



UNITED WORLD
WRESTLING
AMERICAS

**LA INICIACIÓN DEPORTIVA: DE
LAS HABILIDADES MOTRICES A
LOS MEDIOS TÉCNICO TÁCTICOS**

Parte II

MsC. Alexander Alemán Osuna

Agosto 2020



LA INICIACIÓN DEPORTIVA: DE LAS HABILIDADES MOTRICES A LOS MEDIOS TÉCNICO TÁCTICOS

Parte II

Nota: Recuerden, está es la continuación de la primera parte, sin ambas partes la información estaría incompleta.

Considero necesario hacer un pequeño paréntesis, al comenzar esta segunda parte, para explicar de la forma más concreta y sencilla posible ¿Qué son las habilidades genéricas? Pues por lo menos, aquí en Cuba, ese término no se ha manejado mucho en nuestra bibliografía, como sí se han manejado bastante los términos de: habilidades motrices básicas y habilidades motrices específicas.

Habilidades Genéricas

Concepto: Habilidades motrices resultantes de la combinación de más de una habilidad básica, es decir, que presentan un mayor nivel de complejidad y concreción que las habilidades motrices básicas, y destacan por ser comunes a diferentes modalidades deportivas. Por ejemplo: **el bote** en baloncesto, balonmano, tenis...

El bote

Definición: es la interacción con un móvil elástico, mediante lanzamientos y recepciones contra la superficie rígida.

El bote tiene dos fases:

1. **Impulso** (Lanzamiento del móvil a la superficie)
2. **Contacto** (Adaptación del móvil a la mano)

Luego les prometo escribir, también, sobre las habilidades motrices básicas, pero a continuación seguimos con la segunda parte de este importante tema, más tarde deben unir las dos partes y todo tendrá un orden lógico y cronológico en cuanto al tema que nos ocupa (como les había manifestado en la primera parte) sobre como debe ir sucediendo la evolución en el trabajo de las habilidades del niño, incluso, desde mucho antes de iniciarse en el deporte y, luego, más tarde, durante todo el proceso de iniciación, desarrollo y perfeccionamiento deportivo del mismo.

La mayoría de los autores manifiestan que la Iniciación Deportiva, o sea, el primer contacto del niño con el deporte, se sitúa en edades comprendida entre los **8 y 12 años**, aproximadamente, ya que, en parte, dependerá del trabajo de formación motriz básica que hayamos realizado, en años anteriores, con los infantes que se inician.





Le Boulch (1991), resulta mucho más categórico y plantea: **"...el concepto de deporte carece de significación antes de los 9 años, la supuesta iniciación deportiva dirigida a niños de 6 a 9 años es sólo una caricatura de la actividad adulta, expresada a veces como un condicionamiento gestual precoz."**

En el segundo ciclo (**5to y 6to grado**, o sea, **11 y 12 años**) las habilidades motrices básicas, si bien las seguiremos trabajando, irán perdiendo importancia, a medida que avanzamos en edad y nivel de formación motriz de los alumnos. Por supuesto, para estas edades, ya nuestros discípulos tienen que poseer un cúmulo de habilidades motrices básicas adecuado, para que, de esta forma, pueda existir **una transferencia positiva** a las habilidades genéricas, luego a las específicas y, más tarde, a las habilidades especializadas.

Recordemos que: "el aumento del repertorio de patrones motores en el niño le posibilitará una disminución de la dificultad, en el momento en que haya de aprender habilidades más complejas"

Para **Wein (1995)** "el niño fracasará no sólo a nivel físico sino también a nivel mental cuando la enseñanza no se le plantea de forma progresiva y paulatina".

Le Boulch, J. (1991) sostiene que, para asegurar el equilibrio y el desarrollo adecuado del niño, es necesario brindarle una formación corporal de base: **"antes de los 14 años, lo esencial es el desarrollo de las funciones psicomotrices"**

"Un aprendizaje sólo puede realizarse cuando el niño está listo, es decir, cuando posee y domina los prerrequisitos de ese aprendizaje y la capacidad de reorganizarlos." (**M. Durand**)

Esto desemboca en la idea de que es inútil, ineficaz e incluso peligroso encerrar demasiado pronto al niño en aprendizajes específicos.

Facilitar un adecuado crecimiento, maduración y aprendizaje, construir una base rica y amplia, de uso presente y futuro y permitir la transferencia para la formación motriz específica, es, sin lugar a dudas, una forma de enfrentar el deporte con mayores alternativas de éxito y con una amplia disponibilidad de recursos, aplicables a todos los ámbitos motrices de la vida.

Por todo lo anteriormente mencionado consideramos que: el trabajo sensato y equilibrado con las **habilidades específicas o medios técnico-tácticos del deporte**, debe comenzar ya en el tercer ciclo de la enseñanza, o sea, a partir de **7mo y 8vo grados (13-14 años)**, a partir de ese período ya la transferencia del trabajo de las habilidades genéricas, al trabajo de las habilidades específicas, comienza a tener lógica y sentido común. En estas edades ya los atletas están preparados para asimilar





cada uno de los elementos técnicos - tácticos, establecidos en los programas de preparación del deportista para dicha categoría, ya que, como habíamos planteado anteriormente, ya los niños dominan los prerrequisitos para estos aprendizajes y también tienen la capacidad de poder reorganizarlos.

Luego de haber concluido la edad Juvenil (que en nuestro deporte es hasta los 20 años), específicamente entre los 22 y 24 años, se acentúa mucho más el trabajo de las habilidades específicas ya buscando la consolidación, profundización y estabilización de cada acción motriz específica (técnica preferida), con las que, con el trascurso de los años, se han ido adentrando rumbo a la especialización.

A partir de los 24-25 años ya están creadas todas las condiciones para comenzar a trabajar las habilidades especializadas, pues ya están completamente listos para el logro del hábito motor variable y su eficaz realización en condiciones difíciles.

Ya en esta última etapa de su desarrollo motriz, los atletas tendrán un resultado alto y estable **en cuanto a la solución segura de las tareas motoras en condiciones difíciles.**

En cuanto a la calidad de los ejercicios:

- ✓ Ejecución eficaz de los movimientos en condiciones complejas y con alteraciones.
- ✓ Coordinación perfecta y completo dominio de la técnica.

En cuanto a las sensaciones y percepciones:

- ✓ Alta precisión y diferenciación de los movimientos y de la información cinestésica.
- ✓ Percepción central cede a la periférica.
- ✓ Relación precisa de las sensaciones y su forma verbal.

La programación y representación de los movimientos: es detallada, con elementos variables, anticipación diferenciada, superando los impedimentos.

En cuanto a la regulación de los movimientos:

- ✓ Garantiza la estabilidad de los resultados en condiciones de ejecución de los movimientos.
- ✓ Alto nivel de regulación anticipada.
- ✓ Utilización eficaz de las fuerzas reactivas y de inercia.

MUY IMPORTANTE

Si se arriba a la fase de automatización con errores y deficiencias técnicas, resultará sumamente difícil eliminarlos.

Cobra particular importancia el correcto aprendizaje de la técnica desde edades tempranas, sustentada en la aplicación más idónea de los métodos y medios para su enseñanza.





CONCLUSIONES

Estos pasos progresivos previos a la iniciación deportiva no pueden ser nunca compartimentos estancos ya que su interrelación será vital para que el aprendizaje de las distintas habilidades sea efectivo en estas edades, dependiendo del nivel de desarrollo de cada alumno.

El aprendizaje motor es múltiple, ya que afecta al individuo íntegramente en todo su ser, sentir, pensar y actuar, y es un proceso dinámico, porque el camino que se recorre no es lineal, implica crisis, paralización, retrocesos, avances y saltos cualitativos.

La "formación motriz" no es sólo el entrenar a los niños para la competición, sino una acción dirigida al desarrollo y control de las capacidades motrices del niño, por lo tanto no se puede reducir solo a la adquisición de unos automatismos por necesarios que estos puedan parecer.

El tiempo es muy mal consejero en pedagogía, incluso en pedagogía deportiva; no siempre "perder el tiempo" en aprendizajes que parecen alejados del objetivo señalado, es realmente perderlo, sino ganarlo.

El mejor deportista no es aquél que ha adquirido mejores automatismos sino aquel que es capaz de romperlos en un momento dado y obtener éxito en ello, para lo cual evidentemente, hace falta disponer de los recursos adecuados y esto es tarea de enseñanza y aprendizaje.

Una práctica educativo-deportiva correctamente encauzada no sólo tiene la función de preparar al niño para su posible futura carrera deportiva, sino que aporta elementos fundamentales para el desarrollo y estabilización intelectual y psíquica, constituyendo una base destinada a permanecer, y ser aplicada toda la vida.

Evolución en el trabajo de habilidades.

TIPO DE HABILIDAD	EDAD A TRABAJAR
CAPACIDAD PERCETIVO-MOTRICES	Entre 2-3 y 6-7 años
HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS	Entre 7-8 y 9-10 años
HABILIDADES GENÉRICAS	Entre 8-9 y 10-12 años
HABILIDADES ESPECÍFICAS	Entre 13-14 y 22-24 años
HABILIDADES ESPECIALIZADAS	A partir de los 24-25 años

Muchas Gracias.





UNITED WORLD WRESTLING AMERICAS

© 2020 United World Wrestling Americas

Todos los derechos están reservados. Exceptuando su uso para estudio particular, investigación, crítica o revisión, tal y como está previsto en la Ley de Derechos de Autor, Diseños y Patentes, queda prohibida la reproducción de cualquiera de sus partes, su archivado en un sistema de recuperación o su transmisión en forma alguna o por medio alguno, ya se electrónico, mecánico, óptico, por fotocopia, por grabación o de cualquier otro tipo, sin el permiso escrito del autor.



UNITED WORLD
WRESTLING
AMERICAS