporte.
- Savin, N. (1990). *Pedagogía*. La Habana, Cuba: Pueblo y Educación.
- Seara, L. (2011). *Software para la planificación y control del proceso del entrenamiento deportivo en el Fútbol*. (Tesis inédita de Maestría). Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. Granma.
- Segura, J. y Sallan, C. (2003). *Ejercicios y juegos de fútbol*. Barcelona, España: Paidotribo.
- Talaga, J. (1990). *La táctica del fútbol*. Ciudad de la Habana. Cuba: Pueblo y Educación.

- Teoría y Metodología del entrenamiento deportivo*. (2006). La Habana, Cuba: Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo".
- Torres Terazón, R. (2015). *Estrategia didáctica para la preparación táctica defensiva en los atletas de fútbol categoría 14-15 años de la EIDE "Rafael Freyre Torres", provincia Guantánamo*. (Tesis inédita de Maestría). Universidad de Oriente. Santiago de Cuba.
- Urrutia, L. (2006). *Sociología y Trabajo Social Aplicado*. La Habana, Cuba: Editorial Deportes.
- Valdés, M. (2009). *Estrategia Didáctica para el desarrollo de la Competencia solucionar problemas de dirección: su contextualización en el Diplomado en Gerencia del Minal*. (Tesis inédita de Doctorado). Universidad de Camagüey. Camagüey.
- Vázquez, S. y Vázquez, E. (2002). *Ejercicios de defensa en el fútbol*. Barcelona, España: Paidotribo.
- Vera, J. y Mariño, N. (2008). *La programación de la preparación técnico-táctica de los futbolistas infantiles. Un ejemplo para 13 y 14 años*. [En línea]. Revista Digital, Buenos Aires, 13. 124. p.7. Recuperado el 17 de febrero de 2015 de, <http://www.efdeportes.com>
- Verjoshansky, I. (1991). *Entrenamiento Deportivo*. Planificación y programación. España: Martínez Roca.
- Vigotsky, L. (1988). *El desarrollo de los procesos psicológicos superiores*. Barcelona, España: Grijalbo.
- Watson, H. (2008). *Teoría y Práctica de los juegos*. La Habana, Cuba: Deportes.
- Wein, H. (2004). *Fútbol a la medida del niño*. Volumen 2. España: Gymnos Real Federación española de Fútbol.
- Weineck, J. (2005). *Entrenamiento total*. Madrid, España: Paidotribo.
- Zhelezniak, Y. A., Kleeshev, Y.N, Y. N. y Chejov, O. S. (1989). *La Preparación de los Voleibolistas Jóvenes*. Ciudad de la Habana. Cuba: Científico Técnica.

Anexo 2 Encuesta

Compañeros atletas, estamos realizando una investigación relacionada con la preparación táctica defensiva, por lo que necesitamos su cooperación, la cual agradeceremos. La misma tiene carácter anónimo.

1. Marca con una (X), cuales son los tipos de preparaciones que usted recibe en el proceso de entrenamiento.

- a. _____ Preparación física.
- b. _____ Preparación técnica.
- c. _____ Preparación táctica.
- d. _____ Preparación teórica.
- e. _____ Preparación psicológica.

2. ¿A través de qué preparación o preparaciones usted adquiere los conocimientos de los fundamentos tácticos defensivos del voleibol?

3. ¿Conoce usted el significado de algunos elementos de la táctica defensiva del voleibol que recibe en su preparación?

Sí _____ No _____

a) Mencione algunos de estos elementos.

Tácticos defensivos

4. Simbolice un elemento técnico-táctico defensivo de los que usted ha recibido en los entrenamientos.

Anexo 3 Entrevista

Estimado entrenador, con motivo de una investigación acerca de la importancia de la preparación táctica defensiva, resultaría muy útil y provechoso conocer sus reflexiones acerca de dicha preparación, así como la forma en que usted conduce dicho proceso en los entrenamientos y juegos. Gracias por su colaboración.

1. ¿Qué importancia usted le otorga al conocimiento de los fundamentos de la táctica defensiva en los atletas de voleibol dentro del proceso de entrenamiento (enseñanza-aprendizaje)?
2. ¿Cuál es el propósito principal que persigue la preparación táctica defensiva en los atletas de voleibol de esta categoría?
3. ¿Cuáles son los fundamentos de la táctica defensiva que se trabajan en esta categoría?
4. ¿Qué métodos y medios usted utiliza para el desarrollo de estas actividades?
5. ¿Con qué frecuencia ustedes desarrollan la preparación táctica defensiva con los atletas?

Anexo 4 Análisis documental

Objetivo del análisis documental: analizar el comportamiento en la planificación de la preparación táctica defensiva.

Aspectos a observar en la documentación de la planificación del entrenamiento:

Componentes pedagógicos.

Planificación de clases teóricas con la formulación de objetivos intencionados.	Contenidos que tiene en cuenta para la táctica defensiva.	Tiempo que establece para el desarrollo de la preparación táctica defensiva en la clase.	Empleo de métodos en la clase.	Utilización de medios de enseñanza y formas organizativas de acuerdo con su contenido.	Análisis del cumplimiento de la preparación táctica defensiva en la clase.
---	---	--	--------------------------------	--	--

Anexo No.5 Ejercicios para las propuestas

Actividad No.1 Ejercicio introductorio simple

Objetivo: desarrollar las habilidades básicas que permitan desplazarse y lograr una buena colocación ante una situación de juego determinada de la defensa de campo a través de ejercicios para su formación futura como atleta.

Descripción: se realizarán ejercicios sin desplazamientos.

Forma de docencia: práctica.

Métodos: repeticiones, explicativo, variable y juego.

Forma organizativa: parejas.

Procedimiento: disperso.

Medios: balones, marcadores, silbato y net.

Actividad No. 2 Ejercicio introductorio con caídas en condiciones estándares

Objetivo: desarrollar las habilidades básicas que permitan desplazarse y lograr una buena colocación ante una situación de juego determinada de la defensa de campo a través de ejercicios para su formación futura como atleta.

Descripción: se realizarán ejercicios de desplazamientos laterales, de frente, con cambios de dirección y ritmo.

Forma de docencia: práctica.

Métodos: repeticiones, explicativo, variable y juego.

Forma organizativa: hileras.

Procedimiento: onda.

Medios: balones, marcadores, silbato y net.

Actividad No. 2 Ejercicios simples para la defensa del campo

Objetivo: realizar la defensa de campo con balones lanzados a 3 metros, sin conocimiento previo.

Descripción: los jugadores en hileras realizan la defensa de balones lanzados a la distancia de 3 metros sin el conocimiento hacia qué dirección (en orden que el entrenador determine con cada variante (atrás, al frente, izquierda o derecha, por alto). El alumno debe estar observando las manos del profesor.

Forma de docencia: práctica.

Métodos: repeticiones, explicativo, variable y juego.

Forma organizativa: hileras.

Procedimiento: onda.

Medios: balones, marcadores, silbato y net.

Actividad No. 3 Ejercicios modelados para la defensa del campo individual

Objetivo: realizar la defensa de campo con balones atacados por la zona 2-4, en diferentes direcciones.

Descripción: en una hilera en la posición 5, realizan defensa de balones atacados desde la posición 2-4 en diferentes direcciones, de maneras independientes y conocidas de antemano por el jugador. (En orden que el entrenador determine con cada variante (atrás, al frente, izquierda o derecha, por alto).

Forma de docencia: práctica.

Métodos: repeticiones, explicativo, variable y juego.

Forma organizativa: hileras.

Procedimiento: onda.

Medios: balones, marcadores, silbato y net.

Actividad No. 4 Ejercicios modelados para la defensa del campo

Objetivo: realizar defensa del campo con balones atacados desde la posición 3 con conocimiento previo.

Descripción: los jugadores en hileras realizan la defensa de balones atacados desde la posición 3 con conocimiento previo de manera independientes y con conocimiento previo (en orden que el entrenador determine con cada variante (atrás, al frente, izquierda o derecha, por alto). El alumno debe estar observando las manos del profesor.

Forma de docencia: práctica.

Métodos: repeticiones, explicativo, variable y juego.

Forma organizativa: hileras.

Procedimiento: ondas

Medios: balones, marcadores, silbato y net.

Anexos No. 6 Componentes pedagógicos

Etapas	Contenido	Objetivos	Métodos	Medios	Control
G E N E R A L	Análisis de fundamentos tácticos defensivos.	Definir acciones tácticas defensivas.	Senso-perceptual	Tablilla	Sistemático
	Fundamentación de los elementos que integran la táctica defensiva.	Propiciar el intercambio oral y escrito.	Práctico	Láminas	Práctico
	Determinación de los principales aspectos tácticos defensivos y oposición del balón.	Describir y ejemplificar mediante gráficos.	Senso-perceptual	Tabilla	Práctico
E S P E C I A L	Caracterización de las cualidades que debe poseer un defensa.	Fundamentar partiendo del desempeño y las exigencias del deporte.	Problémico	Tabilla	Teórico-Práctico
	Determinación de los tipos de bloqueo, defensa de campo, apoyo y aseguramiento, así como los errores más comunes que se cometen.	Argumentar la importancia y la utilidad práctica de estos elementos.	Senso-perceptual	Videos	Teórico-Práctico
	Fundamentación de las acciones que se tienen en cuenta en la táctica para la recuperación del balón.	Valorar la utilidad práctica de estos fundamentos en el proceso de organización del juego.	Senso-perceptual	Videos	Teórico-Práctico
	Interpretación de los principios de la defensa de campo y el bloqueo.	Explicar cómo se ponen de manifiesto estos principios.	Senso-perceptual	Videos	Práctico
	Interpretación de gráficos que representan las acciones defensivas.	Representar gráficamente a través de la simbología adecuada.	Problémico	Tabilla Pizarra	Sistemático
	Análisis crítico del juego basado en los principales logros y deficiencias defensivas.	Explicar el comportamiento de cada jugador en el partido (principales errores).	Senso-perceptual	Videos	Teórico-Práctico
	P R	Análisis crítico del partido basado en los principales logros y deficiencias	Explicar el comportamiento de cada jugador en el	Senso-perceptual	Videos

E C O M P E T I T I V A	defensivas.	partido (principales errores).			
	Análisis crítico del partido basado en las principales soluciones con vistas a superar las principales deficiencias defensivas.	Explicar el comportamiento de cada jugador en el partido (principales errores).	Senso-perceptual	Videos	Teórico-Práctico

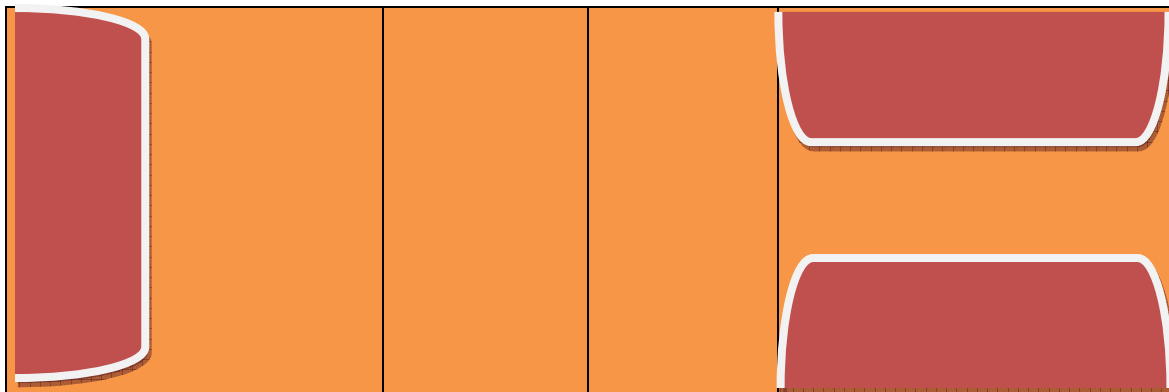
Anexos No.7

Tabla 1. Forma de neutralizar los principios ofensivos a través de principios defensivos

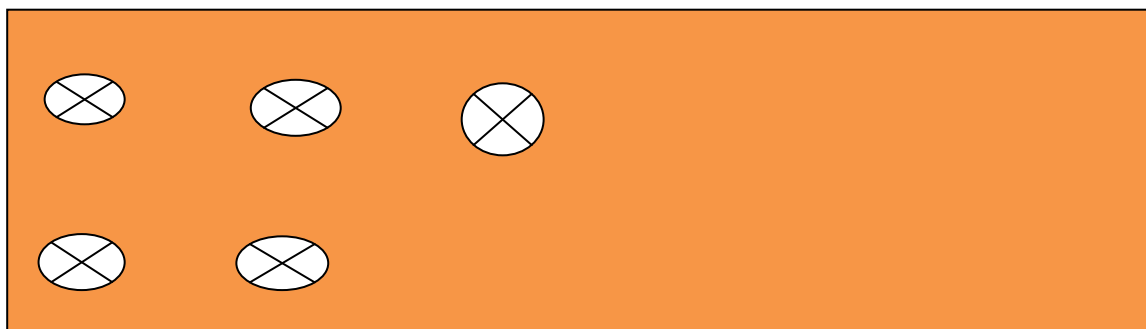
NEUTRALIZAR	MEDIANTE
Ataque	Bloqueos Individual, doble o triple, anticipación
Ataque	Apoyos y aseguramientos, anticipación
Ataque	Defensa del campo en dirección a la sombra del bloqueo, anticipación.

Anexo no. 8. Ejercicios defensivos

Ejemplo # 1. Zonas más vulnerables

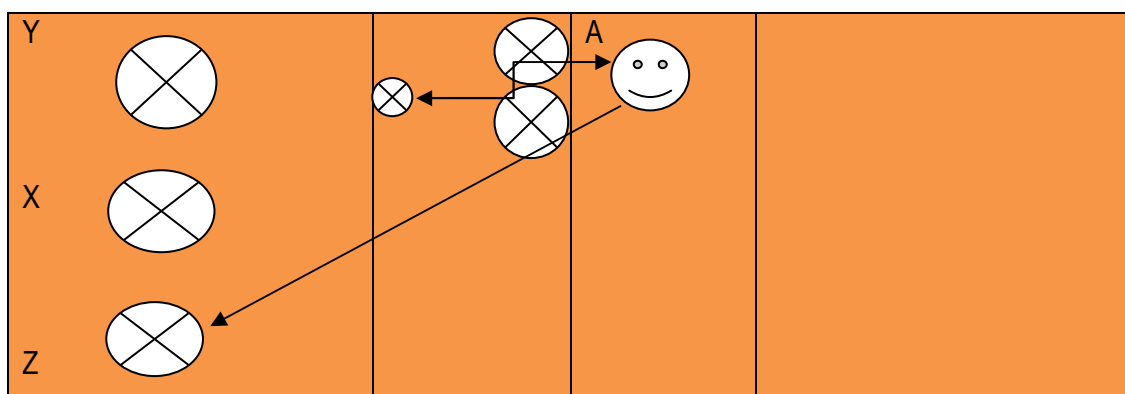


Ejemplo # 2. Ejercicios en dúos/parejas



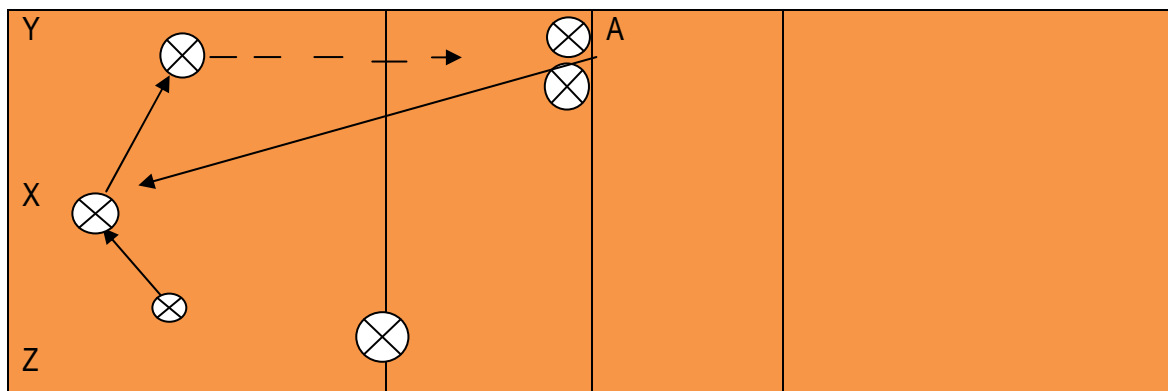
Descripción: los jugadores de frente uno al otro realizan ataque y defensa

Ejemplo # 3. Ejercicio de defensa con el 6 atrás



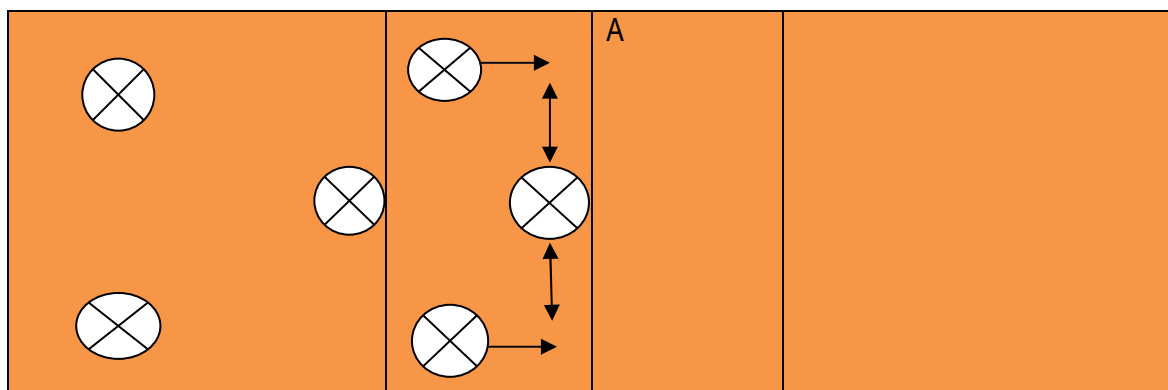
Descripción: el jugador A realiza ataque por la zona 2 hacia la línea de fondo del terreno contrario, el jugador X se desplaza hacia la zona 6 atrás casi al fondo del terreno, los jugadores Y y Z que se encuentra a la defensa también se desplazan hacia su zona 5 y zona 1, para cubrir la sombra del bloqueo.

Ejemplo # 4. Ejercicio de defensa, con cambio táctico defensivo



Descripción: el jugador A realiza ataque por la zona 2 hacia el terreno contrario, el jugador Y se desplaza hacia atrás del bloqueo pegado a la línea de los 3 metros para realizar apoyo, jugador X ocupa la zona 5 y Z se desplaza entre la zona 6 y la zona 5, para cubrir la sombra del bloqueo, y el jugador de la zona 2 se desplaza diagonal a la línea de ataque.

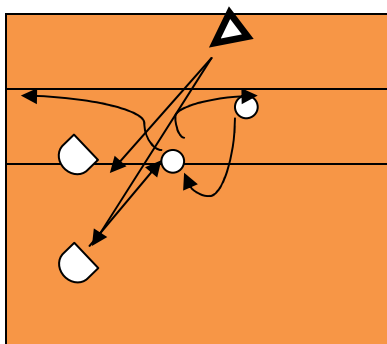
Ejemplo # 5. Ejercicio de defensa de campo, acción de equipo (KII)



Descripción: el equipo colocado en complejo II (KII) con cada jugador por su zona de juego, y otro jugador (A) realiza ataque por la zona 2 hacia el terreno opuesto, los jugadores que están ubicados en la posición de bloqueo saltan y mueven los brazos en dirección según el brazo del que ataca, para así familiarizarse con esta acción y cubrir la sombra del bloqueo.

Variante: en cada defensa de campo realizada de forma exitosa se cambian de posición.

Ejemplo # 6. Ejercicio de defensa de campo, acción de equipo (KII)



Descripción: bloqueo, defensa sobre un remate dirigido hacia la diagonal y pase dirigido a la zona 2 y 4 después de bloqueo del pasador.