

**Original****Recibido:** 02/10/2021 | **Aceptado:** 03/01/2022**Estudio de la concentración de la atención durante la preparación táctica de esgrimistas escolares****Study of the concentration of the attention during school swordsmen' tactical preparation**Meylí Borges Castillo. [[borgesmeyli@gmail.com](mailto:borgesmeyli@gmail.com)] 

Psicóloga.

Centro Provincial Medicina del Deporte. Bayamo Granma. Cuba.

Maikel Tejeda Piñeiro. [[mtejedapineiro@gmail.com](mailto:mtejedapineiro@gmail.com)] 

Universidad de Granma. Cuba.

Raisa Yacel Jiménez García. [[raisayacel@gmail.com](mailto:raisayacel@gmail.com)] 

Universidad de Sancti Spiritus. Sancti Spiritus. Cuba

**Resumen**

El presente estudio fue desarrollado en el gimnasio de esgrima ubicado en la Escuela Integral deportiva (EIDE) Pedro Batista Fonseca de la provincia de Granma con cinco floretistas, tres hembras y dos varones, todos con edades comprendidas entre 13 y 14 años y dirigidos por tres entrenadores. El mismo pretende servir de apoyo y referencia en el tratamiento y orientación psicopedagógicas de la concentración de la atención durante el proceso de la preparación táctica, vista desde el entrenamiento deportivo por su importancia en la ejecución y desempeño de atletas; este favorecerá en los esgrimistas la incorporación de habilidades y herramientas que les permitan emplearlas ante las situaciones que ocurran en entrenamientos y competencias. Encierra a su vez el tratamiento que ofrece el entrenador como ente profesional capaz de catalizar el proceso de enseñanza-aprendizaje desde la individualización de sus atletas con el fin de lograr en estos éxitos deportivos. Los resultados finales, por su parte, evidenciaron que un componente importante del rendimiento atlético depende del nivel de atención por lo que la capacidad para concentrarse influye en la selección, ejecución y variación de la táctica a seguir; constató



además, la escasa preparación de los entrenadores para promover desde la preparación deportiva el desarrollo de los procesos psíquicos en función de que los atletas hagan uso de estos para perfilar su rendimiento competitivo, por lo que se propone, a raíz del estudio, acciones psicopedagógicas que desarrolle el proceso cognitivo.

Palabras claves: concentración de la atención, táctica, esgrima, acciones psicopedagógicas

### **Abstract**

The present study was developed at the Gym of fencing located in the integral sports school (EIDE) Pedro Batista Fonseca of the province of Granma with 5 fletistas, 3 females and 2 males, all with ages understood between 13 and 14 years and directed by 3 trainers. The same it intends to serve as support and reference in the treatment and orientation psicopedagogical of the concentration of the attention in the course of the tactical preparation, sight from the sports workout for his importance in the execution and athletes' performance; This will favor in the swordsmen the incorporation of abilities and tools that they allow them to use them in front of the situations that they happen in workouts and competitions. Shut in the treatment in turn that the trainer like professional capable entity makes an offer of catalyzing the process of teaching learning from his athletes' individualization with the end of achieving in these successes sports car. The finals results, for his part, evidenced that an athletic performance's important component depends of the level of attention so that the capability to concentrate influences the selection, execution and variation of tactics to follow; You verified besides, the scarce preparation of the trainers to promote from the sports preparation the development of the psychic processes that athletes do use of these to profile his competitive performance in terms o, \_for which actions are proposed , because of the study , psicopedagogical that you develop the cognitive process



Key words: concentration of attention, tactics, fencing, actions psicopedagogical

## **Introducción**

El proceso atencional y sus particularidades son tratados por diversos autores en los diferentes deportes de combate (judo, boxeo, taekwondo, karate y esgrima). En ellos, las ejecuciones precisas y rápidas, así como las acciones tácticas, están estrechamente relacionadas con la capacidad de orientación centralizada o distribuida de la atención en los diferentes componentes de la ejecución propia, del contrario y sus variaciones.

La atención es un factor muy importante para que la información llegue hasta el cerebro y, posteriormente, quede retenida. Consiste en una búsqueda que tiene, por una parte, aspectos conductuales y, por otra, neurofisiológicos, focalizando u orientando la energía hacia un lugar, espacio o situación determinada, con la intención consciente o inconsciente de lograr un objetivo.

Autores como De Vega (2001), García-Ogueta (2001), refieren que el hecho de que podamos adaptarnos a un entorno complejo, entendiéndolo y manipulándolo adecuadamente, es posible gracias a nuestras capacidades atencionales que permiten dirigir los recursos mentales sobre algunos aspectos del entorno y prescindir de otros. Además de, repartir dichos recursos de un modo óptimo entre dos o más tareas; y que la atención es un estado cognitivo dinámico que favorece el comportamiento selectivo en una situación específica de la tare. Por ende, es la selección de la información relevante a la situación o la selección del proceso cognitivo o respuesta motriz adecuada para la acción.

Los procesos atencionales influyen sobre las formas de actuar de la persona en su entorno, la concentración va a condicionar en muchas ocasiones la toma de decisiones en breves períodos de tiempo lo cual incide directamente en el componente táctico afectando o salvando



según sea el caso la situación dada. La concentración es la capacidad de mantener la atención en una tarea por más tiempo sin distraerse. Es además una destreza aprendida, de reaccionar pasivamente o de no distraerse ante estímulos irrelevantes. Entonces si es una destreza, es susceptible de mejorarse y desarrollarse por la práctica, es una de las habilidades fundamentales en el proceso de conocimiento.

En estudios realizados por Ucha (2001), se determinó que la concentración involucra diferentes elementos que se consideran relevantes dentro del proceso. Ellos son: conocer qué señales deben ser atendidas; mantener el foco de atención en las señales relevantes de la tarea; habilidad para cambiar el foco de atención cuando sea necesario; habilidad para re-concentrarse cuando ocurre algún tipo de distracción; control de los pensamientos irrelevantes y ajenos a la tarea; así como inhibir los estímulos distractores de todo tipo.

Existen diferentes deportes de combate: con agarres y controles, acciones mixtas, de golpes y con uso de armas donde la concentración de la atención juega un papel primordial en la obtención de resultados deportivos. En la esgrima (deporte con uso de armas) se ponen de relieve también elevadas exigencias de la atención relacionada en particular con la concentración, estabilidad y cambio de atención.

En esta disciplina deportiva es necesario combinar las cualidades físicas y mentales de los tiradores: coordinación, rapidez técnica, precisión y agilidad. Los factores básicos de la esgrima según Campomanes y cols. (1993): el tiempo, velocidad y distancia. Como deporte individual presenta la importancia de la función de interiorización (atención perceptiva centrada en el propio cuerpo) y, en consecuencia, posee una acción educativa dependiente del esquema corporal (Le Boulch, 1991).



Según Sainz de la Torre (2006), es un conjunto de acciones y movimientos, sometidos a una disciplina de términos precisos, está constituido por ataques, defensas y contraataques, alternativamente aplicados para “tocar” al adversario y no dejarse “tocar”. Se desarrolla como un combate entre dos contrincantes denominados tiradores, bajo el control de un árbitro o juez. Los contrincantes intentan tocarse en diferentes partes del cuerpo según la modalidad empleada: espada, sable o florete (Campomanes y cols., 1993), ya sean femeninos o masculinos, el contacto físico está prohibido.

Otros estudios ilustran las exigencias psicológicas y particularidades sobre la disciplina de la esgrima. Cruz (1990) alega... el producto del análisis de las exigencias de la esgrima, señala la necesidad de la conjugación de diversos elementos psicológicos y psicofisiológicos con las cualidades físicas, técnicas y tácticas requeridas para lograr un elevado desarrollo en la esgrima, expresado en una forma deportiva óptima...En esta disciplina la situación frente a frente dentro de un espacio reducido, así como el campo visual restringido, favorece la concentración, que se convierte en indispensable para la observación de las acciones y reacciones del adversario.

La complejidad que poseen el proceso atencional y de preparación táctica se ponen de manifiesto en los diferentes componentes propios, que además tienen como significación la pericia que cada atleta le adjudique pues a su vez debe tener en cuenta las manifestaciones de las características propias de la atención tanto en el medio interno como externo para mitigar, contrarrestar, elevar, controlar y vivenciar un estado psicológico que le propicie una ejecución adecuada de la tarea o acción en el combate.

Según Ucha (2002), al hablar de táctica en el deporte nos referimos a la actividad por la cual el deportista desarrolla todas sus posibilidades físicas, técnicas y psicológicas para alcanzar



el mejor resultado en las condiciones de las competencias y ante sus adversarios. Tejeda (2013), es del criterio de que la táctica es la forma más racional en el resultado deportivo, al responder a un estímulo en el menor tiempo posible con la eficacia idónea para lograr un objetivo propuesto, el cual permita el logro de la creatividad del deportista en distintas circunstancias, a partir de su concreción en su didáctica especial, expresada en sus procesos formativos y directrices.

La preparación psicológica del esgrimista es un proceso pedagógico en el cual el entrenador está obligado a orientar al atleta en un perfeccionamiento prolongado. Se expresa ello en el crecimiento continuo y gradual que tiene como objetivo: formar la personalidad del individuo, educar los rasgos de su carácter y dotar de habilidades que le posibiliten un adecuado desempeño en entrenamientos y competiciones, como proceso de desarrollo y beneficio de las funciones psíquicas, así como de las destrezas técnico-tácticas que le permitan alcanzar el éxito.

Durante el proceso de observación y análisis en las diferentes etapas del entrenamiento deportivo, unido a la indagación con entrenadores de la EIDE Pedro Batista Fonseca en Granma, se evidenciaron dificultades dentro de las cuales en el área psicológica se destaca la afectación en la concentración de la atención con mayor repercusión en atletas escolares existiendo gran fluctuación en la misma afectando los entrenamientos y competencias. Se demuestran varias insuficiencias y problemáticas en cuanto a las escasas herramientas psicopedagógicas de los entrenadores para desarrollar la concentración de la atención en los diferentes espacios y procesos del sistema de preparación táctica.

Se evidencian dificultades en la concentración de la atención de los esgrimistas escolares en diferentes momentos de la preparación táctica, lo cual repercute en su desempeño en entrenamientos y competencias. Fueron observadas irregularidades en la preparación táctica por



ejecuciones reiteradas de errores, aún luego de ser corregidas, manifestando a su vez desorganización táctica en dichos entrenamientos y competencias afectando el resultado deportivo.

Por ello, es importante: establecer acciones psicopedagógicas para desarrollar la concentración de la atención durante la preparación táctica en esgrimistas escolares de la categoría 13-14 años pertenecientes a la EIDE Pedro Batista Fonseca de la provincia de Granma, como parte del estudio contentivo de los aspectos antes declarados y de esta forma: asesorar a los entrenadores en el desarrollo de la atención/concentración desde el proceso de preparación táctica, de forma tal que, evidencie el desarrollo de la concentración de la atención de los esgrimistas en entrenamientos y competencias.

La relevancia y pertinencia social de este estudio se evidencia en: ofrecer alternativas de soluciones objetivas, ya que a pesar de las numerosas investigaciones y aportaciones realizadas por estudiosos que antecedieron la presente, aún continúan latentes las dificultades en los procesos estudiados (atención y táctico), evidentes en la desorganización de las acciones tácticas que presentan los atletas de la EIDE Pedro Batista de Granma, en entrenamientos y competencias, responde a su vez al banco de problemas existente en el deporte tratado.

### **Población y muestra**

El estudio fue desarrollado en el gimnasio de esgrima ubicado en la Escuela Integral Deportiva (EIDE) Pedro Batista Fonseca de la provincia de Granma, cuya población de floretistas es de cinco, de los cuales, tres son hembras y dos varones, edades comprendidas entre 13 y 14 años. Se presenta una investigación cuantitativa, transversal – descriptiva, no experimental; se efectuó en los meses de octubre a marzo del curso 2018-2019.



En su ejecución, fueron utilizados los métodos del nivel teórico: Inductivo-deductivo, empleado en la valoración de los datos empíricos que fundamentan la veracidad de la afirmación planteada con argumentos científicos, la que conlleva también a deducir las consecuencias probables, al tener en cuenta la constatación de las deducciones empíricas realizadas, a través de la lógica deductiva. Se empleó además el análisis-síntesis: para el estudio de documentos con el propósito de la obtención de información sobre los elementos teóricos y conceptuales sobre el tema objeto de estudio.

Para la labor diagnóstico-investigativa que se acometió en el presente trabajo, se emplearon los siguientes métodos empíricos: la observación semiestructurada: con el objetivo de identificar la incidencia de la variable afectada en los atletas en el entrenamiento deportivo mediante una guía de observación, como técnicas se trabajó con la entrevista: capaz de ofrecer información e interpretar lo expuesto por atletas y entrenadores, y Test psicológicos para evaluar el estado actual del fenómeno (Test de Grid, Anillos de Landolt).

Se utilizó además del nivel matemático-estadístico: la estadística descriptiva: dedicada a recolectar, ordenar, analizar, interpretar y representar un conjunto de datos, con el fin de describir de manera apropiada las características de este.

### **Análisis y discusión de los resultados**

Como resultados del diagnóstico inicial obtenido en la investigación, a partir de la observación científica se evidenció que el 80% de los atletas cumplían las tareas entre regular y mal. Este mismo por ciento mostraba intranquilidad, repetían errores y presentaba desorganización de las acciones tácticas, el 40% manifestaba enojo o se inhibía, siendo estos, indicadores de falta de concentración de la atención.



La entrevista realizada a deportistas arrojó que el 100% de ellos poseen conocimientos de la importancia que tiene la concentración de la atención en su deporte. El 60% percibe que los factores externos les afectan en su concentración impidiendo la escucha de las orientaciones de los entrenadores, el 80% reconoce que repiten los mismos errores. El 60% piensa en errores anteriores y el 40% se sienten nerviosos, sólo ese porcentaje trata de volverse a concentrar. La calificación de los test aplicados arrojó que de los cinco atletas en el test de Grid el 20% (un tirador) obtuvo calificación de Bien, el 20% (un atleta) Mal, y el resto el 60% (tres esgrimistas) de Regular. (Tabla # 1)

Atletas	Evaluación				
	Exce lente	Muy Bien	Bien	Regular	Mal
1				1	
2					
3				1	
4				1	
5					

Tabla # 1. Test de Grid

En los Anillos de Landolt el 20% (un competidor) se ubicó entre el 70 y 79% lo que significa un IA (Índice de atención-concentración de la atención) Bien, 40% de los deportistas (dos) se ubicaron entre el 60 y 69% calificados de Regular y ese mismo porcentaje con menos del 59 % obtuvieron calificación de Mal. (Tabla # 2)

A	Anillos	Anillos	Índice de	Eva



Atletas	Atendidos (CA)	Existentes (CT)	Atención ( IA)	Calificación
M CL 1	51	83	61,26%	R
M IM 2	45	92	48,57%	M
R BT 3	60	105	57,30%	M
A RB 4	65	107	60,74%	R
J BM 5	57	76	75,60%	B

Tabla # 2. Test de Anillos de Landolt

Se evidenció que el comportamiento de los indicadores de la concentración de la atención estuvo afectado en el 80% de los atletas, mostrando insuficiencias que atentaron contra el aprovechamiento del entrenamiento en cuanto a la preparación táctica, lo cual se traduce en dificultades en el rendimiento deportivo en competencias. En la entrevista realizada a los entrenadores y por medio de la revisión documental (Programa de preparación de Deportista de Esgrima y planes de entrenamientos) se constató que se adolece de indicaciones y por ende, acciones que desarrollen los procesos cognitivos en la preparación psicológica.

Por tanto, son aspectos que deben estar presente en los componentes de la preparación del deportista, evidenciándose además que, aunque el 100% de los entrenadores poseen conocimientos sobre la concentración de la atención, sólo uno de ellos, que representa el 33,3%



aproximadamente, realiza a veces algunas acciones que cree puedan favorecer el proceso atencional en sus atletas. Por ende, a partir del estudio realizado, se denota carencia de herramientas para la implementación intencionada de estas; el 100% de los entrenadores coincide que afectan la concentración con mayor incidencia los factores externos, provocando repetición de errores, inseguridad, escaso control emocional, intranquilidad y desorganización en la realización de las acciones tácticas.

De lo anterior se deduce que, el actuar de los entrenadores es insuficiente y que cuando accionan sobre el proceso psíquico (atención), lo hacen carentes de un basamento teórico-metodológico que le propicie orientaciones o herramientas adecuadas, para darle tratamiento a dicho proceso desde la preparación táctica. Ello trae como dificultad en los deportistas el dominio de acciones concretas que permitan retomar la concentración necesaria, tanto en los propios entrenamientos como en las competencias, para poner en práctica las acciones tácticas aprendidas así como para solucionar las situaciones problemáticas acontecidas en los combates.

Al tener en cuenta los resultados obtenidos, se constató que existe insuficiente conocimiento y abordaje en el contexto psicopedagógico de los recursos necesarios para desarrollar la concentración de la atención en los atletas desde la preparación táctica. Se demostró que los esgrimistas poseen dificultades en el aprendizaje de recursos necesarios (técnicas, herramientas o habilidades) que les permitan alcanzar y mantener una concentración de la atención adecuada durante la preparación táctica lo cual repercute a su vez en el desempeño de estos en entrenamiento y competencias.

#### Propuesta de acciones

Teniendo en cuenta el diagnóstico de la variable estudiada y sobre la base de su estudio, se propuso la necesidad y pertinencia de establecer acciones psicopedagógicas para desarrollar la



concentración de la atención durante la preparación táctica en esgrimitas escolares, que potencie y eleve el arsenal de conocimientos de los entrenadores en cuanto al empleo de recursos necesarios en la preparación psicológica de sus atletas, lo cual puede alcanzar mayor eficacia en los entrenamientos y mejores resultados en competiciones.

La planificación de las acciones estuvo encaminada a las diferentes etapas de la preparación deportiva con salida desde los planes de entrenamiento (micro-meso-macro ciclo).

Se relacionan las siguientes acciones a continuación:

Acciones del psicólogo:

- Asesorar a entrenadores sobre las características del proceso psíquico de la atención y formas para desarrollarlo.

- Charlas-debate sobre la atención/concentración.

- Asesorar sobre el establecimiento de auto-mandatos.

- Asesorar sobre visualizaciones (arma, plastrón, toque, acción táctica a realizar, etc.)

Acciones a realizar por el entrenador:

- Insertar en el trabajo diario el proceso de atención (concentración) como aspecto diferenciado y a la vez integrado a la preparación táctica teniendo en cuenta la individualidad de cada atleta.

- Motivar siempre a los atletas: mostrándose animoso (eso es contagioso), elogiando su actitud y señalándoles sus progresos, reforzar conductas adecuadas.

- El trabajo en pareja debe ir intencionado al seguimiento de las acciones tácticas del contrario mediante la observación gradual de la táctica defensiva, ofensiva, de quietud o espera y combinada, en aras de conocer los movimientos del contrario y tratar de anticipar la acción táctica de él.



- Programar situaciones simuladas de competición (asaltos) en la que practiquen destrezas tácticas, apareciendo estímulos externos que son frecuentes en competencias.

- Introducir determinadas consignas, ruidos, que impliquen cierta distracción que podrán provenir de lugares cercanos al deportista, o puede optar por ir alejándose paulatinamente a fin de forzarle hacia una orientación selectiva ante los estímulos auditivos (voz del entrenador).

- Diversificar la implementación en los métodos de juegos y problematización dándole salida de forma dirigida e intencionada al desarrollo de los procesos psíquicos (atención).

#### Acciones a realizar los atletas

- Controlar el nivel de activación mediante la respiración, práctica mental, relajación.

- Visualizaciones (arma, plastrón, toque, acción táctica a realizar, etc.)

- Auto verbalización instruccionales o de palabras claves.

- Concentración en la ejecución de la acción táctica.

- Establecer objetivo de actuación.

#### **Conclusiones**

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos se constató que existió insuficiente conocimiento y abordaje en el contexto psicopedagógico de los recursos necesarios para desarrollar la concentración de la atención en los atletas desde la preparación táctica, situación condicionada por:

1- Escasa planificación y tratamiento del componente psicológico en entrenamientos (cuando se realiza se limita a la teoría).

2- Deficiente aplicación práctica de recursos (técnicas, herramientas o habilidades) que desarrollen la concentración de la atención durante la preparación táctica.



3- Se demostró que los esgrimistas poseían dificultades en el aprendizaje de recursos necesarios (técnicas, herramientas o habilidades), que les permitieran alcanzar y mantener una concentración de la atención adecuada durante la preparación táctica, lo cual repercutía a su vez, en el desempeño de estos en entrenamiento y competencias.

### Referencias bibliográficas

- Arkayev, V. A (1976). *La Esgrima*. Pueblo y Educación. Ciudad de La Habana, Cuba.
- Buceta, J. M. (1998). *Psicología del entrenamiento psicológico*. Madrid. Dykinson.
- Cañizares M. (2009). *La Psicología en la actividad física. Su aplicación en el deporte, la educación física, recreación y la rehabilitación*. Deportes. Ciudad de La Habana.
- Córdova, B., Rodríguez, M., Madrigal, A., & Cazco, J. (2020). *Esgrima. Proactividad y potencial creativo, valoraciones imprescindibles para la selección de talentos*. *Lecturas: educación física y deportes*, 25, 160-184. Recuperado de <https://doi.org/10.46642/efd.v25i263.2090>
- Cruz, L. (2001). *Psicología del Deporte*. Madrid. Síntesis.
- De Vega, M. (2001). *Introducción a la Psicología Cognitiva*. Alianza. Madrid.
- García-Ogueta, M. (2001). *Mecanismos atencionales y síndromes neuropsicológicos*. *Revista de Neurología*, 32, 463-467.
- García Ucha, F. (2002). *Formación y Psicología del Deporte Profesional en Cuba*. *Revista de Actualidad de la Psicología del Deporte*
- Iglesias, X. & Cano, D. (1990). *El perfil del esgrimista en Catalunya*. Apunts: Educación Física.
- Londoño L.P. (2009). *La atención: un proceso psicológico básico*. *Revista Facultad de Psicología Universidad Cooperativa de Colombia*; 5: 91-100.



Morales, A. (2002). Alternativa metodológica para la preparación táctica del esgrimista. Trabajo de ascenso no publicado. Facultad de Cultura Física, Villa Clara.

Sainz de la Torre, N. (2006). *Variables psicológicas de la información de corrección de errores en la Educación Física y el deporte.*

Sánchez, M. E. y González, M. (2004): *Psicología general y del desarrollo.* La Habana. Deportes.

Tejeda, M. (2013). *Los componentes didácticos en la preparación táctica del esgrimista.* Revista Olimpia, XI (35), 31- 41

Vidaurreta, L. (2013) *Educación táctica y gestión por la rapidez mental.* Ciencia y Técnica. La Habana.

Zárate, M. & Hernández, Y. (2009). *Variables psicológicas que influyen en la preparación del esgrimista.* Cuba: INDER. Recuperado de <http://portal.inder.cu/index.php/recursos->

