

Original Recibido: 24/01/2023 | Aceptado: 18/04/2023

Metodología para el entrenamiento de la capacidad coordinativa especial anticipación en las acciones defensivas de los receptores

Methodology for the workout of the coordinating especial capability anticipation in the defensive actions of the recipients

Lic. Raudel Medina Benítez. Combinado Deportivo “El Dátil”, Bayamo. Granma. Cuba.

[\[raudel.medina93@gmail.com\]](mailto:raudel.medina93@gmail.com) 

Ángel Guillermo Ortega Liens. Profesor Titular. Universidad de Granma. Cuba. [\[aortegal@udg.co.cu\]](mailto:aortegal@udg.co.cu) 

Resumen:

El Béisbol en Cuba, es por derecho propio el deporte nacional, es la actividad de mayor arraigo y tradición en el pueblo desde su inicio en el siglo pasado, este tuvo gran aceptación entre la juventud que muy pronto lo convirtió en su entretenimiento favorito. La pasión que produce este deporte en los aficionados es indescriptible, para los cubanos es algo tan natural como la vida. El Béisbol es un deporte colectivo, de equipo, de carácter variable y es clasificado desde el punto de vista metodológico entre el grupo de “Deportes de Juegos Deportivos”. La revisión de la literatura especializada acerca del entrenamiento de la capacidad coordinativa especial anticipación, en las acciones defensivas de los receptores, es una capacidad muy poca estudiada, por lo que la confección de una metodología para el entrenamiento de esta capacidad, se destaca como el objetivo de esta investigación. En los receptores, la capacidad coordinativa especial anticipación es de gran importancia ya que es la base para las acciones defensivas y se deben desarrollar teniendo en cuenta su aplicabilidad en determinadas situaciones tácticas. El estudio cuenta con una población de 3 receptores de Béisbol del equipo 11-12 años “Pequeñas Ligas” de este territorio, que constituye el 100% de la muestra. Con el empleo de esta metodología se logró mejorar la capacidad coordinativa especial anticipación, en las acciones defensivas de los receptores.

Palabras claves: Entrenamiento; Capacidad coordinativa especial anticipación.



Abstract:

The Baseball in Cuba, this is the national sports in its own right, the activity is of bigger rooting and tradition at the town from its start in the last century, you had great approval between the young than very ready you turned into his favorite entertainment. The passion that produces this sports in the fans is indescribable, for the Cubans methodology between the group is something so natural like la classified from the point of view of “ Deports of Juegos Dep life. Baseball is a collective, team, variable- character sports and it is ortivos ”. The revision of the literature specialized about the workout of the coordinating especial capability anticipation, in the defensive actions of the recipients, a very capability is ill-considered, for that the confection of a methodology for the workout of this capability, you stand out like the objective of this investigation. In the recipients, the coordinating especial capability anticipation is of great importance since it is the base for the defensive actions and they must develop taking into account his applicability in determined tactical situations. The study has population of 3 recipients of the Baseball team 11-12 years PequeñasLigas of this territory, that you constitute 100 % of the sign. It was managed to improve the coordinating especial capability with the job of this methodology anticipation, in the defensive actions of the recipients

Keywords: Workout Coordinating Especial Capability Anticipation

Introducción:

El Béisbol es un deporte colectivo, de equipo, de carácter variable y es clasificado desde el punto de vista metodológico entre el grupo de “Deportes de Juegos Deportivos”.

Reynaldo (2006), caracteriza este deporte, planteando: “...el Béisbol es un juego técnico-táctico colectivo, de cooperación-oposición, esfuerzo variable, potencia moderada, acciones anaerobias



alactásicas y carácter acíclico, que suele desarrollarse al aire libre y ofrece a los contrincantes idénticas posibilidades de estar al bate en cada media entrada...”

Martin, E; (2002). Plantea que: “el juego de Béisbol como deporte de equipo, ha organizado sus acciones en condiciones de interrelación e interdependencia ya que su juego se desarrolla por pasaje, con una fase de pausa relativa y fases dinámicas de actividad; tiene carácter significativamente técnico-táctico, pero debido a la variedad y complejidad de su accionar y un influjo constante de situaciones imprevistas la tendencia va dirigida hacia un deporte táctico debido a la variedad y complejidad de su accionar táctico, lo que hace que se desarrolle bajo un influjo constante de situaciones imprevistas.

Seguidamente abunda: “Dichas situaciones exigen del pelotero riguroso control de los esfuerzos musculares ante las cambiantes acciones técnicas; poseer adecuados mecanismos de autorregulación emocional para la regulación de la acción y la recuperación; adecuado desarrollo de las cualidades volitivas que le permitan luchar por la victoria en cualquier circunstancia de juego; también, alta capacidad para concentrar la atención, elevado nivel de conocimientos tácticos, tener marcado espíritu de grupo, colectivismo; identificación plena hacia las metas y objetivos del equipo; esto hace que se desarrolle su actividad de juego bajo un influjo constante de imprevistos, generando tensiones emocionales y una elevada carga psíquica”.

Para que un receptor de Béisbol ejecute correctamente la capacidad coordinativa especial anticipación en las acciones defensivas, se necesita de un adecuado proceso de enseñanza- aprendizaje, nivel de preparación deportiva (física, técnica, táctica, psicológica y teórica) y una excelente capacidad de coordinación de movimientos, por todo esto se infiere la necesidad de una metodología para mejorar la capacidad coordinativa especial anticipación en las acciones defensivas de los receptores.

Uno de los problemas que afectan el rendimiento de los receptores de Béisbol, se localiza en el grado de desarrollo de la capacidad coordinativa especial anticipación, en las acciones defensivas que



estos presentan. Los colectivos de entrenadores de los diferentes equipos de Béisbol, reconocen la importancia de la capacidad coordinativa especial anticipación en las acciones defensivas de los receptores de Béisbol para alcanzar altos resultados competitivos.

Existen variados conceptos sobre las Capacidades Coordinativas de los movimientos del hombre:

Ruiz (1985), define que las capacidades coordinativas son: “Capacidades sensomotrices consolidadas del rendimiento de la personalidad, que se aplican conscientemente en la dirección de movimientos y componentes de una acción motriz con una finalidad determinada”.

Sin embargo Collazo (2002) considera que es: La capacidad del sistema neuromuscular para controlar, regular y dirigir los movimientos, espacio corporales y temporales en las actividades físico deportivas, que se expresa en la coordinación motriz inter e intramuscular en estrecha unión con el sistema nervioso central, donde la calidad de los procesos de la percepción, la representación y la memoria del individuo son determinantes para una correcta ejecución motriz del movimiento.

Se propone como objetivo: Elaborar una metodología sustentada en la aplicación de los métodos invariables, variables, juego y competencia para mejorar la capacidad coordinativa especial, anticipación de las acciones defensivas en los receptores de Béisbol participantes de la categoría 11-12 años “Pequeñas Ligas” del municipio Bayamo.

Materiales y métodos

El estudio cuenta con una población de 3 receptores de Béisbol del equipo 11-12 años “Pequeñas Ligas” del municipio Bayamo, provincia de Granma, que constituye el 100% de la muestra.

Consideramos que la iniciación deportiva de los receptores en el Béisbol, se produce cuando el niño o niña entre en contacto con el proceso de enseñanza-aprendizaje de esta difícil posición, iniciando el aprendizaje de los fundamentos técnicos básicos, conoce las reglas elementales que lo rigen y desarrolla habilidades motrices específicas de este, que le permitirá accionar en el juego, que como característica



fundamental estará encaminado a motivar su participación y permanencia en el deporte, independientemente de que podrá ser captado como posible talento del deporte. Los autores son del criterio que, para alcanzar un resultado al más alto nivel el atleta, deberá lograr una máxima adaptación a las habilidades motrices específicas, a través de entrenamientos novedosos y científicamente consolidados.

Es decir, para que el aprendizaje de habilidades (técnicas deportivas u otras habilidades complejas), logre la estabilización de un movimiento valorado como correcto y susceptible de ser memorizado, necesita que muchos intentos (repeticiones), sean realizados para que el modelo de impulsos nerviosos se grabe mediante los cambios de las sinapsis participantes en la ejecución de las habilidades motrices especiales.

Navelo (2004), considera que "... Con el accionar de este deporte internacionalmente, una de las mayores preocupaciones de los especialistas, se dirige a iniciar la práctica del Béisbol desde edades tempranas, con un enfoque productivo en función del desarrollo de habilidades correctas en los principiantes. Y seguidamente abunda: "...Estamos ante la necesidad de trabajar en un enfoque de la enseñanza, que sea capaz de formar jóvenes beisbolistas para brindar respuestas a las exigencias del Béisbol contemporáneo, el cual se caracteriza por un acentuado dominio de la técnica de los fundamentos básicos, la riqueza y variabilidad de las acciones técnico-tácticas con un alto nivel en las combinaciones y sistemas de juego...". (pp.43-44)

Ealo(1984), Para el caso específico del receptor de Béisbol indicó que: "...lo más necesario en un equipo de Béisbol es un receptor, habilidoso, inteligente, con un gran espíritu de combatividad capaz de inspirar al conjunto con su trabajo detrás del home; la habilidad para recibir todo tipo de lanzamientos y hacer tiradas desde los distintos ángulos del terreno, el fildeo de los toques de bolas y los faulfly y el tiro a las bases, son cualidades elementales en todo un buen receptor..."



Con la aplicación de esta propuesta de ejercicios especiales a los receptores de Béisbol del equipo de Béisbol 11-12 años “Pequeñas Ligas” del municipio Bayamo, teniendo en cuenta que se utilizaron diversidad de pelotas en cuanto a peso, material y diámetro; se hace pertinente citar las ventajas que nos proporcionará esta investigación, entre ellas tenemos: Martínez (2020).

- 1) Perfeccionar la recepción de los lanzamientos en las diferentes zonas,
- 2) Mejorar la coordinación, habilidad y automatización del gesto técnico (hábito o rutina).
- 3) Aumentar la concentración y la lucidez.
- 4) Estimular las funciones cerebrales, (sistema neurovegetativo),
- 5) Posibilitar el incremento de las habilidades del pensamiento táctico.
- 6) Facilitar la coordinación ojo-mano.
- 7) Incrementar el rendimiento condicional, de las capacidades fuerza, rapidez y resistencia.
- 8) Activación de los reflejos adquiridos o condicionados.
- 9) Aumentar el radio de la vista periférica.
- 10) Motivar a los atletas por la novedad de los ejercicios empleados.

En los receptores de Béisbol, la capacidad coordinativa especial anticipación es de gran importancia ya que es la base para las acciones defensivas y se deben desarrollar teniendo en cuenta su aplicabilidad en determinadas situaciones tácticas. El receptor de Béisbol representa según diferentes autores entre el 60 y 70 % de la capacidad defensiva de un equipo de pelota y que junto con el lanzador conforma el dúo de mayor actividad en cada desafío.

Se utilizó durante la enseñanza de las habilidades motrices defensivas, los métodos de: repeticiones continuas, invariables y variables, juego y competencia.



La revisión de la literatura especializada acerca de metodologías del entrenamiento de la capacidad coordinativa especial anticipación en las acciones defensivas de los receptores de Béisbol en las categorías infantiles, no permite encontrar investigaciones relacionadas con ellas.

Organización de la investigación.

Para la realización de la investigación se definieron tres fases sucesivas e interrelacionadas.

Primera fase: Exploración y diagnóstico.

Segunda fase: Elaboración de la metodología.

Tercera fase: Aplicación y valoración de la metodología propuesta.

La investigación se desarrolló, entre los meses de septiembre del 2020 al 30 de junio del 2021 en la primera etapa.

Y en la segunda etapa se desarrolló, entre los meses de septiembre del 2021 al 30 de junio del 2022.

Análisis y discusión de los resultados

Concepción teórica para la Capacidad coordinativa especial anticipación de los receptores de Béisbol.

Izaguirre (2011) considera que la argumentación de una concepción, al ser expuesta en la memoria escrita de una tesis de grado, debe precisar claramente en qué consiste, cuáles son sus fundamentos y como se despliega en tanto constructo teórico-explicativo. Se asume esta lógica expositiva en tanto responde a la dinámica de construcción del proyecto que se expone, la concepción que se presenta se desarrolla en un contexto estructural funcional a través de un programa de enseñanza, consiste en un conjunto de ideas sobre las habilidades motrices defensivas de los receptores de Béisbol, que se sistematizan alrededor de la Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo (TMED), en tanto cuerpo teórico en el que se sustenta su praxis.



Como resultado de lo anterior es posible precisar tres cuestiones de valor metodológico al intentar una aproximación al significado de una concepción en la ciencia:

1. Toda concepción es una construcción básicamente teórica, que sustancia una visión epistemológica del conocimiento de la realidad estudiada, razón por la cual guarda una estrecha relación dialéctica con la concepción del mundo, el cuadro científico y las teorías que abordan el conocimiento de la realidad sobre la cual se erige. El núcleo de una concepción comprende una teoría que ha alcanzado cierta permanencia temporal y además ha logrado cimentarse con nuevos hechos que apuntalan sus hipótesis o conjeturas originales.

2. Toda concepción incluye un componente normativo, de naturaleza metodológica, que implica una estructuración explicativa de la realidad y una determinada organización de acciones para transformarla, sobre la base de cuán pertinente y legítimo sea su enfoque teórico de la realidad, en condición de reconstrucción epistemológica de la misma.

3. Toda concepción tiene un componente praxiológico, que evidencia el sentido de programa para la acción transformadora de la realidad estudiada, sustentado en la capacidad de previsión de la teoría que le sirve de fundamento, lo que implica que generalmente una concepción no sea solo un ejercicio teórico, sino que se traduzca en determinada orientación para la praxis científica.

Valle (2007^a), al referirse a la concepción explica:

“Que toda concepción deviene entonces expresión de la reconstrucción y re-significación de la realidad”

Se coincide con el criterio dado por este autor al señalar que:

Una concepción está ligada a la explicación del punto de vista o de partida que se asume para analizar el objeto o fenómeno en estudio, y sobre esta base se deben dar los conceptos esenciales o



categorías de partida, así como los principios que la sustentan, y una caracterización de aquellos aspectos trascendentes que sufren cambios, explicitando los mismos (p.4)

Capote (2011), ha señalado que para la estructuración sistémica de las concepciones teóricas es imprescindible tener en cuenta algunos requerimientos.

- Su significado como totalidad: deben representar la configuración de elementos integrados para lograr un propósito común.

- Sus propiedades deben superar las de cada uno de sus elementos y partes.

- Sus interrelaciones deben ser causales.

- Ser relativas en su estructura interna: el desarrollo de sus elementos internos debe implicar el de otros, el de la parte que los contempla y el del propio sistema.

- Cada subsistema debe poseer estructura propia y particular dentro del sistema.

- Cada elemento debe cumplir funciones particulares como aportes al propósito del sistema.

- Contemplar tipos de relación entre elementos, partes y entre el sistema y el medio externo que lo contiene.

- Ser productos de una abstracción de la realidad, pero proyectadas a la práctica y factibles de operacionalización en ella.

- Ser históricas, concretamente próximas y correspondientes con el desarrollo científico alcanzado en sus fundamentos teóricos.

- Deben contemplar armónicamente, propiedades estructurales, organizacionales y funcionales” (p.3).

Estos autores han definido la concepción como resultado científico relativamente independiente; no obstante, en esta tesis la concepción teórica se propone como sustento teórico metodológico directamente vinculado a la metodología que se elabora.



Por otra parte, desde las Ciencias Pedagógicas, son diversos los autores que ofrecen sus consideraciones sobre metodología. Bermúdez y Rodríguez (1996), plantean que:

“Cuando la ciencia pedagógica requiere una vía novedosa que permita al educador dirigir la apropiación del contenido de la educación en los educandos y orientar la realización de actividades de la práctica educativa se precisa de una metodología” (p. 10).

Estos autores conciben la metodología en su carácter de ciencia y, para justificarlo, se refieren a la interrelación de los aspectos contenidos en la relación cognoscitiva y transformadora que el hombre establece con la realidad, destacando la metodología, confiriéndole a esta última gran importancia por considerarla el instrumento para el conocimiento científico y la transformación práctica del mundo.

- Álvarez (2000), al definir el concepto de metodología plantea que:

“Es la ciencia que enseña a dirigir determinado proceso de manera eficiente y eficaz para alcanzar los resultados deseados y tiene como objetivo la optimización de dicho proceso”.

Otra definición dada por De Armas (2003), refiere que:

“Metodología es un conjunto de métodos, procedimientos, técnicas, que regulados por determinados requerimientos nos permiten ordenar mejor nuestro pensamiento y nuestro modo de actuación para obtener, descubrir, nuevos conocimientos en el estudio de los problemas de la teoría o en la solución de problemas de la práctica.”

Puede entenderse que hasta el momento el concepto de metodología ha tenido múltiples definiciones; los autores de esta investigación consideran que: Álvarez (2000), De Armas y Col. (2003) han hecho importantes aportes a la concepción de lo que realmente es una metodología y a la determinación de su estructura.

Por lo que se asumen los pasos metodológicos que orienta De Armas (2003), para su elaboración, estos son:



-estudio de las metodologías existentes, o afines, que están dirigidas al logro del objetivo propuesto por el investigador. Modelación de las mismas (modelo real).

- análisis crítico. Determinación de las insuficiencias, carencias y virtudes de las propuestas existentes. Establecimiento de los cambios necesarios y de las cuestiones que se deben conservar.

- diseño del nuevo modelo de metodología (modelo ideal que supera al real).

Valoración por especialistas y/o validación práctica de la metodología elaborada.

-determinación de las limitaciones o insuficiencias observadas durante su puesta en práctica.

- elaboración de la metodología definitiva (modelo definitivo).

A continuación se muestra la concepción teórica para el entrenamiento para la Capacidad coordinativa especial anticipación de los receptores de Béisbol, del municipio de Bayamo, provincia de Granma.



Figura 1. Concepción teórica para la Capacidad coordinativa especial anticipación de los receptores de Béisbol, del municipio de Bayamo, provincia de Granma.

Metodología para la Capacidad coordinativa especial anticipación de los receptores de Béisbol, del municipio de Bayamo, provincia de Granma. La metodología se organiza en tres etapas íntimamente relacionadas: diagnóstico y planificación, aplicación y evaluación. El esquema que se presenta (figura 2) revela el funcionamiento de la metodología, mediante el conjunto de etapas y fases que, ordenados de manera particular y flexible, permiten la obtención del objetivo propuesto. Es un esquema del “Cómo proceder”.

El funcionamiento de la metodología se demuestra en su tránsito por tres etapas: Etapa de diagnóstico y planificación, etapa de aplicación y etapa de evaluación, de manera tal que, entre ellas, se establezcan estrechas relaciones de interdependencia y continuidad, es decir, en su funcionamiento cada etapa tiene su propia identidad pero mantiene relación con la anterior, encargada de garantizarle su éxito funcional al asegurarle el soporte lógico estructural, instrumental y organizativo.



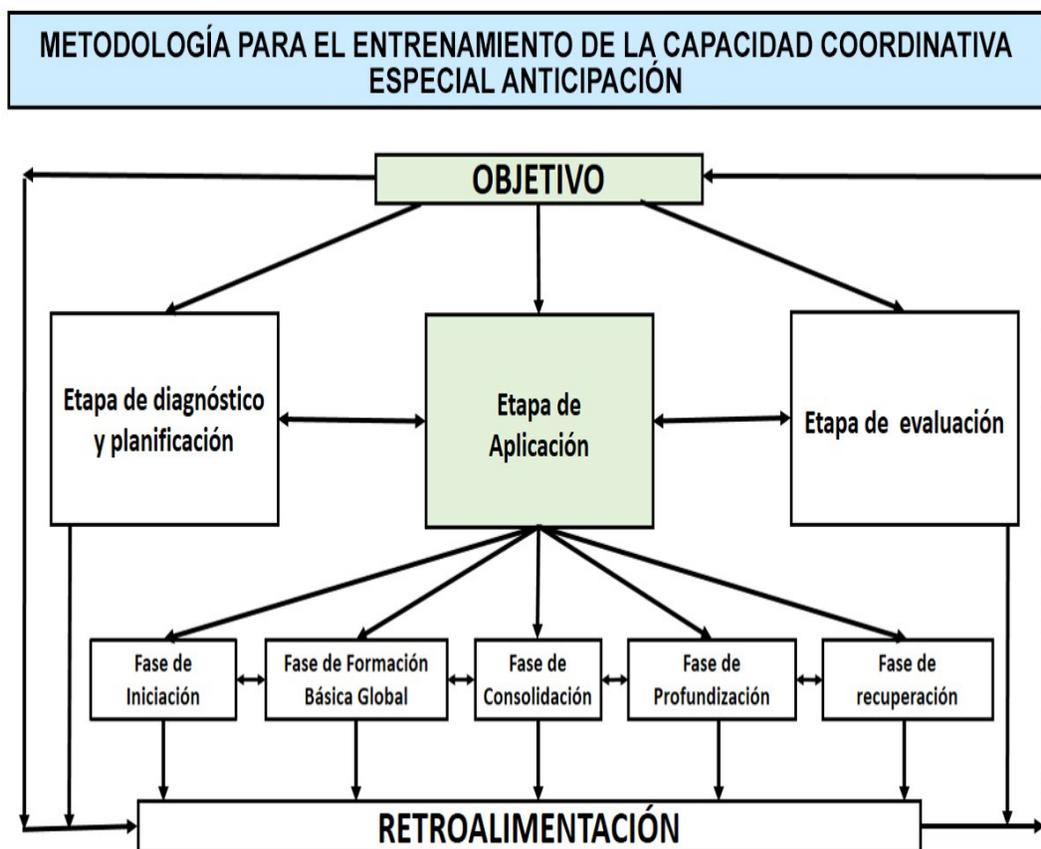


Figura 2. Metodología para Capacidad coordinativa especial anticipación en los receptores de Béisbol, del municipio de Bayamo, provincia de Granma.

En estos momentos la investigación se encuentra en el análisis e interpretación de los resultados donde serán expuestos de manera objetiva y exhaustiva el análisis de los resultados, se hará con la utilización de tablas y gráficos que exhiban de manera clara y detallada el resultado al que se arribó y posteriormente redactar los resultados.

Conclusiones:

- Esta investigación cuando se concluya, se pretende con la aplicación de la Metodología para el entrenamiento de la capacidad coordinativa especial anticipación, en las acciones defensivas de los



receptores, que estos mejoren su preparación deportiva (preparación física, técnica, táctica, psicológica y teórica).

Referencias bibliográficas:

Álvarez, C. (2000). La investigación científica en la sociedad del conocimiento. Ciudad de La Habana: Editorial Academia.<http://www.sld.cu>

Andreu, N. (2005). Metodología para elevar la profesionalización docente en el Diseño de tareas docentes desarrolladoras. Tesis de doctorado en Ciencias Pedagógicas no publicada. Villa Clara: Instituto Superior Pedagógico “Félix Varela”.

Bermúdez, R. y M. Rodríguez. (1996). Metodología de la enseñanza y aprendizaje. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

Capote, M. (2011). Una aproximación a las concepciones teóricas como resultado investigativo. Disponible en: <http://www.sld.cu>.

Collazo, A. (2003). Sistema de Capacidades Físicas. Fundamentos teóricos, metodológicos y científicos que sustentan su desarrollo en el hombre. Ciudad de La Habana. Cuba. Versión digitalizada Primera edición.

De Armas, N. (2003). Aproximación al estudio de la metodología como resultado científico. Tesis de doctorado. Villa Clara: Centro de Estudios de Ciencias Pedagógicas. Instituto Superior Pedagógico “Félix Varela”.<http://www.sld.cu>

Ealo, J. (1984). Béisbol. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

Izaguirre, C. (2011). ¿Cómo presentar una concepción en tanto resultado científico-investigativo? Universidad de Ciencias Médicas de Granma: <http://www.sld.cu>



- Martín, E. (2007). Metodología para la preparación técnico - táctica con acento en las acciones de grupo en equipos de Béisbol de alto nivel. Tesis de Doctorado. Ciudad de La Habana: ISCF “Manuel Fajardo”.
- Martínez, A. (2020). Ejercicios especiales para perfeccionar la técnica de recepción en los receptores del equipo de Holguín. Tesis maestría. Ciudad de La Habana: ISCF “Manuel Fajardo”.
- Navelo, I. (2004). 113. Navelo, I. (2004), “El joven beisbolista”. Editorial ARGRAF.
- Ortega, A. (2015). Metodología para el entrenamiento de la fuerza rápida de los bateadores de la provincia de Granma participantes en series nacionales de Béisbol. Tesis doctorado. Ciudad de La Habana: ISCF “Manuel Fajardo”.
- Reinaldo, F. (2011). Modelo de Entrenamiento de significación Táctica para Deportes de equipo de Béisbol. Ciudad de La Habana: Editorial Deportes.
- Valle, A. (2007). Algunos modelos importantes en la investigación pedagógica. Instituto Central de Ciencias Pedagógicas. La Habana. Ministerio de Educación.

