

Sistema de ejercicios para la táctica del voleo-pase en las voleibolistas de la categoría 13-15 años

Exercising system for the tactics of volley exceed in the players of volleyball category 13-15 years

Darwin Surena-Nápoles¹, Nurimar Martínez-Pérez², Eudis Milán-Leyva³

¹Lic. Universidad de Guantánamo. Guantánamo. Cuba.

²Dr.C. Profesora Titular. Universidad de Guantánamo. Guantánamo. Cuba.

³Dr.C. Profesor Titular Universidad de Guantánamo. Guantánamo. Cuba.

Email:

darwinssn@cug.co.cu

nurimampo@cug.co.cu

eudisml@cug.co.cu

Fecha de recepción: 20 de octubre de 2024

Fecha de aceptación: 17 de noviembre de 2024

RESUMEN

En la tesis se elabora un sistema de ejercicios de carácter integrador y sistémico en condiciones de competencia para el mejoramiento de la táctica del voleo-pase en las voleibolistas de la categoría 13-15 años de la EIDE de Guantánamo. Las insuficiencias detectadas surgen a partir del análisis de los controles a entrenamientos deportivos e informes de competencia. Los métodos y técnicas de investigación utilizados fueron: del nivel teórico, el análisis-síntesis, inducción-deducción; del nivel empírico se utilizaron la observación, encuestas, entrevistas y la observación; de los estadísticos-matemáticos: técnicas estadísticas variable cualitativa ordinal y la prueba de los signos o prueba Wilcoxon.

ABSTRACT

In the thesis elaborate him tactical actions of volley, exceed in the players of volleyball the category 13-15 Guantánamo's years. The detected insufficiencies happen as from the analysis of the controls to sports workouts and competitive reports. The methods and fact-finding utilized techniques matched: Of the theoretic level, analysis synthesis, induction deduction; They utilized the observation, opinion polls, interviews and the observation of the empiric level; Of the mathematical statisticians: Variable qualitative ordinal statistical techniques and the proof of the signs or proof Wilcoxon.

Palabras clave

Sistema; Acciones tácticas; Voleo-pase; Categoría 13-15 años; Voleibolistas.

Keywords

System; Tactical actions; I volley pass; Category 13-15 years; Players of volleyball.

INTRODUCCIÓN

El Voleibol moderno se ha constituido como un deporte de una amplia visión competitiva, donde las situaciones cambiantes e inesperadas del juego han proliferado al punto que la ofensiva interactúa en conceptos ofensivos y viceversa. Por ello la necesidad de tener en cuenta los diferentes componentes de la preparación del deportista, en el orden físico, técnica, táctica, psicológica y teórica acorde con los adelantos del mismo.

La táctica según Frederick (1976). Es la parte de la estrategia 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 un adversario. Es la concreción de tareas del encéfalo en la actividad práctico-competitiva, procesadas a partir de habilidades del pensamiento y de otras funciones. El voleibol como todos los deportes colectivos, contempla tanto la suma de las acciones individuales de sus componentes, así como la manera de cómo vamos a organizar los mismos dentro del juego por lo que la actuación colectiva es fundamental, por lo que la importancia de la táctica estriba en la toma de la iniciativa ante el contrario para alcanzar resultados relevantes.

Varios autores como Ozolin (1983), Herrera, Ramos y Despaigne (1996), Harre (1987), Garcés (2013), Pérez y León (2016), Gonzales (2017) y Martínez (2021) se han dedicado a trabajar desde la preparación del deportista la preparación táctica, sin embargo, es carente el estudio dirigido a ejercicios de carácter integrador y sistémico en condiciones de competencia para la táctica del voleo-pase.

La preparación táctica del Voleibol en Cuba en los últimos tiempos ha constituido objeto de atención priorizada. Herrera (2013), manifiesta que “(...) las principales dificultades del Voleibol cubano en los Juegos Olímpicos del 2012 están centradas en el insuficiente desempeño táctico de los jugadores, componente determinante en la preparación contemporánea” (p.15). Esto es un hecho que cobra marcado interés en el desarrollo de investigaciones alrededor de esta problemática en aras de volver a alcanzar los resultados históricos logrados por Cuba a escala mundial Martínez (2021).

Méndez (2017) corrobora que prevalece una utilización por parte de los entrenadores de metodologías de la enseñanza tradicional fundamentadas en la fragmentación, simplificación y progresión de tareas descontextualizadas de su entorno real de juego dificulta a los voleibolistas resolver de forma grupal las acciones en situaciones reales de juego. Elemento que es asumido en esta investigación en aras de elaborar acciones para su mejoramiento.

Según refiere Navelo (2004) plantea (...) Estamos ante la necesidad de trabajar en un enfoque de la enseñanza y el perfeccionamiento que sea capaz de formar a los jóvenes voleibolistas para brindar

respuestas a las exigencias de voleibol contemporánea, el cual se caracteriza por un adecuado dominio de la técnica de los fundamentos, la riqueza y variabilidad de las acciones técnico- tácticas con un alto nivel en las combinaciones y sistemas de juego”. Por ello, los especialistas del voleibol están en la responsabilidad de perfeccionar el entrenamiento en cuanto a la orientación metodológica, la organización y ejecución del proceso de preparación evitando las improvisaciones, que afecten el desarrollo de los jugadores.

Andux (1988) sostiene que “(...) el pase es el elemento más importante del voleibol. Todos los jugadores deben saber realizar pases seguros y precisos”. La eficiencia del ataque esta en dependencia de la correcta ejecución de la técnica del pase y la acertada orientación táctica para el remate, la correcta ejecución táctica del pasador está en la concreta situación del juego, la calidad del recibo, de la colocación de los rematadores, de la colocación de los propios pasadores, de las acciones del equipo contrario, y del estado del juego.

Sin embargo Zhelezniak (1989) señala que “(...) casi la totalidad de los ejercicios para el perfeccionamiento de los fundamentos técnicos están estrechamente ligados a los pases. Los jugadores deben asimilar que los pases constituyen el fundamento del juego, que es imposible jugar sin pase y cualquier remate depende de él”. El pase constituye la base del voleibol dentro del deporte. Es condición para la construcción directa del juego de ataque de un equipo. El valor del pase radica en su riqueza táctica la que se adquirirá mediante acciones que promuevan el desarrollo del pensamiento creador los juegos de estudio y de control donde desarrollara todas sus capacidades con el objetivo de situar a sus atacadores en una posición ventajosa ante el bloqueo rival.

El pase es una habilidad que debe comenzarse desde edades tempranas, en el desarrollo de una visión periférica y distribución de la atención, mediante ejercicios especiales. Estos factores psicológicos son determinantes en la formación de un especialista en el segundo pase. Para el perfeccionamiento del pase en los ejercicios de grupos y del equipo, es conveniente emplear los ejercicios individuales apoyándose en la técnica además de poder desarrollar la exactitud de los pases en diferentes posiciones iniciales para pasar el balón, a los objetivo que se encuentran a diferentes distancias y el desarrollo de la coordinación en los desplazamientos.

A pesar de reconocerse la importancia del voleo-pase en el juego de voleibol, por constituir uno de los fundamentos con mayor aparición dentro el juego, todavía como hace referencia Méndez (2017) prevalece la enseñanza tradicional fundamentada en la fragmentación, simplificación y progresión de tareas descontextualizadas de su entorno real de juego de ahí la importancia de esta investigación en elaborar un sistema de ejercicios de carácter integrador y sistémico en condiciones de competencia

para el mejoramiento de la táctica del voleo-pase en las voleibolistas de la categoría 13-15 años de la EIDE de Guantánamo.

Por otra parte, en la planificación estratégica del Voleibol para el cuatrienio 2021-2024 se reconoce como una de las debilidades la insuficiente preparación táctica de los voleibolistas a nivel de base. En consonancia con lo planteado Herrera (2013) se refiere a que “(...) la preparación táctica del Voleibol en Cuba en los últimos tiempos ha constituido objeto de atención priorizada puesto que entre las principales dificultades del Voleibol cubano en los Juegos Olímpicos del 2012 se centraron en el insuficiente desempeño táctico de los jugadores, componente determinante en la preparación contemporánea” (p.15). Hecho que cobra marcado interés en el desarrollo de investigaciones alrededor de esta problemática en aras de volver a alcanzar los resultados históricos logrados por Cuba a escala mundial.

De lo anterior se revela la necesidad del fortalecimiento de la preparación táctica y en específico en el voleo-pase elemento indispensable tanto a la ofensiva como en la defensiva del voleibol moderno, proceso que requiere la elaboración de productos científicos que solucionen tal situación.

Las acciones tácticas con del voleo-pase en voleibolistas de la categoría 13-15 años de Guantánamo, constituye una temática de actualidad en el marco nacional y provincial, que repercute en el contexto de las situaciones reales de juego, como una necesidad a resolver en las demandas tecnológicas del Voleibol. Se llevó a cabo un análisis de 789 acciones negativas en el voleo-pase en los juegos nacionales del 2023 válido para su estudio. Los datos fueron obtenidos gracias a la observación de 18 juegos, correspondiente al campeonato escolar nacional del 2023. Al respecto se presenta la siguiente situación problemática: insuficiencias en la ejecución de las acciones tácticas del voleo-pase en voleibolistas de la categoría 13-15 años de Guantánamo.

En tal sentido se evidencian algunas regularidades que no permiten que se concreten las acciones tácticas del voleo-pase en voleibolistas de la categoría 13-15 años de Guantánamo, a partir del diagnóstico preconcebido mediante el método de observación, los resultados estadísticos en dicha actividad competitiva y la entrevista a los entrenadores, fue posible detectar estas insuficiencias: insuficientes herramientas metodológicas para el tratamiento del voleo-pase; pobre accionar táctico de las pasadoras durante el juego y la competencia, inadecuada toma de decisión de las pasadoras en las competiciones

Por lo antes expresado se determina el problema científico: ¿cómo mejorar la táctica del voleo-pase en las voleibolistas de la categoría 13-15 años de la EIDE de Guantánamo? Para la solución del problema detectado se propone como objetivo: Elaborar un sistema de ejercicios de carácter

integrador y sistémico en condiciones de competencia para el mejoramiento de la táctica del voleo-pase en las voleibolistas de la categoría 13-15 años de la EIDE de Guantánamo; por lo tanto, se formula la siguiente idea a defender: si se diseñan ejercicios con una nueva concepción en su planificación, se perfecciona las acciones tácticas con pantalla directa, entonces se contribuye al perfeccionamiento de las situaciones reales de juego en los baloncestistas juveniles

Métodos de investigación:

Del nivel teórico

Análisis y síntesis: fue utilizado en el estudio del problema, sus particularidades y características, lo que permitió revelar sus regularidades y comprender su estado actual.

Estudio documental: se utilizó para estudiar y determinar elementos esenciales que se abordan en documentos rectores, normativas y otros que tiene que ver con aspectos específicos del problema.

Del nivel empírico:

Observación: a unidades de entrenamientos y juegos, con el fin de recoger información acerca del estado actual de la preparación táctica del voleo-pase en las voleibolistas de la categoría 13-15 años.

Criterio de expertos: se empleó de manera predictiva, para valorar la factibilidad de los ejercicios para mejorar la preparación táctica del voleo-pase en las voleibolistas de la categoría 13-15 años.

Encuesta: aplicada a los voleibolistas en estudio, como población de la investigación, con la finalidad de recoger criterios y opiniones acerca del conocimiento y estado actual de la táctica del voleo-pase.

Entrevista: se realizó a entrenadores que intervienen en la preparación táctica del voleo-pase en las voleibolistas de la categoría 13-15 años de Guantánamo y otros especialistas del territorio que poseen conocimientos sobre la preparación táctica en el Voleibol.

Del nivel matemático estadístico:

Técnicas estadísticas empleadas: variable cualitativa ordinal, para hacer comparaciones antes o después, la prueba que se utiliza la prueba de los signos o prueba Wilcoxon.

RESULTADOS

Durante el transcurso de la investigación se diseña un sistema de ejercicios conformados por 10 ejercicios para el mejoramiento de la táctica del voleo-pase en las voleibolistas de la categoría 13-15 de Guantánamo, para cada etapa de la preparación, contentivos de objetivo, organización, desarrollo, métodos, medios, procedimientos, formas de organización, dosificación , formas de recuperación , variantes e indicaciones metodológicas

Objetivo: mejorar la táctica del voleo-pase tratando de burlar el bloqueo contrario, asegurando que los rematadores ejecuten el mismo con una mínima cantidad de bloqueadores, o sin ellos, en las voleibolistas de la categoría 13-15 años de la EIDE de Guantánamo

Aspectos a considerar: parábola del balón después del recibo, el propio dominio técnico táctico, características de los rematadores del propio equipo, el sistema de juego del equipo y las virtudes y deficiencias del bloqueo contrario.

Fundamentos metodológicos del sistema de ejercicios para el mejoramiento de la táctica del voleo-pase en las voleibolistas de la categoría 13-15 de Guantánamo.

Los ejercicios que se proponen, se fundamentan en las tareas a desarrollar para el logro de los objetivos del entrenamiento técnico-táctico y físico, con el fin de llevar a cabo un trabajo más dirigido a la especialidad de cada voleibolista dentro del proceso de entrenamiento,

Se parte del objetivo de la categoría escolar 13-15 años: manifestar un nivel de maestría deportiva alcanzado a través de la ejecución de las habilidades motrices demostrando la fortaleza física indispensable en los niveles competitivos acorde con la categoría. Hasta derivar el objetivo de los ejercicios elaborados: mejorar la táctica del voleo-pase en las voleibolistas de la categoría 13-15 años de la EIDE de Guantánamo. Ejemplo de ejercicios

Ejercicio 3. Voleo pase hacia la zona 2, con penetración desde la zona 1 a partir de la recepción de un envió

Objetivo: pasar desde la zona 2, con penetración por zona 1 a partir de la parábola del balón después del recibo en condiciones variables y estándar.

Organización: organizados en dos hileras en la mitad del terreno, ejecutaran pase y acción

Métodos: repeticiones estándar y variables

Medios: pelotas, red, silbato

Procedimientos: frontal en grupos

Formas de organización: hileras

Dosificación: 6 a 8 repeticiones

Formas de recuperación: completa. Dinámica y sobre la marcha

Variantes: ídem pero con bloqueo

Indicaciones metodológicas

Exigir por parábola del balón después del recibo, el propio dominio técnico táctico, características de los rematadores del propio equipo, el sistema de juego del equipo y las virtudes y deficiencias del bloqueo contrario.

Realizar el pase en dependencia de las características de los rematadores de su equipo

Ejercicio 4. Voleo pase hacia la zona 2 y 4, con penetración desde la zona 1 con obstáculos situados a diferentes distancias (3 metros de la red).

Objetivo: pasar hacia la zona 2 y 4, con penetración desde la zona 1 con obstáculos situados a diferentes distancias (3 metros de la red), en condiciones variables y estandar.

Organización: organizados en dos hileras en la mitad del terreno, ejecutaran pase y acción

Métodos: repeticiones estándar

Medios: pelotas, red, silbato

Procedimientos: frontal en grupos

Formas de organización: hileras

Dosificación: 6 a 8 repeticiones

Formas de recuperación: completa. Dinámica y sobre la marcha

Variantes: ídem pero con bloqueo

Indicaciones metodológicas

Exigir por parábola del balón después del recibo, el propio dominio técnico táctico, características de los rematadores del propio equipo, el sistema de juego del equipo y las virtudes y deficiencias del bloqueo contrario.

Ejercicio 5. Voleo pase hacia la zona 2 y 4, con penetración desde la zona 1 con obstáculos situados a diferentes distancias (5 metros de la red).

Objetivo: pasar hacia la zona 2 y 4, con penetración desde la zona 1 con obstáculos situados a diferentes distancias (5 metros de la red).

Organización: organizados en dos hileras en la mitad del terreno, ejecutaran pase y acción

Métodos: estándar y variable

Medios: pelotas, aro, silbato, cronometro

Procedimientos: frontal en grupos

Formas de organización: hileras

Dosificación: 6 a 8 repeticiones

Formas de recuperación: completa. Dinámica y sobre la marcha

Variantes: ídem pero con bloqueo

Indicaciones metodológicas

Exigir por parábola del balón después del recibo, el propio dominio técnico táctico, características de los rematadores del propio equipo, el sistema de juego del equipo y las virtudes y deficiencias del bloqueo contrario.

Ejercicio 6. Voleo pase hacia la zona 2 y 4, con penetración desde la zona 1 con obstáculos situados a diferentes distancias (7 metros de la red).

Objetivo

Organización: organizados en dos hileras en la mitad del terreno, ejecutaran pase y acción

Métodos: estándar y variable

Medios: pelotas, red, silbato

Procedimientos: frontal en grupos

Formas de organización: hileras

Dosificación: 6 a 8 repeticiones

Formas de recuperación: completa. Dinámica y sobre la marcha

Variantes: ídem pero con bloqueo

Exigir por parábola del balón después del recibo, el propio dominio técnico táctico, características de los rematadores del propio equipo, el sistema de juego del equipo y las virtudes y deficiencias del bloqueo contrario.

Indicaciones metodológicas

CONCLUSIONES

En la investigación se loran elaborar elabora un sistema de ejercicios de carácter integrador y sistémico en condiciones de competencia para el mejoramiento de la táctica del voleo-pase en las voleibolistas de la categoría 13-15 años de la EIDE de Guantánamo contentivos de objetivo, organización, desarrollo, métodos, medios, procedimientos, formas de organización, dosificación , formas de recuperación , variantes e indicaciones metodológicas

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Andux., Hernández y González. (1988). Programa Integral de Preparación del Deportista Voleibol. 198 p.

Federación Cubana de Voleibol. (2021). Programa de Preparación Integral del Deportista, Ciclo Olímpico (2021-2025). La Habana: INDER.

Garcés, J. (2013). La actualización de la competencia técnico deportiva en el entrenador de voleibol. Revista EFDeportes.com, 17(178). Recuperado de <https://www.efdeportes.com/efd178/la-actualizacion-en-el-entrenador-de-Voleibol.htm>

- González, J. (2017). Study of the models of game in volleyball of formative stages. Universidad de Extremadura, España. Facultad de Ciencias Sociales y Jurídicas. Madrid, España: Universidad Rey Juan Carlos.
- Harre, D. (1987). Teoría del entrenamiento deportivo, Editorial Ciencia y Técnica, Ciudad de la Habana 340 p
- Herrera, G. (2013). Redimensión del sistema de preparación física para el desarrollo de la capacidad de salto. Santiago de Cuba: Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte.
- Herrera, G., J. Ramos y J. Despaigne: (1996): Voleibol. Manual de Consulta Operativo para Entrenadores, Editorial Federación Vasca de Voleibol, Bilbao. 128 p.
- Martínez, N. (2021). La competencia profesional dirección de la preparación táctica del entrenador de Voleibol categoría 11-12 años. (Tesis de Doctorado). Instituto Superior de Cultura Física, Holguín, Cuba.
- Méndez, A. G. (2017). Modelo de la didáctica competitiva del proceso de enseñanza-aprendizaje del Voleibol de la categoría 11-12 años. (Tesis de Doctorado). Instituto Superior de Cultura Física, Las Tunas, Cuba.
- Navelo, R. (2004). El joven voleibolista. Editorial José Martí. Ciudad de la Habana.
- Ozolin, (1983). Sistema contemporáneo de entrenamiento deportivo, Editorial Científico-Técnico, La Habana, 488 p.
- Pérez, I. y León, J. (2016). El Voleibol en el ámbito universitario. Evaluación de una propuesta metodológica. Journal of Sport and Health Research, 8(2), 139-15