

Original Recibido: 11/01/2024 | Aceptado: 09/04/2025

## Acciones psicopedagógicas para desarrollar la concentración/atención durante la preparación táctica de esgrimistas escolares.

Psychopedagogical actions to develop concentration/attention during tactical preparation of school fencers.

Meylí Borges Castillo. Licenciada en Psicología. MSc. Psicología del Deporte. Centro Provincial de Medicina del Deporte. Bayamo. Granma. Cuba. [[borgesmeyli@gmail.com](mailto:borgesmeyli@gmail.com)]<sup>ID</sup>

### Resumen

La presente investigación pretende servir de apoyo y referencia en el tratamiento y orientación psicopedagógica de la concentración de la atención durante el proceso de la preparación táctica de los esgrimistas escolares, vista desde el entrenamiento deportivo por su importancia en la ejecución y desempeño de los atletas. Lo que favorecerá en estos 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 resultados favorables. La investigación fue desarrollada en el Gimnasio de Esgrima ubicado en la EIDE Pedro Batista Fonseca de la provincia de Granma; para ello se seleccionó de una población de 12 floretistas, una muestra de cinco atletas con edades comprendidas entre 13 y 14 años. Los resultados finales 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 por lo que se debe 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.

**Palabras claves:** concentración/atención, táctica, esgrima, acciones psicopedagógicas.



## **Abstract**

This research aims to serve as a support and reference in the treatment and psychopedagogical orientation of the concentration of attention during the tactical preparation process of school fencers, seen from the perspective of sports training due to its importance in the execution and performance of athletes. This will favor the incorporation of skills and tools that allow them to use them in situations that occur in training and competitions. It also includes the treatment offered by the coach as a professional entity capable of catalyzing the teaching-learning process from the individualization of their athletes in order to achieve favorable results in these. The research was developed in the Fencing Gym located in the EIDE Pedro Batista Fonseca in the province of Granma; for this purpose, a sample of five athletes between the ages of 13 and 14 was selected from a population of 12 fencers. The final results showed that an important component of athletic performance depends on the level of attention, so the ability to concentrate influences the selection, execution and variation of the tactics to follow, so the development of psychic processes should be promoted from sports preparation so that athletes make use of these to shape their competitive performance.

**Keywords:** psychopedagogical actions; concentration/attention; tactics; fencing.

## **Introducción**

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. Sainz de la Torre (2006), la describe como 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”.



Cañizares (2009) alega que la atención puede manifestarse en los procesos de percepción, memoria y pensamiento pues se necesita de este proceso para percibir, observar, analizar, comparar, etc. De ahí su relevancia en la actividad física en el proceso de enseñanza y perfeccionamiento de las acciones. El desarrollo y la adecuada concentración de esta en la actividad, garantiza la correcta asimilación, ejecución y control de las acciones motrices. La concentración también significa el estar totalmente aquí y en el ahora, en el presente (Schmid & Peper, 1991).

Es además la capacidad de mantener la atención en una tarea por más tiempo sin distraerse. Mientras más sentidos se utilicen en la actividad mayor será la concentración. También es una destreza susceptible de mejorarse y desarrollarse por la práctica, es una de las habilidades fundamentales en el proceso de conocimiento.

Según Ucha (2002) al hablar de táctica en el deporte se hace referencia 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 (2016) refiere que se entiende por preparación táctica al conjunto de situaciones racionales para la solución de problemas presentes durante la competencia, es también el desarrollo de capacidades especiales que proporcionarán efectividad en la solución de problemas. Zárate y Hernández (2009) añaden que variables como la concentración de la atención, el control emocional, el reto competitivo y la motivación son decisivas en la calidad de ejecución táctica en esgrima.

La preparación psicológica del esgrimista es un proceso pedagógico en el cual el entrenador está obligado a orientar al atleta en un perfeccionamiento prolongado, 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 competencias como proceso



de desarrollo y beneficio de las funciones psíquicas, así como de las destrezas técnico-tácticas que le permitan alcanzar el éxito.

Puni (1975), en relación con el papel del entrenador deportivo consideró que este profesional tiene un círculo determinado de cuestiones pedagógicas que se relacionan con la preparación psicológica con vistas a las competiciones y entran en la esfera de su competencia. Entre otras están las tareas, los medios, los elementos metodológicos, la organización y la planificación de la preparación psicológica con vistas a las competencias.

Durante el proceso de observación y análisis en las diferentes etapas del entrenamiento deportivo, unido a la indagación con entrenadores de la Escuela de Iniciación Deportiva (EIDE) Pedro Batista Fonseca en Granma se evidenciaron dificultades dentro de las cuales en el área psicológica se destacan problemas en la concentración de la atención durante la preparación táctica con mayor repercusión en atletas escolares afectando los entrenamientos y competencias por lo que se hace necesario desarrollar el proceso psíquico en cuestión en los esgrimistas durante el desempeño en el componente táctico.

Por tanto, el objetivo de esta investigación fue: elaborar un sistema de acciones psicopedagógicas para desarrollar la concentración de la atención durante la preparación táctica en esgrimistas escolares pertenecientes a la EIDE Pedro Batista Fonseca de la provincia de Granma. Se realizó el estudio con una muestra de 5 atletas, empleándose métodos del nivel teórico: Inductivo-deductivo, análisis-síntesis, métodos empíricos: la observación participante, entrevista semiestructurada, técnicas o test psicológicos: Test de Grid y Anillos de Landolt, así como método matemático-estadístico: estadística descriptiva.

### **Materiales y métodos**

La investigación se efectuó en la EIDE Pedro Batista de Bayamo, Granma. La muestra fue de 5 atletas de esgrima escolar en el arma florete.



Fue una investigación transversal – descriptiva, experimental en la variante de pre-experimento, empleándose patrón de comparación pretest y postest.

En su realización 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 así como el sistémico-estructural-funcional y modelación: para el establecimiento del sistema de acciones psicopedagógicas.

Para la labor diagnóstico-investigativa que se acometió en la presente investigación, 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, el experimento en su variante de pre-experimento ya que permitió analizar el objeto de estudio antes y después de aplicar la propuesta; 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 y crear comparaciones entre las diferentes etapas de aplicación (Test de Grid, Anillos de Landolt).

Se utilizó además el 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

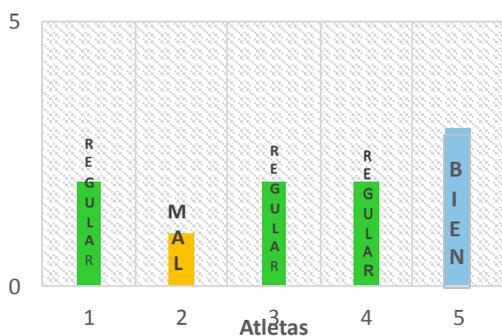


ciento mostraba intranquilidad, repetían errores y presentaba desorganización de las acciones tácticas, el 40% manifestaba enojo o se inhibía, siendo estos, indicadores de falta de concentración de la atención.

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, el 40% se sienten nerviosos y sólo ese porcentaje trata de volverse a concentrar.

La calificación de los test aplicados arrojó que de los 5 atletas en el test de Grid el 20% (1 tirador) obtuvo calificación de Bien, el 20% (1 atleta) Mal, y el resto el 60% (3 esgrimistas) de Regular. (Gráfico 1)

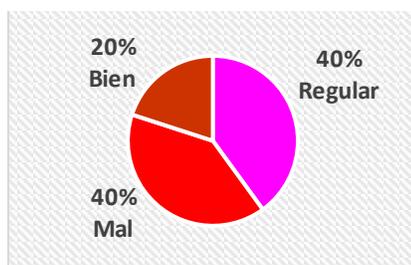
Gráfica1 Test de Grid



En los Anillos de Landolt el 20% (1 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 (2) se ubicaron entre el 60 y 69% calificados de Regular y ese mismo porcentaje con menos del 59 % obtuvieron calificación de Mal. (Gráfico 2)

Gráfico 2 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 de acciones que desarrollen los procesos cognitivos en la preparación psicológica, que debe estar presente en todos componentes de la preparación del deportista, evidenciándose además que, aunque el 100% de los entrenadores poseen conocimientos sobre la concentración de la atención, sólo 1 de ellos lo que representa el 33,3% aproximadamente realiza a veces algunas acciones que cree puedan favorecer el proceso atencional en sus atletas por lo que denota la 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, dificultando 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.

Teniendo 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.

Luego del diagnóstico inicial se realizó un número de acciones que propició el desarrollo del proceso atencional lográndose mejor concentración de la atención y organización de los elementos tácticos.

Los resultados obtenidos luego de la implementación del sistema de acciones son como siguen:

El test de Grid arrojó que de los 5 atletas 40% (2 tiradores) obtuvieron calificación de Muy Bien y el 60% (3 atletas) Bien. (Gráfico 3)

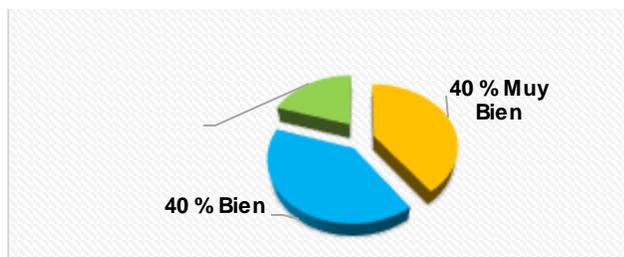
Gráfico 3 Test de Grid



En los Anillos de Landolt el 40% (2 competidores) se ubicaron entre el 80 y 89% lo que significa un IA (Índice de atención-concentración) Muy Bien, 40% de los deportistas (2) se ubicaron entre el 70 y 79% calificados de Bien y 1 esgrimista que significa el 20% se ubicó entre el 60 y 69% para una calificación de Regular. (Gráfico 4)

Gráfico 4 Anillos de Landolt





Estos resultados permitieron que los atletas aprovecharan más las sesiones de entrenamientos, minimizaran la repetición de errores, fueran más creativos en la solución a las situaciones problemáticas dadas en el combate y por ende ganar en organización táctica tanto de forma defensiva, ofensiva, combinada o de quietud o espera.

#### Propuesta de acciones

El objetivo de las acciones es desarrollar en los deportistas la concentración de la atención, que les permita alcanzar resultados deportivos óptimos tanto en entrenamiento como en competiciones.

Teniendo en cuenta el diagnóstico de la variable estudiada se propuso la necesidad y pertinencia de un sistema de 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 permitió a su vez 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:

- Capacitar a entrenadores sobre las características del proceso psíquico de la atención y formas para desarrollarlo.
- Capacitar en cuanto al uso de herramientas y recursos psicológicos para implementar con atletas tales como: respiración, auto-mandatos, visualizaciones y relajación.



- Asesorar la implementación de herramientas y habilidades que desarrollen la concentración de la atención durante la preparación táctica.
- Realizar charlas-debate con atletas sobre la atención/concentración.
- Formar en los atletas habilidades y dotarlos de herramientas para desarrollar la atención/concentración a través del mantenimiento del foco atencional, visualización o práctica imaginada, la respiración y la relajación.

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.
  - 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 (concentrándose en el toque en la zona válida).
- 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) fomentando la introducción de diferentes distractores.

- Realizar ejercicios de respiración y relajación en el momento oportuno (modificar estado de distracción)

Acciones a realizar por los atletas:

- Controlar el nivel de activación mediante la práctica mental, respiración-relajación.
- Práctica imaginada (arma, plastrón, toque, acción táctica a realizar, etc.)
- Autoverbalización instruccionales o de palabras claves.
- Concentración en la ejecución de las acciones tácticas.
- Establecer objetivo de actuación.

Han existido en diferentes deportes otras investigaciones relacionadas con la concentración de la atención como los realizado por Del Monte (2011) quien valoró el conjunto de acciones de intervención psicológica para el desarrollo de la capacidad de concentración de la atención en el deporte de judo tanto femenino como masculino; Soler (2016), propuso acciones de intervención psicológica para el entrenamiento de la concentración de la atención en boxeadores de la categoría 15 – 16 años sirviendo.

Las investigaciones antes mencionadas han tratado la intervención psicológica propiamente de forma acertada y provechosa, la investigación en cuestión no solo trata sobre la concentración de la atención, sino que se enfoca en acciones psicopedagógicas a realizar durante el componente táctico del entrenamiento deportivo brindando además capacitación a los entrenadores para un mejor empleo del componente psicológico en pos de elevar la calidad de los entrenamientos y los resultados competitivos.

Por lo anteriormente expuesto se recomienda capacitar y asesorar a la totalidad de los entrenadores del deporte con el fin de generalizar la aplicación práctica de las acciones psicopedagógicas que



desarrollen la concentración de la atención durante la preparación táctica en los deportistas y extender las acciones psicopedagógicas a la población de esgrimistas escolares y juveniles tanto del florete como del resto de las armas (sable y espada) así como a otros deportes.

## **Conclusiones**

Se arribó a la conclusión 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:

- Deficiente aplicación práctica de recursos psicológicos (técnicas, herramientas o habilidades) que desarrollen la concentración de la atención durante la preparación táctica.
- Insuficiente planificación y tratamiento del componente psicológico en entrenamientos.
- Se evidenciaron en los atletas 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.
- La implementación de las acciones psicopedagógicas propició la superación de los entrenadores de esgrima en aspectos del componente psicológico del entrenamiento deportivo.
- Las acciones psicopedagógicas desarrollaron en los atletas las habilidades y herramientas que permitieron elevar la concentración de la atención en entrenamientos y competencias.

## **Referencias bibliográficas**

Cañizares M. (2009). *La Psicología en la actividad física. Su aplicación en el deporte, la educación física, recreación y la rehabilitación*. Ciudad de La Habana. Deportes.



- Del Monte, M. L. (2017). La concentración de la atención en entrenamiento de altura. *Experiencias en su diagnóstico e intervención. Revista Cubana de Medicina del Deporte y la Cultura Física*. ISSN 1728-922X RNPS 2026, Vol 2. No. 3 p: 17. La Habana, Cuba.
- García Ucha, F. (2002). *Formación y Psicología del Deporte Profesional en Cuba*. Revista de Actualidad de la Psicología del Deporte.
- Puni, A. Z. (1975). *Psicología de la Educación Física y el Deporte*. Ciudad de La Habana. Científico – Técnica.
- Sainz de la Torre, N. (2006). *Variables psicológicas de la información de corrección de errores en la Educación Física y el deporte*.
- Schmid, A y Peper, E. (1961). *Técnicas para el entrenamiento de la concentración de la atención en psicología aplicada al deporte*. (393-411). Madrid: Biblioteca Nueva.
- Soler, Y. (2016). *Acciones de intervención psicológica para la concentración de la atención en boxeadores de la categoría 15 – 16 años de la EIDE Mártires de Barbados de La Habana*. Tesis Maestría. Facultad de Cultura Física. La Habana.
- Tejeda, M. (2016). *Estrategia didáctica para contribuir al desarrollo de la subdirección intelectual durante el proceso de preparación táctica del esgrimista*. Tesis doctoral. Facultad de Cultura Física. Granma
- Zárate, M., & Hernández, Y. (2009). *Variables psicológicas que influyen en la preparación del esgrimista*. Cuba: INDER. Recuperado de <http://portal.inder.cu/index.php/recursosinformativos/info-retrospectiva/autores-cubanos/626-variables-psicologicas-que-influyen-en-la-preparación-del-esgrimista>.

