



Original Recibido: 18/02/2024 | Aceptado: 19/05/2024

Sistema de ejercicios para mejorar el comportamiento técnico-táctico defensivo de los jugadores de cuadro de béisbol

Exercise system to improve the defensive technical-tactical behavior of baseball infielder players

Yurisan Álvarez Pérez. Licenciado en Cultura Física, Dirección Municipal de Deportes. Profesor de Educación Física en la escuela Primaria Victoria Valdés. Granma. Guisa. Cuba.

[\[yurisan.ap@nauta.com.cu\]](mailto:yurisan.ap@nauta.com.cu) 

Yoandris Espinosa Telles. Licenciado en Cultura Física. Doctor en Ciencias. Profesor Titular.

Facultad de Cultura Física. Universidad de Granma. Bayamo. Cuba. [\[yespinosatelles@udg.co.cu\]](mailto:yespinosatelles@udg.co.cu) 

Resumen.

La defensa de los jugadores de cuadro en el proceso de entrenamiento deportivo en el Béisbol, es un aspecto de gran complejidad. Dar solución al comportamiento técnico-táctico, defensivo con un enfoque científico es de gran importancia, por los cambios que demanda la preparación deportiva actual, donde la técnica y la táctica deben formarse en una sola estructura. En el Béisbol la defensiva juega un papel importante en el resultado competitivo de un equipo. Esta investigación se desarrolló en el equipo de Béisbol categoría 11-12 años del municipio Guisa, provincia Granma. Se emplearon métodos teóricos como el histórico lógico, inductivo deductivo, el analítico-sintético y el sistémico-estructural-funcional, además de métodos empíricos como la observación, la medición, la revisión documental y el criterio de especialistas, así como la técnica entrevista, también se utilizó dentro de la estadística descriptiva el cálculo porcentual. En el diagnóstico inicial brinda una información acertada acerca de los aspectos positivos y negativos del comportamiento técnico- táctico defensivo de los jugadores de cuadro categoría 11- 12 años. Para dar respuesta a los problemas detectados se propone el sistema de ejercicios para



mejorar el comportamiento de la defensa, tan importante en el resultado deportivo. El sistema aportado, es valorado por especialistas para determinar su pertinencia antes de ser aplicado.

Palabras clave: técnico; táctico; ofensivo; jugadores de cuadro.

Abstract

The defense of infielders in the baseball sports training process is an aspect of great complexity. Providing a solution to technical-tactical, defensive behavior with a scientific approach is of great importance, due to the changes demanded by current sports preparation, where technique and tactics must be formed in a single structure. In Baseball, defense plays an important role in a team's competitive outcome. This research was developed in the 11-12 year old category Baseball team of the Guisa municipality, Granma province. Theoretical methods such as historical-logical, inductive-deductive, analytical-synthetic and systemic-structural-functional were used, in addition to empirical methods such as observation, measurement, documentary review and specialist criteria, as well as the interview technique. The percentage calculation was also used within the descriptive statistics. In the initial diagnosis, it provides accurate information about the positive and negative aspects of the technical-tactical defensive behavior of infield players in the 11-12 year category. To respond to the problems detected, the exercise system is proposed to improve the behavior of the defense, so important in sports results. The system provided is evaluated by specialists to determine its relevance before being applied.

Keywords: technical; tactical; offensive; infielders.

Introducción.

El Béisbol es un juego de conjunto, donde la victoria no depende de uno solo jugador, sino del equipo completo. Debe existir una armonía entre los jugadores del mismo plantel, tanto cuando se está a



la ofensiva, mediante acciones inteligentes de bateo y toque de bola, como a la defensiva, mediante las acciones individuales y colectivas que garantizan realizar la mayor cantidad de out al equipo contrario.

Con respecto a la conceptualización del Béisbol, se comparte Oberto (2022), cuando describe que:

Es un deporte de conjunto jugado entre dos equipos de nueve jugadores cada uno. Se juega en un extenso campo cubierto completamente de césped cultural o artificial con excepción de la zona llamada línea del corredor, donde los jugadores de la ofensiva corren para alcanzar las bases (ubicadas en los vértices del área cuadrangular llamada diamante) y anotar, así como el área del lanzador (donde el terreno es una loma de tierra). (Oberto, 2022, p.44).

En el Béisbol se considera importante el nivel defensivo de los jugadores de cuadro, al ser de los que más participan en la concreción de los out al equipo contrario, aspecto que garantiza el resultado de cada inning y del juego. En este sentido es importante ver el comportamiento defensivo de los jugadores como elemento técnico a perfeccionar en los entrenamientos y a poner en práctica en cada juego.

En relación a la técnica en el deporte, se comparte con Angulo (2021), al plantear que:

Para los antiguos griegos la distinción entre técnica y arte era de matiz, ya siendo, la raíz de la cual derivaban; la técnica se utilizaba para designar aquella habilidad mediante la cual una realidad natural se transformaba en una realidad artificial. Pero esto no significaba una aplicación cualquiera, ya que esta habilidad debía seguir determinadas pautas en su proceder, de tal manera que *techne* significaba también oficio. (Angulo, (2021, p.22).

También, Bermejo (2013), definen a la técnica como “...la realización del movimiento ideal al que se aspira es decir el método para realizar la acción motriz óptima por parte del deportista” (p.17).



Otro aspecto de alto valor a considerar en el equipo deportivo de Béisbol es la táctica, de la cual sin dudas depende el resultado final, sobre este aspecto Díaz (2020), define que: “La táctica en los deportes se define como un comportamiento racional regulado sobre la capacidad de rendimiento deportivo, dirigido a dar una respuesta motriz a la acción del adversario” (Díaz, 2020 p.6.).

Por su parte, Angulo (2021), considera que la táctica compone situaciones que integran al equipo contrario. Lo cual involucra el hecho de que el juego requiere de principios de tipo táctico que se definen como un conjunto de reglas que implican que el juego les proporcione a los jugadores la capacidad de lograr de manera rápida soluciones tácticas a los diferentes problemas desarrollados por la situación que enfrentan.

El presente estudio particulariza la preparación técnico-táctica de los jugadores de cuadro del Béisbol, ya que el nivel alcanzado en las acciones defensivas influye directamente en el resultado del equipo. Los errores en el fildeo, los malos lanzamientos o las incorrectas coordinaciones para concretar un doble play, indudablemente corresponden al nivel de preparación técnico-táctica de estos jugadores en específico. Se pudieron detectar errores durante el fildeo de frente a batazos de rolling, al fildear con una mano y realizar el tiro por el lado del brazo. Además no todos realizan el paso para tirar, en ocasiones el ángulo de tiro no es el correcto, la mirada no siempre se orienta hacia la base de tiro, también se manifiesta incorrecta posición de fildeo y una mala posición en el tiro.

Los autores Cordero, Martínez y Tabares (2019), consideran que: “la preparación técnica-táctica exige el empleo de herramientas metodológicas que contribuyan a que los jugadores participen activamente en la comprensión de los problemas tácticos y mejoren, de igual manera, las acciones competitivas” (p.133).



La problemática que propicia esta investigación es el pobre desarrollo técnico-táctico defensivo que muestran los jugadores de cuadro del Béisbol en la categoría 11-12 años del municipio Guisa. Pues los entrenadores no cuentan con las herramientas metodológicas que les permitan garantizar en los jugadores la correcta ejecución de estas acciones en situaciones reales de juego.

Se establece como objetivo general de la investigación: elaborar un sistema de ejercicios que mejore el comportamiento técnico-táctico defensivo de los jugadores de cuadro categoría 11-12 años del municipio Guisa.

Materiales y métodos

Durante los juegos provinciales efectuados en el 2022 se observaron un total de 19 juegos, donde los jugadores de cuadro del Béisbol en la categoría 11-12 años del municipio Guisa cometieron un total de 25 errores, los que significan el 9,3% del total de las acciones defensivas, donde la mayor insuficiencia fue en el fildeo de frente a batazos de rolling, también se pudo observar que la mayoría de los jugadores fildeaban con una mano y realizaban el tiro por el lado del brazo, incidiendo negativamente en la efectividad y fortaleza de los tiros fundamentalmente a primera base.

Además los jugadores de cuadro no atacaban la bola debidamente, atacar el rolling es un aspecto de gran importancia en los jugadores de cuadro. Pues le permite fildear la pelota en un buen rebote y así acortar la distancia con relación al bateador o corredor y no precipitarse a la ejecución técnica de los tiros a las bases.

Se pudo observar que los jugadores no eran capaces de ejecutar la técnica de iniciar doble play con corredor en primera base de forma correcta, cometiendo los siguientes errores: no realizan el paso para tirar, ángulo de tiro incorrecto, no miran hacia la base de tiro, incorrecta posición de fildeo y una mala posición en el tiro. Al completar doble play los jugadores de segunda base y torpedero cometían los



siguientes errores: mala colocación en la posición, no llegaban a tiempo o incorrectamente a la almohadilla, mala coordinación en el recibo y tiro, no realizan los pasos para tirar, ángulo de tiro incorrecto, y no miraban hacia la base de tiro.

En la entrevista realizada a los entrenadores se pudo determinar que no cuentan con suficientes herramientas metodológicas que les permitan mejorar en los jugadores de cuadro la correcta ejecución de las acciones técnico-táctica defensiva en situaciones reales de juego. Además de contar con pocos ejercicios orientado a este fin.

Análisis y discusión de los resultados

Sistema de ejercicios para mejorar el comportamiento técnico táctico defensivo de los jugadores de cuadro del béisbol.

Con relación al término sistema, Arnold y Osorio (2003), consideran que es: “El conjunto de elementos que guardan estrechas relaciones entre sí, que mantienen al sistema directa o indirectamente unido, de forma más o menos estable, y cuyo comportamiento global persigue, normalmente un objetivo.” (Arnold y Osorio, 2003, p.37).

También Cazau (2003), asegura que un sistema es:

Conjunto de elementos en interacción. Interacción significa que un elemento cualquiera se comportará de manera diferente si se relaciona con otro elemento distinto dentro del mismo sistema. Si los comportamientos no difieren, no hay interacción y por tanto tampoco hay sistema (Cazau, 2003, p.16).

El sistema de ejercicios está concebido siguiendo las secuencias del juego de Béisbol para la comprensión de las acciones individuales y colectivas que se generan en progresión lógica y estandarizada pero con soluciones individuales subordinadas a las acciones del equipo.



Los ejercicios expresan la forma primaria que puede originarse en el juego, por lo que no se ha producido ninguna acción ofensiva del contrario, la acción defensiva estará condicionada por diferentes factores como la dirección, fuerza y altura del batazo, por lo que la colocación del jugador defensivo resulta lo más importante y decisivo, además la información recibida favorece el desarrollo de la inteligencia deportiva.

Las demás acciones representan la secuencia lógica y posible que puede surgir en el desarrollo de un juego, por lo que solucionar las situaciones dependerá de las acciones individuales y colectivas ofensivas con la respuesta eficiente de los jugadores defensivos empleando el arsenal técnico-táctico que ha desarrollado, manteniendo la comunicación entre jugadores de las líneas defensivas, teniendo como fundamento los principios tácticos ofensivos y defensivos. Para el logro de acciones lógicas y coordinadas.

La lógica del sistema está en iniciar con los ejercicios sin corredores en base, luego con corredores en primera base, se incorporan los ejercicios que tienen jugadores en primera y segunda bases, hasta completar las bases llenas, además de trabajarse el doble play y la defensa ante el toque de bola.

Sistema de ejercicios para jugadores de cuadro del Béisbol.

Objetivo general del sistema: Diseñar ejercicios para mejorar el comportamiento técnico-táctico defensivo de los jugadores de cuadro categoría 11-12 años del municipio Guisa.

➤ Sin corredores en base.

Ejercicio # 1. Fildeo de rolling y de toque de bola y tiro a primera base.

Objetivo: Ejecutar el fildeo atacando el rolling y tiro a primera base.

Orientaciones Metodológicas:



Los jugadores de cuadro se sitúan en sus posiciones, el entrenador bateará de rolling en diferentes direcciones y distancia, el jugador que esté en posición fildea y realizará el tiro a primera base para sacar el out. Al realizar la acción de fildear es importante ejecutar de forma correcta la técnica y precisión en el tiro.

Se colocará un corredor en el home que realizará el corrido hacia 1ra base cuando la bola es bateada. Si el rolling se realiza por tercera base o por el torpedero, la segunda base debe realizar la asistencia detrás de primera base.

➤ Con corredor en primera base:

Ejercicio # 1 Ejecutar el fildeo de rolling hacia todas las direcciones, y tirar o pasar la pelota, según la acción seleccionada de: Iniciar el doble play, realizar el out al corredor más adelantado y realizar el out al bateador corredor.

Objetivo: Realizar el fildeo de rolling hacia cualquiera de las direcciones y seleccionar la acción defensiva adecuada.

Orientaciones Metodológicas:

Se parte de las posiciones defensivas de cada jugador, al realizar el fildeo se tiene en cuenta la situación presentada por el entrenador (cantidad de out, inning del juego entre otros). Es necesario el desplazamiento del resto de los jugadores para realizar la asistencia según corresponda, así como mantener una correcta ejecución de la técnica.

➤ Corredor en primera y segunda base:



Ejercicio # 1. Realizar el fildeo de rolling hacia cualquiera de las direcciones y seleccionar una de las siguientes acciones: Realizar el doble play, realizar el out al corredor más adelantado y realizar el out al bateador corredor.

Variante # 1. Con toque de bola

Objetivo: Realizar el fildeo hacia cualquier dirección y tiro a las bases seleccionando la acción defensiva adecuada.

Orientaciones Metodológicas:

Se parte de la posición defensiva de los jugadores de cuadro, luego se procederá a batear la pelota (roletazo) a una de estas posiciones, se realiza fildeo por el jugador y selecciona la acción defensiva adecuada. Es importante realizar la acción de fildear con técnica y realizar el tiro con precisión. Deben tener en cuenta (cantidad de out, inning del juego entre otros) y la selección de la acción a realizarse.

➤ Corredor en primera y tercera base:

Ejercicio # 1. Ejecutar el fildeo de rolling y tirar o pasar a la base adecuada.

Iniciar el double play. Realizar el out al corredor más adelantado. Aguantar al corredor de 3ra base y sacar el out 2da base. Aguantar al corredor de 3ra base y realizar el out al bateador corredor. Sacar out al bateador corredor.

Variante # 1. Con toque de bola

Objetivo: Realizar el fildeo de rolling hacia cualquiera de las direcciones y seleccionar la acción defensiva adecuada.

Orientaciones Metodológicas:



Se parte de la posición defensiva de cada uno de los jugadores de cuadro, realizar el fildeo teniendo en cuenta la situación presentada por el entrenador. (Cantidad de out, inning del juego entre otros). Es necesario el desplazamiento del resto de los jugadores para realizar la asistencia según corresponda, iniciar el doubleplay, sacar out al jugador más adelantado, tirar a primera base y sacar out al bateador corredor. Ejecutar la técnica de fildeo correctamente así como el ángulo de tiro.

➤ Corredor en segunda base:

Ejercicio # 1. Ejecutar el fildeo de rolling por cualquier dirección y tirar o pasar la pelota, según la acción seleccionada de: Aguantar al corredor de 2da base o sacar el out según la situación o realizar el out al bateador corredor.

Variante # 1. Con toque de bola.

Objetivo: Realizar el fildeo hacia cualquier dirección y seleccionar la acción defensiva adecuada.

Orientaciones Metodológicas:

Se parte de la posición defensiva de cada jugador, al realizar el fildeo tener en cuenta la situación presentada por el entrenador (cantidad de out, inning del juego entre otros). Es necesario el desplazamiento del resto de los jugadores para realizar la asistencia según corresponda, aguantar al corredor de 2da base o sacar el out según situación, realizar el out al bateador corredor. Ejecutar la técnica de fildeo correctamente así como el ángulo de tiro.

➤ Corredor en segunda y tercera base.

Ejercicio # 1. Fildeo de rolling y tiro a las bases.

Variante # 1. Con toque de bola.



Objetivo: Ejecutar el fildeo de rolling hacia cualquier dirección y selección del tiro.

Orientaciones Metodológicas:

Se parte de la posición defensiva de cada jugador, al realizar el fildeo tener en cuenta la situación presentada por el entrenador (cantidad de out, inning del juego entre otros). Es necesario el desplazamiento del resto de los jugadores para realizar la asistencia según corresponda, tiro al home para sacar out al corredor, tiro a 3ra base para sacar out al corredor, aguantar el corredor y tiro a 1ra base para sacar out. Ejecutar la técnica de fildeo correctamente así como el ángulo de tiro.

➤ Corredor en tercera base.

Ejercicio # 1. Fildeo de rollingy tiro a las bases.

Variante # 1. Con toque de bola.

Objetivo: Ejecutar el fildeo y selección del tiro.

Orientaciones Metodológicas:

Se parte de la posición defensiva de cada jugador, al realizar el fildeo tener en cuenta la situación presentada por el entrenador (cantidad de out, inning del juego entre otros). Es necesario el desplazamiento del resto de los jugadores para realizar la asistencia según corresponda, tiro al home para sacar out al corredor, aguantar el corredor y tiro a 1ra base para sacar out. Ejecutar la técnica de fildeo correctamente así como el ángulo de tiro.

➤ Bases Llenas:



Ejercicio # 1. Realizar el fildeo de Rolling en cualquiera de las direcciones y seleccionar una de las siguientes acciones: inicio del doble play, realizar el out al corredor más adelantado, realizar el out en tiro o forzado en 3ra o 2da base según la situación de fildeo y realizar el out al bateador corredor.

Variante # 1. Toque de bola.

Objetivo: Realizar el fildeo hacia cualquier dirección y tiro o pase a la base seleccionando la acción defensiva adecuada.

Orientaciones Metodológicas:

Se parte de la posición defensiva de cada jugador, al realizar el fildeo tener en cuenta la situación presentada por el entrenador (cantidad de out, inning del juego entre otros). Es necesario el desplazamiento del resto de los jugadores para realizar la asistencia según corresponda, iniciar el doble play, realizar el out al corredor más adelantado, realizar el out en 2da o 3ra base, realizar el out al bateador corredor.

Valoración de los especialistas sobre el sistema de ejercicios para mejorar el comportamiento técnico-táctico, defensivo de los jugadores de cuadro del Béisbol

Con el objetivo de obtener una valoración sobre el sistema de ejercicios para mejorar el comportamiento técnico-táctico, defensivo de los jugadores de cuadro del Béisbol, antes de ser aplicado en la práctica, se someten al criterio de diferentes especialistas. Los cuales fueron seleccionados teniendo en cuenta el nivel profesional y que contaran con más de diez años vinculados directamente en el trabajo con el Béisbol.

Se seleccionaron ocho especialistas, de ellos cinco son Máster en ciencias y los otros tres son Licenciados en Cultura Física. Uno es profesor de la Facultad de Cultura Física Universidad de Granma),



uno es el comisionado provincial de Béisbol y el resto son entrenadores de Béisbol de los municipios Guisa y Bayamo. La experiencia laboral promedio es de 17 años; todos son reconocidos por su experiencia, prestigio académico y profesional en este deporte.

Se elaboró el sistema de ejercicios para mejorar el comportamiento técnico-táctico, defensivo de los jugadores de cuadro, el cual se les entrega a estos los especialistas para que realicen sus valoraciones. Las recomendaciones que emiten los especialistas son varias, dentro de ellas se encuentran: planificar la evaluación periódica de los objetivos al introducir la propuesta e insistir en la metodología para el aprendizaje de las técnicas por parte de los jugadores.

Los resultados derivados del criterio de especialistas permitieron conocer la valoración que hacen de los aspectos que conforman el sistema de ejercicios propuesto. Consideran muy adecuado los fundamentos teórico-metodológicos que sustentan el sistema, así como a los ejercicios descritos por su pertinencia y utilidad en el desempeño técnico-táctico defensivo de los jugadores.

Además, los especialistas consideran bastante adecuado el objetivo del sistema de ejercicios para mejorar el comportamiento técnico-táctico defensivo de los jugadores de cuadro del Béisbol, y las indicaciones metodológicas de cada uno de los ejercicios que se proponen, insisten además, en que la propuesta puede ser aplicada en la práctica.

Conclusiones.

1. Al analizar los fundamentos teórico-metodológicos relacionados con la preparación técnico-táctico defensiva de los jugadores de cuadro de Béisbol, se pudo constatar que existen limitadas fuentes bibliográficas que sustentan el estudio de esta temática, situación que afecta la calidad de este proceso de entrenamiento y por consiguiente la obtención de mejores logros deportivos.



2. El diagnóstico realizado arrojó la existencia de insuficiencias en el desarrollo técnico-táctico defensivo de los jugadores de cuadro categoría 11-12 años del municipio Guisa, provincia de Granma.

3. Se elaboró el sistema de ejercicios para mejorar el comportamiento técnico-táctico defensivo de los jugadores de cuadro categoría 11-12 años del municipio Guisa, provincia de Granma.

4. La propuesta de sistema de ejercicios, según criterio de los especialistas consultados puede favorecer el comportamiento técnico-táctico defensivo de los jugadores de cuadro de Béisbol.

5. El sistema de ejercicios propuesto para el proceso de entrenamiento técnico-tácticos defensivo del Béisbol en los jugadores de cuadro de la categoría 11-12 años del municipio Guisa, constituye una herramienta científica factible de emplear por los profesores de las áreas deportivas, para dar cumplimiento a los objetivos del programa de preparación del deportista, lo que permitirá un mejor desempeño defensivo y con ello mejores resultados deportivos.

Referencias bibliográficas.

Angulo, De León, T. A. (2021). Sistema de ejercicios, para el entrenamiento de las acciones técnico tácticas ofensivas, en futbolistas de la categoría juvenil. (Tesis de Maestría). Universidad de Guayaquil, Guayaquil, Ecuador.

Arnold, M. y Osorio, F. (2003). Introducción a los conceptos básicos a la Teoría general de Sistemas. Facultad de Ciencias Sociales. Universidad Católica de Santiago de Chile.

Bermejo Frutos, J. (2013). Revisión de concepto de técnica deportiva desde la perspectiva biomecánica del movimiento. *Emásf*, Revista de Educación Física. Año 5, Num. 25 (noviembre- diciembre de 2013) <http://emasf.webcindario.com>

Cazau, P. (2003). Teoría General de sistemas. Diccionario de Teoría General de sistemas.



Cordero Valdés, V. O, Martínez Hernández, P. A, Tabares Arévalo, R M. (2019) Metodología para el perfeccionamiento del accionar técnico táctico de los lanzadores de Béisbol. Revista PODIUM. mayo-agosto 2019, 14(2): 133-152

Díaz L. M. (2020). Perspectivas teóricas metodológicas del pensamiento táctico: Contribuciones para potenciar las habilidades pedagógicas del entrenador de Voleibol. Revista Ciencias del deporte, 282).

Oberto-Dinza, E. (2022), Sistema de ejercicios e indicadores para la preparación técnica de los atletas universitarios del Béisbol Five. Revista Arrancada, ISSN 1810-5882, núm.43, septiembre-diciembre, Vol.22. <https://revistarrancada.cujae.edu.cu>.

Orozco Cárdenas, N. L., Arostica Villa, O., González Sánchez, E., & Gutiérrez Cruz, M. (2019). Acciones para la evaluación de la preparación técnico-táctica en lanzadores de Béisbol. Lecturas: Educación Física y Deportes, 23(248), 17-29. Recuperado de <https://efdeportes.com/index.php/EFDeportes/article/view/994>

