

DEPORTE: ¿MECÁNICA, TÁCTICA O METODOLOGÍA?

Saucedo Morales, Francisco

E_mail: fsaucedo@inef.upm.es

Alonso Termiño, Cruz José

INEF. Universidad Politécnica de Madrid

RESUMEN

Con este trabajo se pretende hacer reflexionar a los entrenadores sobre el planteamiento de los ejercicios y la repercusión que esto supone en el deportista, ya que los resultados no siempre son los que se persiguen.

Se expone una serie de factores que pueden influir en el rendimiento deportivo, sobre todo en los deportes de oposición y combate. Un ejercicio puede tener diferentes resultados según se ejecute con una determinada metodología, mecánicamente o dentro de un contexto táctico. Dependiendo de cómo se plantee el ejercicio se potenciará la capacidad de observación. Un mismo ejercicio puede entrenar distintos factores que pueden convertir a un deportista en un perfecto ejecutor pero no desarrollar su capacidad de aplicación ante determinadas situaciones.

PALABRAS CLAVES

Técnica, táctica, metodología, esgrima.

1 INTRODUCCIÓN.

Cuando decidimos comenzar este trabajo, entre los motivos principales estaban las preguntas que siempre nos hemos planteado y que teníamos infinidad de veces en nuestra mente. No sólo con el deporte al que nos vamos a referir, sino en general a otros muchos como pueden ser el fútbol, baloncesto, etc. y que aunque a primera vista no tengan nada que ver se puede decir que pueden estar en la misma situación.

Comentando con alumnos del Proyecto Sócrates, Erasmus, tanto españoles que han salido como extranjeros que han permanecido o que están en España surgían las diferentes cuestiones ¿por qué este país tiene tan buenos deportistas si por regla general las acciones, los movimientos e incluso la terminología es la misma?.

Adentrándonos más y consultando a los diferentes técnicos que vienen a entrenar a España durante períodos cortos de tiempo, seguimos intentando resolver nuestras preguntas. Si las acciones están definidas desde siglos, en el caso de la esgrima, ¿por qué unos países tienen mejores resultados que otros? Y por regla general casi siempre son los mismos.

Por supuesto, respuestas conocidas son también las que todos sabemos o intuimos: tradición del deporte en el país, ayuda y fomento de ese deporte por las administraciones estatales o privadas, predisposición social hacia el deporte en cuestión y otras muchas que se nos pueden venir a la cabeza.

Nuestra inquietud hizo que a lo largo de los años nos fuéramos fijando y acercándonos hacia los aspectos que íbamos considerando importantes, ni que decir tiene, que paralelamente íbamos documentándonos sobre todo lo que creíamos interesante y positivo para nuestro aprendizaje.

Al haber estudiado con detenimiento los orígenes de la esgrima española, pudimos observar que:

1. Este deporte, en sus orígenes no fue deporte, sino actividad física necesaria para poder sobrevivir, o cuando menos, para ir más o menos tranquilo por la calle.
2. Los nombres que se le dieron a las acciones podían tener importancia o no, pero lo que realmente debía tener importancia y la tuvo era la acción en sí.
3. No sucedía lo mismo en todos los países, de ahí que surgiera el término escuela, como la española, la italiana y que generalmente estaba referida a la técnica y a algún otro factor más que la caracterizaba.

Dejando los orígenes de la esgrima y situados en los años que estamos viviendo, comenzaremos a centrarnos en el tema que pretendemos desarrollar y que tiene que ver con los tres puntos que hemos nombrado anteriormente.

No vamos a tratar en este estudio, las conductas, el estilo, las doctrinas, como algunos autores lo denominan, o variables que van a influir en el perfeccionamiento de un plan directriz como planteamiento de la lucha en las competiciones. Es decir, no vamos a referirnos a lo que en nuestra opinión es conocido como "*estrategia*" sino a lo que el competidor debe aprender y aplicar para poder utilizar dentro del plan estratégico, y que en nuestra opinión se debe trabajar a diario o, por lo menos, recordarlo.

Trataremos la situación de uno contra uno, donde los dos competidores son seres que piensan y que continuamente se plantean como uno de los objetivos más próximos "*el engañar*" al contrario sin que el otro se perciba de ello.

1.1 Factores que influyen en el entrenamiento

En el deporte en el que nos estamos basando - la esgrima - muchos autores P. Thirioux, R. Cléry, M. Kronlund entre otros, coinciden en que todas las acciones que se dan en la esgrima se pueden aplicar de dos maneras: de forma mecánica y de forma táctica o de segunda intención. La más usada en competición es la táctica, queriendo esto decir que cuando se entrena al deportista se debe hacer de las dos formas diferentes. Según L. Szepesi una forma de trabajo mecánica encaminada a la obtención de la velocidad nos mejora la técnica y la mayor parte del trabajo recae sobre el componente físico del deportista, en la solución motriz. En cambio, con la otra forma de trabajo, trabajo táctico, se incide más en los demás componentes de la acción, es decir, en la percepción y solución mental de la situación percibida. También este autor propone que se debe trabajar de ambas formas porque trabajando sólo con la segunda, entenceríamos al deportista y si sólo se trabaja mecánicamente se volvería a las antiguas creencias, de que lo más importante es la perfecta ejecución. Aunque si

volvemos al origen de este deporte podemos ver como J. Carranza, resaltaba en su forma de entender la esgrima como primer objetivo la "*Aplicación*" de los golpes y tretas, dejando a un lado el que la ejecución fuera perfecta con respecto al patrón o norma y que debía tender a serlo.

Por otro lado, nos dice V. Keler y D. Tishler, que los deportistas que utilizan las acciones de primera intención las suelen realizar con reacciones de tipo sencillo, sin tener predilección hacia un prototipo de contrincante. Este tirador muestra tendencia a utilizar sus recursos técnicos sobre lo que el contrario hace y a la inversa, que el juego de este tipo de deportista tiende a que sea un esgrimista que utiliza las acciones de primera intención.

En cambio, aquellos que se basan más en el uso de la táctica, los que emplean más tiempo en la observación de los componentes del juego, tiempo, distancia, se decanta más hacia acciones bien determinadas y que tienen en su repertorio, dedicando parte del tiempo del combate a poder aplicar su repertorio o parte del mismo en el contrario.

Las acciones por lo general tienden a que se haga lo más simple posible y no nos referimos a la definición en sí, sino a la estructura que tiene cuando se forma, ya que en distintos deportes acciones definidas como compuestas se realizan casi en un solo tiempo.

A mayor complejidad en la unión de las acciones más probabilidad existe que el contrario pueda romper los enlaces que unen los tiempos de las acciones. Esta ruptura de las acciones compuestas viene dada generalmente por una mala coordinación en la unión, porque cuando se realizan se suelen hacer con algún tipo de desplazamiento añadido que hace que el contrario pueda percibir el movimiento y/o la acción que le viene, siendo mayor, además, en esta situación el tiempo de observación. Si esta consideración la utilizamos al contrario, es decir, sabiendo que esta evidencia está ahí, si se es inteligente, lo que se debe hacer es tomarla como procedimiento para que el contrario entre en el juego que nosotros queremos hacer.

Todo el trabajo del profesor-entrenador, maestro en esta disciplina, va encaminado a conseguir que los movimientos del tirador no reflejen sus verdaderas intenciones; si hablamos de táctica, ya que si hablamos de técnica es muy diferente, porque lo que se quiere lograr es llegar a la perfección del gesto mediante la reproducción del modelo que todos los maestros y entrenadores tienen en mente, trabajando una y otra vez hasta que se alcance. Estos dos planos siempre deben ir unidos.

De la reflexión anterior podemos decir que algunos técnicos y especialistas con su manera de plantear el trabajo, resuelven dicho problema ofreciendo las distintas soluciones, coherentes pero a veces antagónicas en cuanto al planteamiento de los ejercicios y de las acciones, por lo que la automatización se está trabajando en varias direcciones y no sólo en una acción determinada. Incluso se ha llegado a decir, que las acciones se deben automatizar pero que posteriormente esos automatismos se deben romper. ¿La acción automática se considera como tal desde el inicio hasta que termina, es decir, percepción y reacción o desde que el contrario toma su acción para poder anotar y el contrario lo percibe? Si la acción automática es considerada como tal, el contrario debe saber cómo extraer esa acción para explotarla, por lo que debe tener un amplio repertorio de acciones preparatorias, ataque, defensa, desplazamientos, o sea, "*acciones falsas*" en general y buena técnica para poder sacar esa reacción.

Otro tipo de duda que se suele plantear es la siguiente: ¿Debe tener el competidor un gran repertorio de acciones o por el contrario debe ser especialista en unas cuantas? Todos sabemos que en

los deportes la automatización es significativa, pero de aquí surge una nueva cuestión. El planteamiento deportivo en cuanto al aprendizaje que va a realizar el deportista: ¿Es un niño y su planificación la consideramos a largo plazo, nos encontramos ante un deportista en período de formación donde los resultados pueden que estén repercutiendo en su vida deportiva, o bien estamos ante un deportista de alto nivel en su etapa de perfeccionamiento? Según V. Keler y D. Tishler "... *en la mayoría de los casos, es más conveniente dominar algunas acciones de distinta tendencia táctica que dominar el círculo de los medios de una tendencia táctica. En realidad, es mejor tener en el repertorio ataque, defensa-riposta y contraataque, que tres variantes de contraataques; más efectivas serán dos variantes de las acciones, que contraatacan en distintas líneas, que ambas en una línea*".

Si nos centramos en el terreno puro de la táctica, desde nuestro punto de vista, dependiendo de que su metodología sea la correcta o no, la automatización llevada al grado máximo deberá ser cuestionada ya que esta automatización puede llegar a convertirse en un obstáculo a la hora de aprender nuevos elementos, convirtiéndose en la causa de la llamada "*transferencia negativa*" Z. Naglack, o la recomendación que nos hace V. A. Arkayev que cuando un deportista tenga un automatismo defensivo, siendo consciente de que puede ser negativo, opte por la opción de defenderse tan sólo con la distancia, es decir, con desplazamientos hacia atrás y no con el arma ya que el otro competidor podría sacar partido de esa reacción no controlada. Esta observación no sólo es válida para el deportista en cuestión sino que debe ser tomada como un elemento a tener en cuenta por el entrenador en la programación-secuenciación de las acciones, debiendo éste tener presente la alternancia táctica en las acciones: defensa-contraofensiva, y en los desplazamientos: atrás-adelante, con lo que ello conlleva, atacar en tiempo sobre la preparación o contraatacar sobre el ataque. Para eso nada mejor que acudir a los pensamientos de V. Keler y D. Tishler "... *cualquier acción pierde su eficacia, si ésta se puede prever con precisión*" ya que el contrario puede utilizarla para vencerle, si estamos hablando de alta competición.

Nosotros estamos a favor de que las acciones se deban automatizar para que de esa manera el deportista no tenga que estar pensando en el cómo la está realizando sino en el momento y lugar donde realizar dicha acción para que tenga éxito. El problema está en poder cuantificar hasta dónde se debe llegar en el grado de automatización, siendo un matiz que el propio entrenador parece ser quien tiene el control de esta situación.

Después de haber estado trabajando algunos años con diferentes deportistas y haber estado llevando y dirigiendo gran parte del proceso de enseñanza-aprendizaje con más o menos rigor, seguían surgiendo dudas. Sobre todo, a la hora de que el alumno en competición, se diera cuenta de lo que el contrario le hacía y lo que él debía hacer en contraposición a lo que su adversario en determinados momentos le brindaba. Siendo este el motivo por el que nos planteamos un cambio en la enseñanza, para que los entrenamientos estuvieran guiados hacia el aprendizaje y perfeccionamiento de la fase de percepción y análisis de la situación y de la solución mental, siguiendo el modelo de F. Mahlo.

Papin, 1984, demostró que en las lecciones de estudio con el maestro tanto debutantes como expertos centraban la visión en su cazoleta, este estudio no se tomó en competición. H. Leseur distinguía entre señales dadas por el arma, por el cuerpo del adversario y por las líneas del terreno. "*Es necesaria la existencia de un equilibrio entre los dos sistemas visuales, y que la dirección de la mirada debe dirigirse hacia un lugar geométrico para la localización de los puntos portadores de información*", tomado de I. González "*El esgrimista se encuentra a la búsqueda de informaciones; Las más ricas son las registradas por la visión, pues éstas permiten la anticipación*".

Según L. Bard, se tomó datos sobre los movimientos oculares de esgrimistas confirmados, maestros de armas y debutantes, en el transcurso de una lección de espada y durante un asalto. Los resultados revelaron que los expertos y los maestros de armas tienen, por término medio, duraciones de fijación más cortas que los debutantes, así se confirmaba la hipótesis según la cual, la duración del proceso de análisis de la información disminuye en función de la experiencia de los sujetos.

Debemos añadir aquí que el sentido del tacto "*sentimiento de hierro*" es muy importante a la hora de percibir sensaciones y que en gran medida nos dará las percepciones que podrán ir compasadas con las visuales o no. Por lo que el deportista deberá aprender a tomar este sentido como un canal principal junto al visual para considerar la distancia, el tiempo y otros factores. A veces se puede ver como algunos maestros hacen que sus deportistas ejecuten los ejercicios con los ojos cerrados, no sólo para que interioricen la acción y la ejecuten técnicamente sino para que puedan sentir a través de su hoja la fuerza o debilidad que acompaña una preparación o un golpe al cual deben reaccionar de una manera preestablecida.

En investigaciones realizadas con esgrimistas rusos, pudieron comprobar que en la esgrima, dependiendo del arma que se estuviera estudiando, la velocidad de reacción era mejor o peor si la sensación era visual o táctil, teniendo mucho que ver en estos resultados el grado de entrenamiento de la acción, sobre todo, cuando la acción era más específica de un arma. Se referían a lo táctil en las *respuestas* en florete dado que esta acción se entrena más con las condiciones de - contacto de hierro – que en espada y sable. "*Los medios y métodos de los entrenamientos influyen sobre la variación del tiempo de las reacciones específicas de los esgrimistas*" (V. Keler y D. Tishler)

"*El tiempo de reacción, el promedio de sus componentes, la estabilidad o variación en las reacciones simples y diferenciadas, y el tiempo de la anticipación responden a los resultados del combate, a la ganancia o pérdida, a los medios y a los métodos que fueron empleados durante el entrenamiento en la clase individual*" (V. keler y D. Tishler).

El error técnico-táctico en combate nos los resume Z. Czajkowski (1972) como causa debida a uno de los siguientes factores:

- a) *percepción* (percepción falsa de la situación en la pista)
- b) *acción* (realización excesivamente amplia, lenta e inadecuada de unos movimientos bien elegidos),
- c) *modo de pensar* (apreciación indebida de la situación, falsa elección del modo de actuar, decisión desacertada).

Como parte del método de enseñanza que tienen los diferentes entrenadores de equipos nacionales para conseguir sus resultados están "*los medios de la esgrima*" según V.A. Arcayev y J. Chiquet entre otros y dentro de las distintas formas de exponer los ejercicios en la clase se encuentra la "*lección individual con el profesor*". Dependiendo del planteamiento que usen para conseguir unos determinados objetivos se pueden catalogar en: lección de estudio, de asalto, de entrenamiento, táctica, con un ejercicio específico a los que se refieren diferentes autores como L. Szepesi, P. Battesti o M. Kronlund.

Estos autores nos muestran cómo pueden estar catalogados los ejercicios, las acciones con relación a los objetivos que se pretenden conseguir y que en todo momento se trabajarán de una u otra forma pero donde el matiz diferenciador está en lo que siente el alumno, ejecutando los mismos ejercicios y lo que el maestro consigue. Por ejemplo, en la *lección docente o de estudio*, normalmente

se hace un trabajo de mecánica pura, con casi ningún sentido táctico. Se estudia la acción tal y como la debe ejecutar el deportista en la competición, fina, coordinada, correcta y perfecta en la medida de lo posible, que será de inmediata aplicación cuando se enfrente a un contrario que reaccione como el maestro lo hace. Por norma, no suele existir incertidumbre en la elección.

En la *lección táctica*, que puede venir a continuación de la lección de estudio o en distintas sesiones, se trata de una clase de "*aplicación*" de los contenidos que se enseñaron en la de estudio y lo importante es que el alumno se dé cuenta de cómo, cuándo y dónde debe ejecutar la acción, sin olvidarse de los demás factores que intervienen en el juego. A este respecto se refiere P. Iranyi con estas palabras "*Mientras observa (analiza) el movimiento del maestro, el alumno se olvida fácilmente de la distancia. El maestro debe castigar este – descuido – con un golpe en tiempo, al igual que lo haría el adversario en un asalto serio*". El alumno debe reaccionar para no ser tocado, por tanto, lo que es la observación para poder establecer el golpe que debe dar en un momento determinado, ha servido de estímulo, en este caso, para que el maestro - contrario - lance un golpe que no tenía preparado, es decir, un golpe como consecuencia de un error técnico y que como solución a ese golpe responderá el alumno con una determinada acción.

J. Carranza, denominaba a este tipo de acciones "*tretas de fin imperfecto*" y proponía que se debía trabajar porque en el combate surgía sin que el diestro pudiera tener tiempo para pensar en la siguiente acción, que será la que le solucione su problema. Hacía mucho hincapié, en que en los ejercicios prácticos se debían encadenar con la coherencia de la situación exigida. Debemos decir que cuando J. Carranza estaba hablando lo hacía para los diestros, duelistas y espadachines y no para el deportista actual cuyo asalto está determinado por un número de tocados y que en ningún caso se juega la vida, al menos la natural. Siguiendo con el caso anterior, debemos recordar lo que propone Z. Czajkowski (1973) "*en las clases individuales y en otros ejercicios insistir en la defensa imprevista procurando que el alumno domine las paradas seguras incluso en las situaciones más sorprendentes en el curso del combate*".

Ni que decir tiene, que en estos dos tipos de lecciones se está incidiendo en distintos aspectos del "*aprendizaje de las habilidades motrices*" o en las fases del acto táctico. En la primera, "*lección de estudio o docente*" lo que se trabaja repercute en el perfeccionamiento de la solución motriz. En cambio en la segunda "*lección táctica*" el trabajo repercute, tanto en la fase de percepción, como en la toma de decisión de la acción que ha de elegir para tocar. Casi todos los autores coinciden en la diferenciación de principiante o tirador formado y de una u otra manera recomiendan los puntos que señala F. Sánchez en cuanto al "*grado de complejidad de una tarea*" cuando se está trabajando con el maestro: *número de estímulos que se encuentran presente, velocidad y duración del estímulo, intensidad del estímulo, extensión en la que el estímulo puede ser conflictivo o confuso*.

Si además se sigue un guión perfectamente establecido y claro que sirva de patrón, como puede ser el esquema propuesto por L. Szabo, titulado "*secuencia táctica*", así como un método basado en más de cincuenta años de trabajo y reflexión donde la instrucción va de lo simple a lo complejo y el conocimiento de lo complejo hace que se reduzca a lo simple y por otro lado se toma el esquema del modelo teórico de Petrov (tomado de Z. Naglak) de la preparación táctica para la lucha deportiva, podemos asegurar, por la aplicación de ambos esquemas además de trabajar con los "*medios*" que la formación táctica de los deportistas se trabaja de una manera coherente y que estaremos incidiendo en el desarrollo de la anticipación ya sea como acción preconcebida sobre un adversario que no va más allá de la acción que está ejecutando en cuanto a pensamiento se refiere "*segunda intención*" o acción preconcebida, sobre la segunda acción que el contrario está planeando sobre la que en potencia tiene su contrario y que está a punto de realizar "*segunda intención sobre*

segunda intención". De ahí lo que podemos leer referente a la anticipación de Muhammed Alí "*era capaz de anticipar no sólo el tipo de golpe empleado por su oponente sino también de prever cuándo lo iba a emplear*" L.M. Ruiz. Según Bogdanow, tomado de Z. Naglak "*... el método más eficaz de preparación táctica de los deportistas consiste en el aprovechamiento práctico de los esquemas preparados y determinados de antemano y de las combinaciones aprendidas con anterioridad*".

Por tanto, con el trabajo de un guión establecido en cuanto a secuenciación de los ejercicios y las acciones, veríamos que habría una mejora en: una reducción del tiempo del componente motor, una reducción del tiempo del período latente de la acción y un perfeccionamiento de la anticipación. Para reforzar esta idea tomamos lo que nos apunta F. Sánchez "*Un buen planteamiento didáctico al respecto será aquel que intente reducir al mínimo el número de ensayos necesarios para el aprendizaje de la tarea motriz*".

Si se perfecciona "*la anticipación*" se puede utilizar como un factor añadido, como algo positivo que destacar, al obtener más rendimiento en el aspecto psicológico del deportista. De esa manera el deportista estaría nuevamente por encima de su oponente por intuir o conocer el esquema establecido y utilizado en el razonamiento táctico y por el factor psicológico.

2 CONCLUSIONES:

- * El "*tope*" que a veces tiene el deportista, o en el que a veces se encuentra, o decimos que se encuentra, no siempre es debido a causa de su persona. Como entrenadores debemos cuestionarnos el buen o mal planteamiento técnico-táctico y metodológico que nosotros como máximos responsables le estamos dando.
- * La enseñanza de la táctica debe estar presente desde el principio del trabajo con las diferentes acciones y éstas deben ser entrenadas desde su componente táctico y con la lógica de un trabajo técnico-táctico, ya que el éxito de las acciones, entre otras causas, se debe más a la aplicación de la acción en el contexto táctico, que a la ejecución de la acción en su componente técnico.
- * Al plantear los encadenamientos de los ejercicios, dentro del contexto técnico-táctico, se debe tener muy en cuenta que el ejercicio que se utiliza debe tener carácter universal para que sea válido en la gran mayoría de las situaciones y no que sólo sirva para un momento determinado y en esa circunstancia.

3 BIBLIOGRAFÍA.

- ARKAYEV, V. A. (1980). *La esgrima*. Ciudad de La Habana, Editorial Orbe.
- BARD, C. (1982). "La prise d'informtion visuelle et la préparation à l'action". *Eléments de neurobiologie des comportements moteurs*. In AZEMAR, G. y RIPOLL, H. Eds. Paris. INSEP, pp. 181-194.
- CHIQUET, J. (1998). *Los medios de entrenamiento en esgrima*. Conferencia organizada por el INEF de Madrid.

- CZAJKOWSKI, Z. (1972). *Sport Wyczynowy*, 9, 1, 01, p. 9-14. "Enseñanza y perfeccionamiento de la acción de esgrima con miras a su utilidad y aplicación en el combate".
- CZAJKOWSKI, Z. (1973). *Sport Wyczynowy*, 11, 2, 01, p. 18-26 "Estancamiento en el desarrollo de la esgrima de sable".
- GONZÁLEZ, I. (1996). *Análisis de la estrategia de percepción visual en Esgrima*. Trabajo fin de la Aplicación Específica. Sin publicar.
- IRANYI, P. (1973). *Leistungssport*, 3,6, p. 418-423. "Técnica y Táctica en esgrima".
- KELER, V. y TISHLER, D. (1984). *El entrenamiento de los esgrimistas*. La Habana, Editorial Científico-técnica, Ministerio de Cultura, 1984.
- NAGLACK, Z. (s.f.). *Entrenamiento deportivo, teoría y práctica*. Barcelona, Traducido del polaco por el INEF de Barcelona.
- RUIZ, L.M. y SÁNCHEZ, F. (1997). *Rendimiento Deportivo. Claves para la optimización de los aprendizajes*. Madrid, Gymnos editorial.
- SÁNCHEZ, F. (1990). *Bases para una didáctica de la educación física y el deporte*. Madrid, editorial Gymnos.
- SAUCEDO, F. (1999). *Jerónimo Sánchez Carranza y la Escuela Española de Esgrima*. Madrid, Samofra.
- SZABO, L. (1977). *Fencing and the Master*. Budapest, Corvina.
- SZEPESI, L. (1993). *Aproximación psicológica de la lección de sable*. Curso organizado por la R.F.E.E.
- THIRIOUX, P. (1970). *Escrime Moderne, aux trois armes*. Paris, Editions Amphora.