

PROPUESTA DE EJERCICIOS ESPECIALES PARA EL ENTRENAMIENTO DE LA PREPARACIÓN TÁCTICA DE LA KASUMI GERY EN LOS ATLETAS DE KARATE-DO, CATEGORÍA JUVENIL (ORIGINAL)

**A proposal of special exercises for the training and preparation of Kasumi Gery
Tactics for the athletes of Karate DO, in junior category**

Lic. Daniel de Jesús Fonseca-Castañeda, Licenciado en Cultura Física, Dirección Municipal de Deportes Bayamo israel57@inder.cu, Cuba.

MSc. Israel de Jesús Fonseca-Aguilar, MSc. Profesor Auxiliar, Universidad de Granma, israel57@inder.cu, Cuba.

RESUMEN

Los estudios preliminares realizados en la presente investigación parte de las insuficiencias teórico-metodológicas y prácticas detectadas en el proceso de preparación táctica para el Kumité en la categoría juvenil, pudo constatar que no se ha logrado variantes metodológicas para perfeccionar la táctica de la Kasumi Gery que nos permita trabajar esta técnica con mayor exigencia y aprovechar al máximo todas las potencialidades que esta les ofrece a los atletas, por lo que se trazó como objetivo diseñar un sistema de ejercicios especiales para el entrenamiento de la preparación táctica de la Kasumi Gery en los atletas de Karate-DO., con la utilización de tareas tácticas, enmarcadas en un trabajo de acciones técnicas que permita desarrollar la capacidad sensoperceptiva y por ende ampliar la táctica de la Kasumi Gery. La praxis investigativa se desarrolló a partir del año 2012 y finalizó en el 2016, espacio durante el cual se procedió al diseño de la concepción teórica del entrenamiento de la táctica y la construcción de la metodología, la que fue valorada mediante el criterio de especialista. Los usuarios dieron su valoración sobre el uso del sistema de ejercicios especiales y su inclusión dentro del entrenamiento de los Karatecas. Mediante un pre-experimento con un solo grupo, se pudo valorar la efectividad de los ejercicios para el entrenamiento de la táctica en karatecas. La población se compuso por siete atletas del sexo masculino los cuales tienen una edad promedio de dieciséis años, y más de cuatro años de experiencia deportiva y competitiva.

Palabras clave: Táctica/sensoperceptiva/ métodos/ componentes/ sistema de ejercicios especiales/ concepción/ efectividad.

ABSTRACT

The preliminaries studies carry out in this investigation part of the teoric-methodological deficiencies and practice identified in the process of preparation of Kunité tactics in junior category, was able to noted that the methodological variants to improve the Kasumi Gery tactics. That permit to us the work in this technique with more exigency to use all the possibilities that, This techniques offer to the athletes, we develop a system of special exercises. For the training and preparation of the Kasumi Gery tactics for the athletes of Karate DO. With the assignment of some tactics task, framed some technique. Actions that permit the development sensoperceptive abilities. The praxis investigation was developed since January, 2012 to January, 2016. During this time we proceeded to design of theoretical conception of Karate DO tactics and training. And the methodological Constance which was value by experts. The users gave their opinion about the use of a special execersises and its incorporation into the training of the Karate athletes. Through a pre -experiment with one group, we can see the effectiveness of the exercises for the training of Karate tactics:

Key words: tactics/ sensoperceptive/methods/ components// system of special exercises/ competition/ effectiveness.

INTRODUCCIÓN

El Karate-Do, según estudios realizados desde su surgimiento era considerado un Arte Marcial o Arte de guerra. Producto a esto los conocimientos que se tienen por la poca bibliografía especializada de esa época referente a la táctica es estrictamente táctica de guerra, ya que los enfrentamientos en ese entonces constituían duelos y terminaban con uno o ambos adversarios muertos, aplicando la táctica de guerra o de vida o muerte.

No es hasta el año 1953, según el criterio de varios investigadores entre ellos Chirino, R. (2006), que se comienza a competir de manera reglamentada. Luego en el año 1970 se celebra el primer campeonato mundial en Japón, es aquí donde la táctica en la competición empieza a tomar importancia.

Es también un deporte táctico, siguiendo los criterios de Ozolin, N. (1983), Matveev, L. (1983), Harre, D. (1988), Platonov, V. (1990), Yánez, O. (1996), ya que el resultado deportivo depende en gran medida de la preparación táctica del karateca. De ahí que el deportista de estas especialidades, tenga que superar no solo la fuerza física que el contrario antepone a este, sino también la táctica que el mismo utiliza, la técnica que realice en cada uno de los

movimientos ofensivos-defensivos y todo ello debe hacerlo bajo un clima de alta tensión, por cuanto el karateca individualmente tiene toda la responsabilidad de alcanzar la victoria, sobreponiéndose a cualesquiera de las barreras psicológicas que le impone la situación y el contrario específicamente.

Al realizar búsquedas referentes a trabajos relacionados con la táctica en el Karate, encontramos que Chirino, R. (2006) realiza un estudio de la acción táctica en las competiciones de combate. Pero en este estudio, se limita hacer referencia a los aspectos que se deben tener en cuenta para instruir la táctica de la Kasumi Gery en el Kumité (combate), como técnica de pierna que cobra gran importancia dentro de la competición por su forma de ejecución y por su marcación en cuanto a los puntos que otorga. Otras investigaciones relacionado con el tema fue el realizado por Martínez, O. y Saucedo, F. (2006), pero utilizando la táctica como mejora de la velocidad de reacción en el Kárate.

También Morales, Y. (2007) realiza un trabajo relacionado con las direcciones tácticas en el Kárate-do modalidad Kumité para el alto rendimiento. Existen otras indagaciones como es el caso de Montalvo, Y. (2013) haciendo referencia a una estrategia didáctica para la enseñanza-aprendizaje de las acciones técnico-tácticas del karateca escolar sin especificar en el trabajo táctico como elemento independiente y sin referirse a alguna técnica en especial. González, A. (2011), en su investigación ofrece un perfil de exigencias tácticas en el Kumité el cual lo realiza de manera general.

Sobre la dirección táctica en el Kumité la bibliografía existente es escasa, al consultar el programa de preparación del deportista elaborado por la Comisión Técnica Nacional de Karate-Do, el cual rige la planificación del entrenamiento deportivo en cada una de las categorías, se tienen en cuenta los componentes de la preparación, entre ellos la preparación táctica, dirigida al Kumité pero: de forma general, unida a la preparación técnica, no teniendo en cuenta las exigencias tácticas que requiere este deporte, en cada una de las categorías, edades y sexo y sin una fundamentación teórica que respalde científicamente el tratamiento de dichos elementos tácticos para cada categoría, ni para las técnicas ya sea de brazo o de piernas de manera independientes. En entrevista realizada a los entrenadores fue confirmado que dominan las diferentes formas de ataques, pero no les plantean a los atletas situaciones problemáticas que estimulen el pensamiento operativo, tampoco les explican la importancia del ejercicio a realizar.

Además en estudios preliminares realizados, relacionado con la preparación táctica para el Kumité en la categoría juvenil, pudo constatar que no se ha logrado variantes metodológicas para instruir o perfeccionar la táctica de la Kasumi Gery que nos permita trabajar esta técnica con mayor exigencia y aprovechar al máximo todas las potencialidades que esta les ofrece a los deportistas por lo que se manifiestan las siguientes insuficiencias: Bajo rendimiento deportivo de acuerdo al nivel de desarrollo de la capacidad sensoperceptiva como es el sentido de la distancia, tiempo de acción y contacto. Limitada la dinámica en los procesos directrices presentes en la preparación táctica de la Kasumi Gery. Poca relación en la dinámica de los componentes didácticos presentes en la preparación táctica de la Kasumi Gery.

Estas insuficiencias contrastan con el nivel actual que ha adquirido el Karate-DO competitivo, donde predomina el componente táctico a la hora de obtener un resultado deportivo relevante. Este desarrollo le exige a los entrenadores estar preparados para enfrentar el entrenamiento actual con un alto grado de conocimiento de todos los aspectos referentes al tratamiento didáctico de la dirección táctica.

Las razones antes expuestas, encamina el estudio hacia uno de los elementos de la preparación del deportista, la táctica, y dentro de ella, hacia la elaboración de una variante metodológica para perfeccionar el modo de la Kasumi Gery por ser razonada, al coincidir con reconocidos autores tales como Chirino, R. (2006), Morales, Y. (2007) y González, A. (2011), esta técnica de pierna como una de las fundamentales en la obtención de resultados relevantes dentro del combate y ser apreciado, además al Karate-DO, al igual que los restantes deportes de combate como un deporte táctico.

De acuerdo a estos presupuestos se asume el siguiente problema científico. ¿Cómo mejorar la capacidad sensoperceptiva durante la preparación táctica de la Kasumi Gery en los karatecas juveniles de la provincia Granma? Se declara el objeto de estudio: en el proceso de preparación táctica del Karate-Do. Trazándonos como objetivo: elaborar un sistema de ejercicios especiales, que permita mejorar la preparación táctica de la Kasumi Gery en Karatecas juveniles de la provincia Granma.

El campo de acción se limita en: la capacidad sensoperceptiva presente en la preparación táctica de la Kasumi Gery.

MATERIALES/METODOLOGÍA

Para la comprobación empírica del sistema de ejercicios se organizó un diseño muestral

mediante un pre-experimento, se desarrolló en sus dos momentos elementales, diagnóstico inicial, y diagnóstico final, según Ruiz, A. (2002). El grupo experimental constó con 7 atletas del sexo masculino de Karate-DO de la categoría juvenil, que representa la población de atletas de este equipo, con un promedio de edad de 16 años y una experiencia deportiva de 5 años. Los atletas recibieron el entrenamiento de la táctica con la nueva metodología durante el curso escolar 2014-2015, además participaron en todos los test pedagógicos, topes y los juegos escolares nacionales. Se utilizaron métodos de nivel teórico y empírico: Analítico-sintético, hipotético-deductivo, sistémico estructural funcional, análisis de documentos, observación, medición, criterios de especialista, el experimento, la encuesta y métodos estadístico-matemáticos mediante la estadística inferencial y la descriptiva. Este es un estudio descriptivo, según su medida de corte cuantitativo y de acuerdo al marco donde este se realiza es de campo.

Se aplicó una encuesta a seis entrenadores de Karate-DO de la provincia con el objetivo de conocer sus conocimientos sobre la preparación táctica y sus manifestaciones,

El criterio de especialistas se desarrolló cumpliendo las siguientes etapas:

1. Elaboración del objetivo.
2. Selección de los especialistas.
3. Elección de la metodología.
4. Aplicación de la metodología seleccionada.
5. Procesamiento de la información.

Características relacionadas con la capacidad sensorial que se ponen de manifiesto durante la preparación táctica de los Karatecas:

Núñez, C. y Milanés, V. (2010), en sus estudios acerca de la preparación táctica precisan cada uno de sus contenidos contentivos en subdirecciones. En esta investigación solo se evidencia lo relacionado con la subdirección intelectual, y se asume lo definido por Tejeda, M. (2013), quien plantea:

Una propiedad que permite dotar a los deportistas de aquellas actividades requeridas para el empleo de la inteligencia, lo cual consiente entender y comprender un fenómeno determinado dentro de la actividad deportiva, donde la psiquis juega un papel primordial, es una propiedad del producto de la actividad cerebral del ser humano, capaz de operar sobre uno o varios

estímulos al distinguir las distintas cualidades del objeto, y de esta forma razonar y deducir su intelección hacia una aptitud para resolver cualquier tipo de problemas o situaciones tácticas presentes en el (combate) (p.2).

Por tanto, a continuación reflejamos por la importancia que refiere para el trabajo de la táctica, algunas características de los indicadores que conforman la capacidad sensoperceptiva. El sentido de la distancia.

Se coincide con Tejeda, M. (2015), cuando define a la capacidad sensoperceptiva como:

Aquella información recibida por el sistema nervioso central al reaccionar a un estímulo externo, ya sea visual, auditivo, motor o táctil, de manera que al percibir la información sensorial sobre los órganos de los sentidos, ya sea percepción del espacio, tiempo, distancia, profundidad, campo visual, velocidad y movimiento, los contrincantes ejecuten las acciones ofensivas y defensivas según la situación problemática planteada (p.3).

El combate de karate exige constantes traslaciones por el tatami o área de competición y a su vez, demanda una variación constante de la distancia entre los karatecas. La habilidad en la determinación, valoración luchadora, y percepción, constituyen exigencias fundamentales del combate y se denomina sentido de la distancia.

Por otra parte, se coincide con la definición de Arkayev. V, (1980), teniendo en cuenta la similitud del Karate con la esgrima como deportes de combates donde expone:

La distancia es el espacio comprendido entre los deportistas. Puede ser corta, media y larga. La primera es el espacio donde consigue producir más puntos sobre todo con técnicas de brazos. En la segunda se preparan las acciones para realizar el ataque. La tercera es la distancia en la cual el contrario puede ser atacado con fintas o combinaciones de técnicas (p.84).

El sentido del tiempo en el Karate-DO.

En una situación de interacción deportiva, al producirse un estímulo y dar una respuesta, transcurre un tiempo, este será mayor o menor en función de diversas circunstancias. En ciertas ocasiones, para obtener el éxito en una determinada acción deportiva, es fundamental que sea lo más corto posible.

Del mismo modo, se plantea como óptimo un sistema nervioso fuerte, equilibrado y móvil. Todas estas demandas conllevan un adecuado desarrollo de la capacidad intelectual en los

karatecas de alto rendimiento, una mente ágil, capaz de analizar y sintetizar, distinguir lo principal en una situación, comprender, comparar y combinar todos los datos con sus posibilidades tácticas y orientarlas en el combate para obtener el triunfo.

Weineck, J. (1988), manifiesta que el tiempo latente de reacción en tales condiciones depende de la cantidad de alternativas, y cuanto más difícil sea la elección de la decisión, más largo será el tiempo de reacción. (p.56).

La velocidad como un elemento dentro de la capacidad sensorial.

Las acciones en los karatecas se desarrollan con extrema rapidez y pueden decidirse por centésimas de segundos o de centímetros, por ello, estos deportistas necesitan una buena velocidad de reacción y precisión de la misma, así como velocidad de movimiento para lograr reaccionar y ejecutar la respuesta con toda rapidez. Es importante la velocidad de reacción compleja, pues el alumno debe reaccionar de forma precisa y adecuada ante los diferentes estímulos visuales recibidos.

Se asume la definición dada por Pila. H, (1989), donde declara a la velocidad como la capacidad que permite dar una respuesta motora a un estímulo, es el tiempo a emplear en recorrer una distancia y la capacidad de desplazamiento en el menor tiempo posible(p.31). Además, es el proceso de reacción de las acciones de los karatecas o la aceleración de los movimientos en el menor tiempo posible, y se tiene en cuenta la distancia, por lo que las percepciones especializadas del karate se encuentran relacionadas entre sí y uno depende del otro.

La preparación táctica como componente del desarrollo del deportista:

Citados por Villavicencio. A, (2014), en los que refiere que cuando se profundiza en el estudio de la Teoría y metodología del entrenamiento deportivo, de modo especial en lo que concierne a la preparación táctica del deportista, no hay que olvidar los aspectos y criterios de los clásicos de esta materia; al comenzar con Harre. D, (1983) el cual plantea que “la preparación táctica en las edades infantiles debe estar encaminada a situaciones tácticas elementales y que durante el entrenamiento se deben dirigir los esfuerzos para que los deportistas desarrollen una cualidad que les garantice el triunfo, mantengan la ofensiva en el combate y reciban una preparación que los conduzcan con éxito hacia la competencia”.

La acción táctica en el Karate-DO según Chirino. R, (2006), donde refiere que la táctica siempre va en función de un objetivo, es decir, va en relación directa con la estrategia; son indivisibles. En estudios realizados se hace referencia a sistemas de acciones o fases de la

táctica concebida como habilidad mental, según Mahlo. F, (1985), Morales. A, (2001) Chirino. R, (2006).

La percepción y análisis radica en que.

El atleta tiene que observar los detalles de toda la situación existente de modo que pueda analizar, evaluar y reconocer la tarea que tiene que resolver en el menor tiempo posible calculando la distancia, la capacidad de movimiento y el tiempo de ejecución de las acciones del oponente y la suya.

Por lo que la solución mental está dada en que.

El atleta debe escoger la vía motora más lógica con decisión, seguro de la efectividad del arsenal de sus habilidades, capacidades y conocimientos y convencido de que la solución mental por él adoptada previo todo este análisis va a ser eficaz.

De ahí que la preparación.

Es la fase que le permite al competidor manejar el combate. Se usa como recurso para la obtención de datos sobre el oponente. Esta juega un papel importante pues le permite al atleta preparar las acciones defensivas, ofensivas y combinadas.

La ejecución consiste en que.

Es la fase donde se da cumplimiento motriz a la estructura del pensamiento táctico (percepción y análisis y solución mental). Esta se divide en:

Acciones defensivas.

Acciones ofensivas.

Acciones mixtas.

Por lo que la recuperación consiste.

En esta fase es donde el deportista retorna al estado anterior a la acción o al estado inicial del combate. Esta recuperación puede ser:

Activa: Cuando después de la fase de ejecución no existe una pausa del tiempo del combate, y constituye pasiva: Cuando después de la fase de ejecución existe una pausa de tiempo del combate. Es aquí donde habitualmente se da la comunicación e instrucción del entrenador al atleta. Esta es una fase de retroalimentación, es decir, es una fase donde el atleta realiza un análisis interno de la acción o las acciones que acaba de ejecutar y hace una valoración objetiva del resultado de las mismas. En dependencia de este resultado el atleta se hace un nuevo análisis de la situación proyecta su realización mental en dependencia del: marcador

existente (si va ganando, si va perdiendo, si va empatado), tiempo que lleva y le queda de combate, de lo que debe o no debe hacer.

Preparación táctica general

Se basa en el aprendizaje de los fundamentos teóricos generales de la táctica deportiva y de los procedimientos prácticos para su aprovechamiento.

En las diversas situaciones, que en la medida de las posibilidades deben ser muy parecidas a las que se presentan en las competencias. Por ejemplo: entrenamientos, topes de control y combates en similares situaciones a las de competencias. Núñez, (2010). Citado por Villavicencio, A. (2014).

Preparación táctica especial

Se estructura sobre la base de las condiciones específicas de una determinada competencia, al tener en cuenta las características individuales conocidas de cada contrario se orienta el perfeccionamiento máximo de las destrezas, hábitos y capacidades tácticas que califican al deportista.

El trabajo de la táctica especial se profundiza y acentúa en el trabajo táctico individual una vez efectuado el sorteo, pues es aquí que se conoce el primer contrario, al que se debe derrotar y a los otros posibles contrarios. Núñez, (2010). Citado por Villavicencio, A. (2014).

Ejemplo: describir el tipo de pelea de cada contrario.

En el proceso de preparación táctica de los karatecas deben cumplirse un grupo de principios tales como:

1. Principio de ordenamiento lógico y asequibilidad de los contenidos tácticos.
2. Principio de la concientización de la actividad de entrenamiento.
3. Principio de la aproximación y reproducción de la competición en condiciones del entrenamiento.

Según Morales. A, y autores (2006). La subordinación está dada en que la táctica individual ha de supeditarse a la condición del equipo y a su vez, la táctica individual o colectiva ha de subordinarse a la estrategia general. Por tanto, el análisis táctico ha de contemplar la subordinación a los objetivos de orden superior.

Imprevisibilidad. Si la táctica se define a partir del enfrentamiento entre dos o más oponentes, el análisis táctico ha de ser adecuado para reflejar el cambio constante de las relaciones entre ellos. En la evaluación táctica se da la paradoja de intentar encontrar constancias y regularidades en las relaciones de oposición que, al menos en parte, son imprevisible.

Interdependencia. El análisis de la táctica ha de captar la influencia y la interdependencia de los diversos elementos que inciden en ella: situación propia, situación del adversario.

Adaptabilidad. Cada situación táctica es diferente. La evaluación táctica ha de adaptarse a las características específicas de cada situación competitiva: peculiaridades de la disciplina deportiva, contendientes, terreno, entorno.

Validez. Todo indicador táctico ha de permitir aproximarse a la comprensión de la lucha, el combate entre los oponentes, así como el resultado de su enfrentamiento. Han de escogerse indicadores relevantes de la táctica. De manera frecuente, la valoración táctica se efectúa, a partir de indicadores técnicos o que sólo tienen una relación indirecta y lejana con la cualidad.

Temporalidad. El análisis táctico ha de permitir captar la secuencia y temporalidad de las acciones entre los oponentes. Dado que las acciones de los deportistas son de forma bilateral dependientes, el olvido de la temporalidad puede representar una gran pérdida de tiempo.

Globalidad. El análisis táctico puede efectuarse, a partir de la minuciosidad del momento a momento, decisión a decisión, o desde una perspectiva más global. La simple enumeración de las sucesivas decisiones tácticas aisladas puede conducir a un conjunto de anécdotas irrepetibles. Por ello, es necesario que los datos particulares sirvan para captar la globalidad y la esencia de la táctica.

Simplicidad. Un análisis complejo no siempre es el mejor, sino más bien lo contrario. Pretender comprender la totalidad de la esencia táctica, el 100%, puede ser incluso contraproducente. Un indicador simple que permita comprender un porcentaje pequeño de la variabilidad táctica, puede sin embargo, ser de mucha utilidad. La simplicidad está íntimamente relacionada con la eficiencia.

Intencionalidad. El comportamiento humano no puede analizarse con independencia de su objetivo. La actuación de un deportista ha de contemplarse desde la perspectiva de lo que pretende conseguir. La descripción de las acciones sin tener presente sus intenciones, no nos permitirá comprender las decisiones tácticas.

Arbitrariedad. Cualquier evaluación conlleva una arbitrariedad acerca de lo que debe ser evaluado, así como de los criterios de la evaluación. Cada entrenador, tiene sus preferencias sobre qué aspectos deberían observarse y como debería hacerse. Por consiguiente, el análisis táctico no puede hacerse con independencia de los objetivos del entrenador.

Objetividad. A pesar de que cada técnico pueda seleccionar indicadores diferentes, todos ellos han de definirse con la mayor objetividad posible. Toda valoración comporta la comparación de

los datos recogidos, al menos entre dos periodos o dos situaciones diferentes. Por tanto, es imprescindible que estos indicadores tácticos hayan sido obtenidos bajo un mismo criterio.

Se coincide con estas definiciones para la evaluación de las acciones tácticas, al tener en cuenta la interrelación de cada uno de estos principios en las funciones de ataques y contraataques que de manera constante se producen en el combate del Karate.

El sistema de ejercicios especiales se aplicó teniendo en cuenta los indicadores fundamentales para el desarrollo de la capacidad sensorial y sobre la base de las direcciones tácticas del Karate, con la distribución del volumen de repeticiones para cada etapa de entrenamiento, donde permita preparar a los atletas para la carga que recibirán, además se realizaron pruebas a los indicadores físicos y técnicos que orienta el programa de preparación del deportista.

A continuación reflejamos los ejercicios especiales empleados:

Ataque:

- Sobre un contrario que reacciona con Giako Zuki, ejecutar la técnica de Kasumi Gery desplazándose de manera diagonal derecha o izquierda.
- Realizar finta, bloqueo y acción de Kasumi Gery a un contrario que reacciona por directo con Giako Zuki.
- Desarrollar acciones combinadas y culminar con Kasumi Gery, frente a un contrario que retrocede al ataque.

Contra riposta:

- Ejecutar finta con técnicas de piernas a la zona chodan y culminar golpeando con Kasumi Gery frente a contrario que bloquea.
- Realizar una acción de enmascaramiento y ejecutar la técnica de Kasumi Gery, frente a un contrario que bloquea y ataca.

Defensa:

- Realizar contra ataque por directo con la técnica Kasumi Gery, ante un contrario que ataca.
- Desarrollar desplazamiento hacia las diagonales (derecha o izquierda) y ejecutar la técnica Kasumi Gery ante un contrario que realiza ataque.
- Ante una acción de ataque del contrario, cerrar la distancia y realizar Kasumi Gery desde el clinche.

DISCUSIÓN/RESULTADOS

Se procedió a utilizar la metodología propuesta que consta en su estructura con una concepción

teórica que integra un componente teórico y un componente metodológico. La funcionalidad de la metodología se expresa en tres etapas. La concepción teórica metodológica que se propone para la preparación táctica de la Kasumi Gery en los karatecas se ha estructurado sobre la base de los presupuestos que desde la teoría y metodología del entrenamiento deportivo, orientan el entrenamiento de la táctica y sus manifestaciones, con una dinámica que produce cambios en este proceso al incluir nuevos medios, métodos y la distribución del volumen de trabajo en el proceso de preparación táctica.

El componente teórico está conformado por las leyes y principios. Se parte de la Ley de la bioadaptación Selye, H. (1936) y los principios para el desarrollo de la teoría y metodología del entrenamiento deportivo. Este sistema de principios forma parte de los postulados específicos y tiene un carácter normativo en la organización y control en el proceso del entrenamiento de la preparación táctica.

Indicadores para evaluar la Capacidad Sensoperceptiva en Atletas Juvenil de Karate-Do.

Pres-Test

Indicadores	Bien	%	Regular	%	Mal	%
Distancia	2	29	2	29	3	43
Tiempo de Acción	1	14	2	29	4	57
Velocidad	3	43	3	43	1	14
Espacio	3	43	3	43	1	14
Contacto	2	29	2	29	3	43

Luego de aplicar un test diagnóstico se pudo constatar que, en los indicadores de la capacidad sensoperceptiva en la preparación táctica de la Kasumi Gery en los karatecas del sexo masculino, en sentido general existen deficiencias notables sobre todo en la distancia, tiempo de acción y en la coordinación de los movimientos donde se reflejan los mayores porcentajes de evaluados de mal; es por ello que en los Kumité (combates) son los varones los menos efectivos en la anotación de puntos con la ejecución de esta técnica de pierna. Los mismos, al desarrollar los ataques o contra ataques lo realizan sin tener en cuenta la distancia ideal para ser ciertos, así como fuera de tiempo y con mala coordinación en los movimientos acentuado en la realización de combinaciones de técnicas.

Post - test

Indicadores	Bien	%	Regular	%	Mal	%
Distancia	5	71	-	-	2	29
Tiempo de Acción	4	57	1	14	1	14
Velocidad	3	43	4	57	-	-
Espacio	3	43	3	43	1	14
Contacto	4	57	3	43	-	-

Luego de aplicar los ejercicios especiales para perfeccionar la capacidad sensoperceptiva en las acciones tácticas de la Kasumi Gery de los atletas masculino de Karate, se realizó un pos test el cual nos permitió evaluar durante los kumité (combates), cada uno de los indicadores sensoperceptivos en los que pudimos constatar que se mejoró en más del cincuenta (50 %) por ciento de efectividad y por ende en cada uno de los indicadores afectados tales como: distancia, tiempo de acción y coordinación; así como se mantuvieron los niveles en el ritmo y la velocidad.

CONCLUSIONES

1. El diagnóstico realizado contactó, que en los indicadores de la capacidad sensoperceptiva en la preparación táctica de la Kasumi Gery en los karatecas del sexo masculino, en sentido general existen deficiencias notables sobre todo en la distancia, tiempo de acción y en el contacto donde se reflejan los mayores porcentos de evaluados de mal; es por ello que en los Kumité (combates) son los varones los menos efectivos en la anotación de puntos con la ejecución de esta técnica de pierna.
2. Los ejercicios especiales propuestos, revelan la lógica integradora y de activación de las relaciones que se establecen entre la capacidad sensoperceptiva y las acciones tácticas, planificación y organización del sistema de contenidos prácticos, métodos, medios y formas y deviene la vía de donde emerge la formación integral del deportista del Karate-Do.

BIBLIOGRAFÍA.

1. Arkayev, V. A. (1980). *La Esgrima*. La Habana: Orbe.
2. Álvarez, B. A. (2002). *Definición del Campo Táctico de Taekwondo*. Disponible en

<http://www.efdeportes.com/efd51/taek.htm>

3. Baena, F.T. (2000).” *El combate deportivo*. Visión desde la investigación”. Universidad Las Palmas Gran Canaria.
4. Chirino, C. R. (2006) *La acción táctica en las competiciones de combate*. Deporte Karate-Do. <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital – Buenos Aires - Año 11 - N° 100 - Septiembre de 2006.
5. Forteza de la Rosa, A. (1988). “*Bases metodológicas del entrenamiento deportivo*”. Cuba, ed. Científico Técnica.
6. Harre, D. (1983) *Teoría del entrenamiento deportivo*. Ciudad de La Habana: Ed. Científico Técnica.
7. Mahlo, F. (1985).*La acción táctica en el juego*. Ciudad de la Habana: Editorial Pueblo y Educación.
8. Matviev, L. (1982). “*El proceso de entrenamiento*”. Buenos Aires. Stadium.
9. Montalvo, Y. (2013) *Estrategia didáctica para la enseñanza-aprendizaje de las acciones técnico-tácticas del karateca escolar*.
10. Morales, A. (2002). *Alternativa metodológica para la preparación táctica del esgrimista*. Trabajo de ascenso no publicado. Facultad de Cultura Física, Villa Clara.
11. Núñez, C.R y Milanés, V (2010).*Conferencia Maestría Deportes de Combate*. CENDECOMB.
12. Tejeda, M. (2015). *Algunas concepciones relacionadas con la subdirección intelectual que se ponen de manifiesto durante la preparación táctica del esgrimista*. Revista Olimpia, XII (37), 1-10.
13. Vigostki, L.S (1987). *Historia del desarrollo de las funciones psíquicas superiores*. La Habana: Editorial Científico-Técnica.
14. Villavicencio, A. (2014). “*Las acciones tácticas ofensivas en los Karatecas juveniles*”.