

LA ENSEÑANZA DE TIRO CON ARCO EN LA INICIACIÓN DEPORTIVA (Revisión) ARCHERY TEACHING IN THE INITIATION OF PHYSICAL EXERCISE

Lic. Julio César Sánchez-Márquez, Licenciado en Cultura Física, Metodólogo provincial de Tiro con Arco, INDER Provincial de Granma, jsanchezm@udg.co.cu. Cuba

Dr.C José Ezequiel Garcés-Carracedo, Doctor en Ciencias de la Cultura Física, profesor Titular, Facultad Cultura Física, Universidad de Granma, jgarcesc@udg.co.cu .Cuba

RESUMEN

El presente artículo refiere las bases teóricas fundamentales para la enseñanza del tiro con arco en la iniciación deportiva. En él se plantean los componentes teóricos metodológicos esenciales a tener en cuenta en la planificación y ejecución del Tiro con Arco en la iniciación deportiva, que se aplican en los combinados deportivos para la enseñanza aprendizaje de los elementos técnicos básicos de este deporte. Se ofrecen a los entrenadores que laboran en las comunidades, los factores que intervienen en este proceso, los fundamentos teóricos de la enseñanza aprendizaje en la etapa de formación básica como agente de cambio y la importancia de la preparación técnica para la formación de un patrón técnico correcto en los atletas de bases.

Palabras claves: Iniciación deportiva, enseñanza aprendizaje, Tiro con Arco

ABSTRACT

The present article refers to the theoretic fundamental bases to teaching Archery in the initiation of physical exercise. It presents the essential methodological components to have account for planning and execution of Archery in the initiation of physical activity that is apply in the sport communities for the teaching and learning of the basic elements in this sport. It offers to the professors that work in the communities, the factors that are present in this process, the theoretic fundamental bases for teaching learning archery in the basic formation stage as changing agent and the importance of the technique training to the right technique pattern formation in the base athletes.

Key words: initiation of physical exercise, teaching-learning, Archery

INTRODUCCIÓN

En el Tiro Con Arco como modalidad deportiva y recreativa, fue introducido en Cuba alrededor del año 1926, por estudiantes de los Estados Unidos. Antes del triunfo

revolucionario de enero de 1959, la práctica de este deporte sólo estaba en manos de una minoría de personas que lo ejercían en instituciones de la burguesía nacional. Aunque Cuba estuvo afiliada desde 1955 a la FITA, a través de la Unión Atlética Amateur de Cuba, no se tiene ningún dato sobre algún torneo o campeonato, tanto nacional como internacional, y sólo se conocen referencias de algunos topes internos en las asociaciones que le practicaban.

Luego de la creación del INDER, es en realidad que se comienza a difundir por todo el país la práctica de esta modalidad deportiva, se ha instituido la participación libre, a través de las categorías 10-12 años como iniciación, 13-15 años como escolar, 16-18 años como juvenil y la categoría social. En Granma se practica en 9 municipios de la provincia y tiene presencia de 12 atletas en el centro de alto rendimiento provincial, lo que presupone un trabajo esmerado en la categoría de iniciación para garantizar su estabilidad y calidad en sentido general.

Durante muchos años, la iniciación en los deportes de arte competitivos como el Tiro con Arco, han desarrollado el interés de muchos especialistas de la Educación Física y el Deporte; aparejado al desarrollo social se incrementa un proceso de aceleración y desarrollo de las nuevas generaciones que ha traído como consecuencias la iniciación deportiva cada vez más temprana de niños y adolescentes, influyendo en la participación deportiva de atletas cada vez más jóvenes en Olimpiadas y Campeonatos Mundiales.

La iniciación deportiva en el Tiro con arco, se realiza cuando el niño comienza la práctica del deporte en la escuela o áreas deportivas y bajo la influencia del proceso de enseñanza aprendizaje de las habilidades y reglas básicas, así como los principios técnicos del deporte.

Este artículo reflexiona sobre la problemática actual “Necesidad de preparar a los entrenadores del deporte en la enseñanza de los elementos técnicos fundamentales para la iniciación en los combinados deportivos, mediante la práctica de actividades físicas deportivas y recreativas, orientadas a promover la incorporación a este deporte en edades tempranas en correspondencia con sus posibilidades y potencialidades”.

DESARROLLO

La iniciación deportiva ha sido analizada por diferentes autores, cuya formulación se hace necesario considerar e interpretar a los efectos del alcance de este estudio. Hasta el momento no existe una definición completa que permita delimitar cuando empieza y culmina la iniciación deportiva. Primero se debe considerar cual es el momento de

iniciación y donde se termina, parece ser que el proceso de iniciación deportiva tiene antecedentes mucho antes al proceso de selección, estos podrían estar en la familia, la sociedad y los intereses del niño, aunque pueden ser influenciados por los medios de difusión, la escuela y el profesor de Educación Física.

Hernández, J (1998) plantea “que la iniciación deportiva es el proceso que comprende el aprendizaje inicial de un deporte o varios deportes de una forma específica”. Es por ello que al hablar de iniciación deportiva ubican su relación al concepto de escuela, lugar donde realmente a través de la Educación Física se introducen los deportes.

Blázquez, D (1986) asume como definición de iniciación deportiva: desde el punto de vista educativo, dicho proceso, no debe entenderse como el momento en que se empieza la práctica deportiva, sino como una acción pedagógica, que teniendo en cuenta las características del niño y los fines a conseguir, va evolucionando progresivamente hasta llegar al dominio de cada especialidad”.

En este caso, el autor de este artículo hace referencia al momento en el cual el niño toma el contacto con el deporte donde los intereses y motivaciones juegan un papel importante y sólo centra su atención en los fundamentos pedagógicos, las características del niño y los fines a conseguir, así como la evolución en el aprendizaje hasta llegar al dominio de una especialidad.

Desde el punto de vista de Almaguer López, R.(2002), la iniciación deportiva es un proceso en el cual el niño alcanza la toma de conciencia y se motiva por un deporte, influenciado por la familia, los medios de difusión, la escuela y cuantos medios le permitan conocer la existencia del deporte. En el proceso efectivo de enseñanza aprendizaje, el niño puede conocer los diferentes bloques básicos que le dan maniobrabilidad al deporte, la comprensión de los principios tácticos y algunos de sus problemas, logrando un desarrollo psíquico, biológico y social que le permita el juego de equipo, a partir de la lógica interna de un deporte.

La iniciación deportiva en el Tiro con arco, se debe realizar cuando el niño comienza la práctica del deporte en la escuela o áreas deportivas, comprende un enfoque educativo más que de rendimiento, donde se logre la formación hábitos de conducta morales y volitivos. La enseñanza/aprendizaje se realiza desde la óptica instructiva a la educativa, educando los movimientos para intervenir socialmente y luego en el desarrollo de la técnica con aumento progresivo de la motivación, comprensión y sistematización de los contenidos.

Para comprender el proceso de iniciación deportiva es necesario conocer los factores que intervienen en dicho proceso, y que estarían claramente diferenciados por los factores del proceso de iniciación deportiva entre los que se encuentran:

- a - Las características del individuo que aprende, su maduración y desarrollo de forma paralela a su edad.
- b - Los planteamientos metodológicos y didácticos seguidos.
- c - La experiencia vivida anteriormente y el aprendizaje que ha sido adquirido.
- d - El grado de estimulación y de motivación.

Todo proceso de enseñanza en la actividad física y el deporte está orientado hacia determinados objetivos que conducen hacia la educación y el perfeccionamiento de las formas y funciones del organismo humano e ir incrementando paulatinamente los rendimientos individuales y colectivos.

Autores como Hernández, J (1998) y Blázquez, D (1986) en sus estudios realizados sobre la iniciación deportiva, en los deportes de arte competitivo, como el Tiro con Arco, consideran muy importante planificar este proceso en determinadas etapas y fases, atendiendo a las características del niño, la edad y el tipo de deporte, entre las que plantean:

- 1.- Etapa de formación básica.
- 2.- Etapa de formación específica.
- 3.- Etapa de perfeccionamiento deportivo.

La primera etapa consiste en la búsqueda de una formación genérica y polivalente para que el niño adquiera las bases del movimiento. En la segunda, se enseña la estructura funcional del deporte de una manera específica y en la tercera, se perfeccionan los aprendizajes. Resaltándose la primera etapa referente al proceso de enseñanza aprendizaje como agente de cambio en el proceso de iniciación deportiva.

González Soca, A. M (2002) define al proceso de enseñanza aprendizaje, como un sistema donde tanto la enseñanza como el aprendizaje, se basan en una educación desarrolladora, lo que implica una comunicación y actividad intencional, cuyo accionar didáctico genera estrategias de aprendizajes para el desarrollo de una personalidad integral.

Por tanto, este autor identifica en este proceso dos aristas esenciales que se complementan y que no puede existir una sin la otra, no se puede lograr la enseñanza de los elementos básicos del deporte sin su aprendizaje. Lo más objetivo es concebir el proceso de enseñanza aprendizaje como un único proceso, indivisible y no dos, que

tienen lugar de manera simultánea.

De acuerdo con lo expresado, en el proceso de enseñanza existen dos fuerzas de distinta índole; una de ellas es la necesaria y rigurosa dirección por el entrenador/guía y la otra es la actividad de los niños. Hoy la iniciación deportiva tiene nuevas necesidades que plantean al proceso de enseñanza aprendizaje, que sea desarrollador.

Los entrenadores en la iniciación deportiva en esta disciplina, deben valorar la base teórica y práctica que sustenta el carácter desarrollador del aprendizaje desde las edades tempranas, pues el mismo es quien verdaderamente conduce al progreso, guía, orienta, estimula y por supuesto, coadyuva a lograr la participación de los atletas, con sentido de responsabilidad e independencia. A su vez, representa aquella manera de aprender y de implicarse en la actividad, lo que garantiza el desarrollo de motivaciones, actitudes, así como brinda las herramientas necesarias para contribuir a la formación protagónica del proceso.

Por lo que se puede plantear que el proceso de enseñanza aprendizaje en la iniciación deportiva, es de carácter sistemático, de asimilación activa, creadora e individualizada de la experiencia de la práctica del deporte en edades tempranas, que implica la transformación de la realidad y su autotransformación. Es contextualizado en las escuelas, instituciones deportivas y en la comunidad, jugando un factor importante la motivación.

El proceso de iniciación del Tiro con Arco tiene el objetivo esencial de contribuir a la formación integral de la personalidad del atleta, constituyendo una vía mediatizadora para la adquisición de conocimientos, procedimientos, normas de comportamiento y valores legados por la humanidad. Así, en el desarrollo de este proceso aprenderán diferentes elementos del conocimiento (nociones, conceptos, teorías, leyes) que forman parte del contenido de este deporte.

Al respecto, plantean Rico, P. y M. Silvestre (2002) que este proceso de adquisición de conocimientos, de interacción entre los atletas, se dan todas las posibilidades para contribuir a la formación de sentimientos, cualidades, valores, a la adquisición de normas de comportamiento, aspectos esenciales a los que debe contribuir el desarrollo de la enseñanza-aprendizaje en la iniciación deportiva”.

Estos autores plantean además que: “la integralidad del proceso de enseñanza - aprendizaje radica precisamente en que este dé respuesta a las exigencias del aprendizaje de los conocimientos, del desarrollo intelectual, físico y a la formación de sentimientos, cualidades y valores, todo lo cual dará cumplimiento a los objetivos del programa en

sentido general, y en particular a los objetivos en cada nivel de enseñanza y tipo de institución”.

En la enseñanza de los elementos básicos del Tiro con Arco es importante la posición activa y consciente del niño en las tareas de aprendizaje, por ende, del papel que se le asigne en la enseñanza de cada una de las técnicas dependerá la calidad del proceso de asimilación de sus conocimientos.

Meinel (1979) considera que la técnica deportiva es el procedimiento racional, es decir adecuado y económico para la obtención de un alto resultado deportivo, engloba toda una serie de procedimientos racionales para la solución de las tareas motrices que conducen al deportista a obtener resultados óptimos de manera funcional y económica.

Este autor asume que el modelo técnico deportivo, es el patrón ideal de movimiento específico de una disciplina deportiva que constituye el objetivo último de ejecución al que se pretende llegar con el entrenamiento técnico. Este tiene un carácter concreto y una validez relativa en contraposición a lo abstracto y validez absoluta que presenta la técnica. El último nivel de concreción será la habilidad motriz entendida como el movimiento automatizado y coordinado (individualizado) que conserva los parámetros fundamentales y elementos genéricos del modelo técnico deportivo.

Especialistas en el entrenamiento deportivo: como Welford (1969), considera que en algunos casos, la técnica es sinónimo de habilidad motriz o acción organizada y coordinada que involucra la totalidad de las cadenas sensoriales y los mecanismos centrales o motores. La racionalidad de las acciones técnicas está determinada por la posibilidad de lograr, basándose en ellas, altos resultados deportivos.

Ozolin N.G (1970) plantea que la técnica deportiva es la realización consciente y orientada de los movimientos y acciones del deportista, dirigidos a la consecución de un determinado efecto en los ejercicios, relacionados con el despliegue de esfuerzos volitivos y musculares, con la observancia de un determinado ritmo y con la utilización y superación de las condiciones del medio exterior.

Bompa (1983) la define como la manera de ejecutar un ejercicio físico y considera que cuanto más perfecta es la técnica menos energía es necesaria para conseguir el resultado. Grosser y Neumaier (1986) definen a la técnica deportiva, como la realización del movimiento ideal al que se aspira, es decir, el método para realizar la acción motriz óptima por parte del deportista. Además, Grosser considera que la técnica es un componente significativo en todas las facetas de las actividades deportivas y en el desarrollo del rendimiento.

Estos autores consideran que la enseñanza adecuada de la técnica en muchos deportes, incluyendo al Tiro con Arco llega a tener un papel decisivo para la consecución de los grandes éxitos.

El proceso de enseñanza modifica el nivel de dominio de la técnica, que va desde la técnica elemental y simplificada de los novatos, hasta el elevado arte técnico de los maestros. El aprendizaje de la técnica del Tiro con Arco deben ser consideradas a tener en cuenta en cada atleta, ya que cada uno de ellos poseen una determinada conducta motriz, condiciones físicas y mentales.

Aun así los entrenadores pretenden resolver esta situación mediante la repetición del ejercicio estandarizado, sin la repetición es imposible lograr hábitos motores, en cambio no quiere decir la actuación de máquinas en este deporte, por lo que se hace necesario formar patrones técnicos correctos en la enseñanza de la técnica básica en el Tiro con Arco.

Hasta el momento se considera la interpretación del concepto de técnica dado por los autores mencionados anteriormente como algo estático, en cambio otros autores la definen como un elemento dinámico y adoptivo, así se puede inferir según lo planteado por Ferignal, J (1965) cuando lo plantea "como una necesidad de adaptación del atleta, como un modo de resolución de los problemas concretos e inmediatos."

El proceso de preparación técnica es una dirección de trabajo insoslayable en cualquier deporte, ya sea individual o de equipo, por cuanto presume un cúmulo de habilidades muy necesarias para la expresión del atleta en el transcurso de su vida deportiva. De manera que para tener los mejores resultados en el deporte objeto de estudio, se requiere una técnica perfeccionada, en función de buscar la forma más racional y efectiva, para la realización de los ejercicios, ya que se modifica parte de la estructura de los movimientos que llevarán finalmente a un elevado nivel técnico.

Autores como Ozolin (1970), Ranzola y Forteza (1988) se pronuncian con gran similitud en sus argumentos, sobre la preparación técnica pese a su desarrollo en diferentes épocas. Sus conceptualizaciones apuntan a la definición de la preparación técnica como una dirección inevitable en el proceso de entrenamiento, incluso evidencian un tono dialéctico al compartir el criterio de que las técnicas deportivas seguirán perfeccionándose, al estar su soporte en la capacidad creadora de los entrenadores, deportistas y los resultados de las investigaciones científicas, por ello al disponerse de una técnica determinada, no puede uno detenerse ni conformarse.

Los postulados de investigadores del entrenamiento deportivo son aprovechados por las

diversas filosofías de los deportes. El Tiro con Arco por supuesto, no está al margen de la asimilación de los elementos teóricos más novedosos de la preparación técnica.

Para el Tiro con Arco la preparación técnica es un proceso de gran importancia, desde que los atletas comienzan en la base, debido a que la formación de un patrón técnico correcto en sus inicios les propiciará en el futuro un trabajo más especializado y eficiente a los arqueros.

CONCLUSIONES

- En el proceso de iniciación deportiva del tiro con arco, los adolescentes atletas comienzan la formación hábitos de conducta, morales, volitivos y el aprendizaje de los elementos básicos del deporte, programados para esta edad, propiciando en ellos el interés constante por su práctica.
- El proceso enseñanza aprendizaje en este deporte, debe ser constante e ininterrumpido la interrelación entre el atleta y el entrenador, donde el entrenador transmitirá a los atletas todas sus experiencias deportivas y se retroalimentara de los conocimientos trasmitidos a ellos.
- Los entrenadores de base deben tener sólidos conocimientos de la enseñanza de cada uno de los elementos técnicos deportivos, para facilitar el aprendizaje de las técnicas básicas del Tiro con Arco.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Almaguer, López. Richard (2000). Las Situaciones Simplificadas del Juego: Condición metodológica para iniciar el Balonmano. Tesis de Maestría. Santiago de Cuba.
2. Blázquez, D (1986). Iniciación a los deportes de equipo. Ediciones Martínez Roca, S.A. España.
3. Bompa Tudor, O (1983). Theory and Methodology of training: The key of athlete's performance. Dubuque, Iowa: Kendall/Hunt Publishing Company.
4. Colectivo de Autores (2012). Manual para Entrenadores Nivel 1, FITA EASTON Arrow Chart. USA. (CD).
5. Diachkov, V. M. (1989) , El perfeccionamiento de la maestría técnica de los deportistas. Moscú, Editorial Cultura Física y Deportes.
6. Forteza,A. y A. Ranzola. (1988). Bases metodológicas del entrenamiento deportivo. Editorial Científico Técnica, La Habana, Cuba.

7. Fita Coach (2005). Manual para entrenadores Nivel: 1,2,3 (CD). Federación Internacional de Tiro con Arco. Lausana. Suiza.
8. Grosser, M; Neumaier, A (1986) técnica del entrenamiento. Ed. Martínez Roca Barcelona.
9. Hernández, J (1998). Análisis Praxiológico de los Deportes y su aplicación al entrenamiento. ULPGC. España.
10. Jiménez Álvarez, E (1988) Tiro con Arco Técnica mecánica y planificación de entrenamiento. Editorial Esteban Sanz Martínez.
11. Jiménez Castañet Tamara, José M Gutiérrez (2016) Programa de Preparación del Deportista. La Habana, Editorial Científico.
12. López Rodríguez, Alejandro. (2003). El proceso de enseñanza aprendizaje de Educación Física. Hacia un enfoque integral físico educativo. Ciudad Habana, Editorial Deporte
13. Meinel, K. (1979). Didáctica del movimiento. La Habana: Pueblo y Educación.
14. Ozolin, N. (1970). El Sistema Moderno de Entrenamiento Deportivo. La Habana: Educación Física y Deportes.
15. Sánchez Ángel y José M Gutiérrez (2013). Programa de Preparación del Deportista. La Habana, Editorial Científico.