

# CONJUNTO DE ACCIONES PREPARATORIAS PARA LAS ACCIONES TÉCNICO-TÁCTICAS DEL KUMITE

Lic. William Hernández Godínez<sup>1</sup>

1. Universidad de Matanzas. Facultad de cultura física – Sede  
“Camilo Cienfuegos”, Vía Blanca Km.3, Matanzas, Cuba.  
wiliamhg@nauta.cu



---

CD de Monografías 2016  
(c) 2016, Universidad de Matanzas “Camilo Cienfuegos”  
ISBN: XXX-XXX-XX-XXXX-X

## Resumen

La falta de bibliografía especializada que aborde ampliamente el papel que juega la finta en el desempeño técnico-táctico de los combates es escasa ya que los diferentes autores no profundizan y solo mencionan los diferentes tipos de fintas que se conciben. A esto este autor tiene como objetivo proponer un conjunto de acciones preparatorias para ampliar el contenido de las acciones preparatorias en el kumite. Con motivo de la revisión bibliográfica, la observación y la entrevista a entrenadores y atletas de recorrido deportivo se obtuvo un conjunto de acciones preparatorias que ayuden a aumentar el contenido de las que se conocen. El conjunto está compuesto por cinco acciones preparatorias. Con el empleo de estas acciones se establece el enriquecimiento de las acciones preparatorias que se conocen y se utilizan actualmente por medio de la bibliografía, entrenadores y atletas de experiencia competitiva.

**Palabras claves:** *fintas, acciones preparatorias, karate-do, kumite.*

---

### Introducción

La falta de preparación de los ataques en el kumite (combates) hace que la efectividad de los mismos se vea comprometida en los combates por la dualidad que existe en ellos, lo que explica su objetividad. Estos elementos están implícitos en el contenido técnico-táctico del kumite de los karatecas como acciones preparatorias, a esto Chirino, R. (6) plantea que `` Es la fase que le permiten al competidor manejar el combate sin interacción física. Se usa como recurso para la obtención de datos sobre el oponente. Esta juega un papel auxiliar cuando se prepara acciones defensivas, ofensivas y mixtas.`` También sobre esto habla Domínguez, J. y Llano, J. Luis. (5, 79) diciendo, ``Acciones preparatorias: son todos los movimientos que se realizan antes de realizar el ataque (o contraataque) en busca de posiciones cómodas mediante el uso de elementos de desplazamiento, movimientos del cuerpo, golpes de engaño y fintas. Estas acciones iniciales deben ocultar la acción programada, confundir al contrario y descubrir sus posibilidades, tanto positivas como negativas...``



En un análisis posterior a los programas de preparación del deportistas en sus versiones de Almenares, F. y col. (2007) y Sánchez, I. y col. (2014) donde a pesar de el grado de organización y orientación técnica, metodológica y teórica expuesta hacia las acciones técnicas en cada una de las categorías, estas acciones preparatorias para la ofensiva en los combates, solo se mencionan sin profundización de objetivos, metodología, ni funciones tácticas desde el punto de vista teórico que hace que no haya base teórica sobre dichos elementos en ninguna de las categoría que se da orientación metodológica en dicho documento. En este sentido se detecta que la preparación teórica es deficiente en dirección a la enseñanza de acciones técnico-táctica en el kumite y en particular de estas acciones preparatorias de las acciones ofensivas. Este aspecto invita a reflexionar sobre cuáles son las causas de algunos problemas en el desempeño técnico-táctico donde hay autores como Mahlo, F. (1969), Harre, D. (1973), Labarrere, G. y Valdivia, G. (1988) que han abordado el aspecto teórico en la enseñanza, algo que se está obviando en este proceso de formación técnico-táctica en los atletas y a lo que Matveev, L. (13, 119). Sentó bases diciendo:

“ La preparación intelectual del deportista abarca todo aquello que está dirigido a comprender la actividad deportiva en sí, los fenómenos relacionados directamente con esta y a desarrollar las facultades intelectuales sin las cuales es imposible alcanzar objetivos considerables. Tiene relación directa con la formación de bases racionales de motivación del deportista, su preparación volitiva y síquica especial, la enseñanza de la técnica y la táctica deportiva y con el perfeccionamiento de la maestría deportiva”.

*Desarrollo.*

*Importancia de las acciones preparatorias en la acción táctica del combate del karateca.*

Las acciones preparatorias juegan un papel importante en el desenvolvimiento del combate puesto que son un recurso para el competidor en el momento de solucionar situaciones de combate pero siempre se ha expresado su concepto de manera aislada no como sistema veamos la posición de diferentes autores acerca de este aspecto.

Domínguez. J. col. (1989) plantea:

Acciones preparatorias



“Son los movimientos que se realizan antes de efectuar el ataque(o contraataque) en busca de posiciones cómodas mediante el uso de elementos de desplazamientos, movimientos del cuerpo, golpes de engaño y fintas. Estas acciones iniciales deben ocultar la acción programada, confundir al contrario y descubrir sus posibilidades, tanto negativas como positivas.”

Según Chirino, R. (2006):

Acciones Preparatorias:

“Son aquellas que le permiten al competidor manejar el combate sin interacción física. Se usa como recurso para la obtención de datos sobre el oponente. Esta juega un papel auxiliar cuando se prepara acciones que componen el acto táctico...”

Aquí el autor da su apreciación sobre las acciones preparatorias discrepando de Chirino en el tipo de interacción de estas acciones:

“Las acciones preparatorias son acciones que permiten condicionar e influir en el combate con y sin interacción física, son estímulos hacia el contrario para ocultar y descifrar las verdaderas intenciones en la conducción de dicho combate.”

Estas concepciones nos dan un carácter de falta de acuerdo teórico entre los diferentes autores que han abordado este tema y la razón es que los diferentes autores las caracterizan de acuerdo al tratamiento que le dieron en su momento, lo que sí es claro es que estas acciones han sido transmitidas a través de la observación de los entrenadores y atletas durante los años, es decir por imitación. Eso ha tenido como consecuencia la falta de tratamiento teórico y metodología de este aspecto táctico en su ejecución, y en estos días su poca utilización, ya que los competidores actuales no están tan identificados con estas variantes de soluciones tácticas.

*Conceptualización de las fintas, su objetivo y tipos en el Karate.*

Las acciones preparatorias están compuestas por diferentes movimientos que en su uso simple o combinado influyen en los objetivos mencionados anteriormente, como es el caso de las fintas, amagues, acciones de maniobra que son los elementos que más se mencionan en la bibliografía existente:

La finta:



Según Dominguez.J.Col. (1989). Cataloga a la Finta como: *imitación de golpe*

Chirino. (2006) dice que: Es un gesto que puede ser todo movimiento con cualquier parte del cuerpo, que no represente ni parcial, ni totalmente un elemento técnico. También es un cambio de ritmo en el combate, un cambio de distancia, etc.

Finta<sup>2</sup>. (Del it. finta, ficción). f. Ademán o amago que se hace con intención de engañar a alguien. || 2.Esgr. Amago de golpe para tocar con otro. Se hace para engañar al contrario, que acude a parar el primer golpe. (Según dicc. Encarta).

Con estas concepciones tenemos como definición que la finta lejos de ser un movimiento en específico es un acto que demuestra engaño en cualquiera de las maneras que se ejecute ya sea con un golpe, gesto o desplazamiento. Algo que la bibliografía existente no deja claro en sus definiciones sobre la misma. Esto la hace incomprendible por los atletas al no llegarle adecuadamente definido su significado.

*Amagues:*

Chirino. (2006) dice que: Es la ejecución parcial o total de elementos técnicos.

Según el diccionario océano de la lengua española refiere:

Amagar: dejar ver la intención de ejecutar alguna cosa. Fingir que va a hacer o decir. Manifestarse los primeros síntomas de una enfermedad. Ocultarse, esconderse. Estar próximo a suceder o sobrevenir.

El amague es una de las maneras relativas a la finta por la conceptualización que se plantea pero esta indefinida su conceptualización para estos fines tácticos en cuanto a la enseñanza y tratamiento en el entrenamiento del kumite. Ya que el autor que se ha citado no refiere una correcta definición de lo que es un amague y determinar esa definición como que es total o parcial de un elemento no deja definida la ejecución de esa finta. De esta manera este autor propone como termino amague: como la ejecución parcial de algún elemento técnico con intención interna de provocar una reacción favorable a las intenciones del competidor.

*Maniobras:*

Según Dominguez.J.Col. (1989): Maniobra: capacidad de desplazamiento.

Chirino. (2006) dice que:



Acciones de Maniobras:

Se ejecutan con ayuda de desplazamientos con el fin de elegir una posición cómoda y el momento oportuno para las acciones tácticas a realizar.

Según el diccionario océano de la lengua española refiere:

Maniobrar: referente a ejecutar maniobras.

Las maniobras en este caso tienen un elemento definitorio como es el caso de los desplazamientos que lo hacen un elemento a desarrollar con especial atención a estas peculiaridades técnico tácticas. Son acciones que además de ser elementos que están mediando en la ejecución técnica regulando en su empleo la distancia de ejecución técnica, también son útiles en la creación de falsas distancias, desorientan al contrario cuando se utilizan con fines ofensivos y defensivos.

Las acciones preparatorias son acciones que en la actualidad están indefinidas en cuanto a términos, por que se emplean términos que son sinónimos como en el caso de *Finta* y *amague* pero que no tiene definida una metodología que diferencie su ejecución ni para que situaciones es más adecuada su utilización. En el caso de el amague existe ambigüedad con el termino al no definir su manera de ejecución. Solo el termino maniobra está definido para su conceptualización y utilización.

#### *Fases de la acción táctica*

Las fases de la acción táctica son las encargadas de darle un camino a todo este proceso de acción táctica desde que el competidor recibe un estímulo hasta que le da una respuesta de tipo motriz y teniendo un resultado para esta de acuerdo con los objetivos que se plantea el sujeto. La acción del juego es el producto de los procesos psicomotores complicados que tienen entre ellos relaciones temporales que se desarrollan, por consiguiente, sucesiva y simultáneamente. Mahlo, F. (1965). En concordancia con la situación para definirla tenemos que Chirino.R. (2006) ya hace un análisis de estas fases en el proceso del kumite de acuerdo con las definiciones de diferentes autores:

*Tabla. 1.2. Definiciones de algunos autores acerca de las fases de la acción táctica citados por Chirino, R. (2006).*

<b>F. Mahlo</b>	<b>Harre (1983).</b>	<b>Oliva (Seminario en Chile,</b>	<b>R. Chirino</b>
-----------------	----------------------	-----------------------------------	-------------------



(1965).		2002).	(2003).
Percepción.	Percepción y Análisis de la situación.	Pensamiento.	Percepción y Análisis.
Análisis.	Solución Mental.	Planteamiento.	Solución Mental.
Respuesta Motriz	Solución Motora.	Propuesta.	Preparación.
-	-	Acto.	Ejecución.
-	-	Respuesta.	Recuperación.

Como se puede apreciar diversos autores tienen un particular criterio de las fases de la acción táctica, siendo la denominación de Mahlo (1965) la que más se conoce y mejor elaborada se ha concebido.

*Percepción y análisis de la situación en el kumite.*

El kumite o ejercicio competitivo tiene como característica el empleo de la percepción en las diferentes situaciones que se dan ante un contrario, proporcionando al competidor información sobre las disimiles oportunidades de ataques o defensas que se pueden realizar. La percepción es un proceso psíquico que está implícito en toda la actividad humana donde intervienen todos los sentidos dándole al ser humano la posibilidad de interactuar con el medio que lo rodea recibiendo de este medio estímulos que hacen tener una conciencia de cómo están formadas las cosas los colores etc. Así define Rodionov. A. V. (1978): “Solamente percibiendo el mundo circundante el hombre es capaz de responder a todas sus variaciones con acciones propias. En efecto, si no puede percibir la realidad, es decir, ver, oír, palpar, percibir los movimientos del aparato nervioso muscular, entonces en general el hombre no puede vivir” Rudik la define: “Se llama percepción al reflejo que en la conciencia del hombre tienen los objetos y los fenómenos de la realidad cuando actúan directamente sobre los órganos y los sentidos...”

La percepción se produce a partir de los complejos procesos nerviosos de la corteza cerebral-que conforman la base de la percepción – se caracterizan por ser provocados por estímulos que actúan a un mismo tiempo sobre diferentes receptores. La percepción se produce a partir de la actividad simultánea y coordinada de varios analizadores y transcurre



con la participación de las regiones asociativas de la corteza cerebral y de los centros del lenguaje.

“Las excitaciones que bajo la acción de un estímulo complejo surge en varios receptores, son transmitidas a los respectivos centros cerebrales de los analizadores. La excitación simultánea o consecutiva de dichas regiones cerebrales conduce a la formación de conexiones nerviosas temporales entre ellas y a complicados procesos nerviosos integrativos, en los cuales entra no solo la excitación directa desde los estímulos complejos, sino también de las huellas revividas de las conexiones anteriores.” Rudik. (1974). El autor comparte con Delgado, J (1986) cuando planteó que no nacemos viendo sino con la capacidad de aprender a ver, que los niños no heredan la percepción visual genéticamente sino que deben ser aprendidas y no debemos olvidar, que la función visual es un proceso de ilustración. Es evidente que puede reeducarse, por tanto, reviste un valor extraordinario la planificación de su entrenamiento en la fase de iniciación deportiva. La percepción de dicha situación y su análisis como primera fase de la acción táctica, tiene una importancia decisiva para la solución de la tarea táctica, ya que ella es la base para las dos fases restantes. Los errores que se produzcan en la primera fase repercuten en la primera y la segunda. Harre, D. (1973).

#### *Tipos de percepciones en el kumite*

En el Karate- do las percepciones son muy importantes en la definición de tiempo y espacio a la hora de accionar, como las que tienen que ver con el sentido de la distancia, tiempo y movimiento.

Es importante tener en cuenta estos factores para el entrenamiento y perfeccionamiento en la solución de situaciones técnico tácticas puesto que el deportista sino consigue concentrarse para observar adecuadamente todas las situaciones que se le van dando será muy difícil poder tener un buen desempeño táctico. Es especial el tratamiento que se le debe dar a esta fase. A esto se puede agregar que el tratamiento y educación y desarrollo de la percepción o habilidades perceptivas son parte del proceso psicopedagógico que se lleva a cabo en el entrenamiento deportivo:



Siguiendo las doctrinas de Rodionov al referirse acerca de la percepción de la distancia como uno de los procesos importantes en el kumite:

“Cuando dos contendientes en el combate se mueven todo el tiempo en relación uno con otro, la distancia entre ellos teóricamente ni un momento se mantiene constante. En aquel instante en que ella resulte “cómoda” para uno de los contrarios, entonces comienza el ataque (claro está si el deportista en ese momento no decidió dejar pasar ese momento y llamar a su contrario al ataque)” Rodionov.A.V. (1978). Esta refleja el espacio que separa al sujeto de los objetos o de otros sujetos y la que existe entre objetos. Influyen diversos factores tales como: la acomodación y la convergencia ocular, la perspectiva lineal y aérea, y la distribución de luces y sombras. Las sensaciones que participan son: las visuales y las cinéticas. Sánchez A.M y Gonzales G.M (2006)

La otra percepción a tomar en cuenta es la que está relacionada con **el tiempo** algo que junto con la de distancia se fusionan entre otras para realizar la solución de la situación que se presente y en este caso la recepción y análisis de la información que proviene mayormente del contrario pero con el factor tiempo como un aspecto a considerar para ese proceso.

El contendiente debe en un tiempo mínimo aprovechar y percibir la mayor cantidad posible de información sobre todos los detalles que componen la estructura general de todas las variaciones de tiempo-espacio del combate y al mismo tiempo desechar toda la información de poca importancia y secundaria, y tanto más la falsa. ”Rodionov.A.V. (1978). Rudik. (1974) *la define*: La percepción del tiempo es el reflejo de la duración, la velocidad y la consecutividad objetiva de los fenómenos de la realidad. Nos brinda un reflejo objetivo de la duración, la velocidad y la sucesión de los fenómenos reales. Sánchez A.M y Gonzales G.M. (2006). De esta manera nos queda claro que en la solución de todas las situaciones técnico tácticas es importante prestar atención a este elemento psicológico que proporciona la información útil y ayuda a desechar la que no hace falta para darle paso a otro eslabón de este proceso como lo es la solución mental como parte del proceso de ese estímulo que procesa el competidor por parte del medio exterior. La percepción del movimiento es otra cualidad de este proceso que íntimamente relacionado con las otras dos cualidades



(distancia, tiempo) de modo que interactúan todas simultáneamente o se complementan unas de otras. Es el reflejo de la variación de la posición de los objetos o del propio observador en el espacio y en el tiempo.

Al igual que la percepción del espacio y del tiempo con las que guarda una estrecha relación, este tipo de percepción tiene una gran importancia para la orientación del hombre en el medio natural y social.

La percepción del movimiento depende de la distancia a que se encuentran los objetos, de la velocidad con que se mueven y del movimiento de la persona que percibe, además de otros factores que no dependen de lo percibido directamente en el acto de desplazamiento del objeto, sino de la conclusión a que llegamos sobre la base del resultado del movimiento del objeto que durante un tiempo se encontró en otro lugar. En esto desempeña un papel fundamental, el movimiento del ojo para poder seguir el objeto en su trayectoria, en este sentido los analizadores visual y cinético son los de mayor importancia en este tipo de percepción, unido a los vesicular, auditivo y táctil. Sánchez A.M y Gonzales G.M (2006).

#### *Solución mental*

Esta es una fase crucial en esta cadena de procesos y es la que tiene que ver con la decisión ¿Qué hacer ante determinado estímulo, atacar, esperar...? Es la clásica disyuntiva de ser o no ser o mejor diríamos hacer o no hacer. A esto se le suma las posibles respuestas que el competidor ya tenga en su arsenal técnico y como va a ajustarlo de acuerdo a como ha llegado ese estímulo para tomar decisión de cómo responder ante el mismo en este acápite Chirino.R. (2006) expresa: `` Es la fase donde el atleta representa mentalmente la respuesta posible a la situación que se le presenta y esta va a depender de la información exterior que está recibiendo, de sus impulsos internos del momento y de las diferentes variantes de soluciones que se hayan entrenado para las diferentes problemáticas.`` Harre. D. (1976) dice: El objetivo de la solución mental es hallar en el más breve tiempo, la vía de solución optima de la tarea táctica sobre la base de la percepción y el análisis. Aquí se pone de manifiesto que el entrenamiento tiene que cumplir con las especificidades de la competencia para que el competidor pueda auto regular todos los procesos a las situaciones que se le van apareciendo en el combate. Estos procesos no son más que procesos reactivos



(es decir se reacciona de acuerdo a los centros corticales que son excitados en este caso los que influyen en las huellas que deja el entrenamiento de diferentes soluciones) donde tiene un importante elemento que es la toma de decisiones.

Rodionov.A.V (1978) plantea: Los psicólogos diferencian las reacciones en excitadores sensitivos y reacciones de los procesos mentales. En el primer caso la respuesta se efectúa mediante la influencia sobre los órganos de los sentidos con señales del exterior (en el deporte tiene un valor decisivo la percepción a través de los analizadores visuales y los musculares motores, por eso se habla sobre el valor de la actividad de respuesta a los excitadores de la modalidad visual y cenestésica). En el segundo caso los excitadores sensitivos no provocan reacciones directas. Ellos solo sirven para la designación de la situación que el hombre debe descifrar para después adoptar la decisión y efectuar su actividad de respuesta. También a esta fase se le denomina periodo central u oculto de la reacción (periodo latente). Y según Rudik. P. A. (1974): Ocupa el lapso de tiempo que va desde la señal de ejecución hasta el momento del comienzo del movimiento de respuesta. Este elemento del proceso perceptivo se debe tener como un elemento de especial atención en los entrenadores para su perfeccionamiento puesto que abarca las diferentes decisiones que pueden ser posibles en la solución de una situación dada como también se trata de definir las diferentes soluciones a una misma situación como expresa.

Morales. A. (2006): ``Cada situación es un problema que hay que resolver y la solución se convierte al mismo tiempo en un nuevo problema. Un mismo problema puede tener diferentes soluciones y una misma solución para diferentes problemas.``

Con estas concepciones tenemos claridad de que la solución mental está formada por las vivencias que va adquiriendo el competidor en la ejecución del ejercicio competitivo ya sea en su forma analítica (entrenamiento) como en su forma sintetizada (competencia) y que tiene una vital importancia a la hora de decidir las soluciones optimas que resolverán las situaciones planteadas y de esta manera es una fase indisoluble de su anterior como la percepción es decir funcionan como un todo y al así no estar bien el funcionamiento de la primera se puede trastornar la segunda y así la tercera fase, la solución motora.



### *Solución motora*

Este apartado resume toda una serie de procesos que ya abordamos en apartados anteriores y tiene que ver con la fase final de este proceso de la acción táctica la respuesta motriz o motora pero también se puede definir como reacción motora porque así también la definen algunos autores.

Chirino.R. (2006) la define como: *Es la fase donde se da cumplimiento motriz a la estructura del pensamiento táctico (percepción y análisis y solución mental).*

Para este caso sería bueno transpolar la imaginación hacia el ejemplo más común de las reacciones (el disparo de la arrancada en el atletismo) donde su peculiaridad esta en salir de la posición a la señal lo más rápido posible. Y es aquí donde se manifiesta uno de los ejemplos de las reacciones motoras con una denominación simple para el grado de complejidad en cuanto a estímulo- respuesta. Rodionov.A.V (1978) plantea: Cuando la persona espera solo una señal determinada, para responder a ella con una acción completamente determinada tenemos una reacción simple.

Ahora esta manifestación es algo que no es típica de los juegos deportivos ni de los deportes de combate como en este caso el Karate con su modalidad de Kumite(combate) porque aquí entran a determinar otros factores como lo son los diferentes estímulos para elegir entre varias respuestas la más aceptada para el caso.

En estos casos, es característica la reacción compleja o la reacción de elección (la psicología frecuentemente la llama disyuntiva). Rodionov.A.V (1978)

Las reacciones complejas también tienen su división, en un caso el deportista debe saber sobre las posibilidades de aparición de varios estímulos (juntos o por separado) y para cualquiera de ellos posee la forma de reaccionar con una determinada acción. Rodionov.A.V (1978).

En el kumite se mantiene constante este tipo de reacción por lo que vamos a profundizar en este caso que es razón de ser en el mismo.

Como ya hablábamos este tipo de reacción encierra todo el proceso de acción táctica en los deporte de lucha y es otro elemento clave en la competición de acuerdo a qué tipo de



respuesta se le debe dar a un estímulo de las diferentes opciones que se tengan en el repertorio. Harre dice: “La acción táctica se evidencia por primera vez en la solución motora de la tarea táctica. Esta es una actividad compleja que consta de capacidades y habilidades intelectuales y físicas. Es el resultado de una actividad mental productiva y creadora, unida al empleo óptimo de las capacidades físicas y habilidades técnicas, así como de propiedades psíquicas, de la percepción y el análisis de la situación competitiva y de la solución mental de la tarea táctica especial.”

Rodionov como manera de generalizar el proceso de las reacciones definiendo que de esta manera se llevan a cabo los procesos de reacción motora en el kumite.

La división de la reacción compleja en tipos, en las situaciones de duelo deportivo, es muy convencional y persigue fundamentalmente tareas teóricas. Muy a menudo, en circunstancias determinadas, el deportista debe reaccionar a los excitadores sensitivos y a las reacciones de los procesos mentales paralelamente, seleccionar la acción en el conjunto de estímulos “positivos” y al mismo tiempo no reaccionar a los negativos. Rodionov.A.V (1978).

También en este orden Harre hace un resumen donde identifica las diferentes funciones pero sin dejar de ser importantes y lo define como:

Acción conjunta de las fases de la acción táctica

“Mediante la percepción y el análisis de la situación competitiva el deportista reconoce la tarea táctica que debe resolver, primero en su mente y después por vía motora. En este sentido la memoria desempeña un papel decisivo. Una vez que el deportista ha reconocido la situación competitiva y con ellos la tarea que tiene que resolver, busca, entonces, en la segunda fase (solución mental), un sistema que considere el más adecuado entre las diversas posibilidades. Para resolver estas tareas táctica.

En la solución motora- independientemente de si su resultado fuese positivo o negativo- se perfecciona este sistema aplicado.

Es evidente la importancia de este proceso del sistema nervioso en su función de la solución de tareas tácticas en el kumite puesto que son los principales factores a tomar en



cuenta para el desempeño de las soluciones en las situaciones tácticas, estas concepciones deben estar siempre implícitas en los análisis de la planificación de la reparación técnico-táctica dándole un enfoque particularizado a cada una de estas fases puesto que como se aprecia en las anteriores concepciones si se afecta una de ellas influye negativamente en el resultado de la solución de la tarea táctica. A todo esto no podemos dejar de mencionar la importante labor que ocupa la primera fase encadenada por la segunda y consecutivamente la tercera pero todo esto tiene que ver con una capacidad que es característica de este deporte como lo es la atención en su variante mayormente de concentración puesto que si no nos concentramos bien, estos procesos tampoco funcionarían con un buen desempeño en los resultados técnico-tácticos.

*Importancia de la concentración de la atención para la ejecución de las fintas.*

Las fintas como acciones que proporcionan condiciones para el ataque y la defensa sobre diferentes contrarios, es un elemento de la táctica que demanda una buena percepción a esto se le suma el nivel elevado de concentración de la atención en el combate para poder descifrar las oportunidades que el contrario va proporcionando o las que mediante las fintas se sucedan en el mismo. Dosil, J. (2004), citado por Sarmientos, T. (2011), establece que: “La adecuada preparación física, técnica y táctica en un deportista encuentra su máximo potencial de rendimiento cuando se ha logrado desarrollar, además, la capacidad de controlar el foco atencional. El control consciente de la atención conlleva a la discriminación adecuada de los estímulos seleccionando aquellos relevantes a las demandas de la actividad que se realice, lo que hace posible la dosificación de la intensidad del foco atencional favoreciendo su flexibilidad y a la adopción de un estilo atencional determinado, adaptándose a las particularidades de la situación en la que se esté inmerso.”

“ La atención es la inclinación y concentración de la psiquis (conciencia) en determinados objetos que suponen una elevación del nivel de la actividad sensorial, intelectual y motriz.” Petrovski, A. (1976).

De esto se entiende que no sea un proceso psíquico como la percepción, sensaciones y pensamiento. Pero si necesita el adecuado desarrollo para que los procesos de percepción se



puedan manifestar de la forma más eficiente posible en el desempeño de acciones de solución técnico-tácticas.

Esta capacidad del sistema nervioso posee características que son la expresión de cómo se manifiesta y esta son según: Sánchez, A.M. y Gonzales G.M. (2006).

*Características de la atención:*

**Estabilidad:** La atención se mantiene orientada y concentrada hacia una actividad por un espacio de tiempo prolongado.

**Volumen:** Cantidad de objetos que podemos abarcar simultáneamente con suficiente claridad y precisión. El volumen es una magnitud variable y depende de hasta qué punto los contenidos en los cuales se concentra la atención estén o no vinculados entre sí, o la posibilidad de ser integrados lógicamente.

**Concentración:** Se define en función de la estabilidad de su orientación hacia un objeto o estímulo determinado. Se distingue también por la intensidad de la atención que indica la fuerza con que un individuo concentra su atención en una actividad, objeto o tarea determinada, haciendo abstracción de todo lo demás. La relación entre el volumen y la intensidad de la atención es inversamente proporcional.

La intensidad y su calidad dependen de las condiciones en que se produce la atención, la motivación, la comprensión de la importancia de los fines propuestos, etc.

La finta como otras acciones técnico-tácticas es una de las acciones que lleva implícito una buena capacidad de atención en su característica de ser intensa, estable y estática al concentrar su actividad en solo el contrario y así estar atento a las reacciones que se perciban del contrario para así poder solucionar las situaciones que se van dando en el combate.

*Conjunto de acciones preparatorias para las acciones técnico tácticas del kumite.*

De acuerdo a la experiencia acumulada por las disímiles situaciones tácticas analizadas desde un enfoque teórico y práctico, las entrevistas realizadas a especialistas de experiencias, las observaciones realizadas al proceso de entrenamiento técnico-táctico, que ha venido evolucionando de acuerdo a los diferentes cambios históricos del karate como deporte y el análisis de los términos que tienen que ver con las acciones ofensivas desde el



punto de vista psicológico, nace un conjunto de acciones preparatorias que trata de cumplir con la efectividad necesaria en este aspecto de la solución de situaciones técnico tácticas en el combate. Nace entonces esta propuesta de un conjunto de acciones preparatorias. El conjunto de acciones preparatorias radica en la orientación teórica acerca de la finta como recurso técnico- táctico en los combates debido a su pobre conocimiento y utilización por los atletas y entrenadores.

Podemos agregar que en este deporte las intenciones de engaño son muy amplias porque también sirve para robar tiempo, espacio de la zona de competencia, desorientar al contrario y hacer que el contrario falle en sus intenciones de anticiparse a las propias acciones del que ataca y provoca la finta. Es un elemento imprescindible en el combate, los competidores que no la utilicen o no tengan sentido de su utilización se encontraran en riesgo de no hacer efectivas sus acciones de ataque.

La finta tiene una flexibilidad en su empleo por su diversidad y las variantes que se pudieran utilizar en las diferentes situaciones de combates y tipo de contrario al que nos enfrentamos son muy amplias (atacador, anticipador, contra atacador) por lo que podemos encontrarnos finteos simples, compuestos y combinados de acuerdo a la variedad y composición de la o las acciones a emplear en esta función. El conjunto de acciones preparatorias está conformado por las siguientes fintas:

- Amagues,
- Ataques falsos,
- Contragolpes,
- Destrucción defensiva,
- Las maniobras múltiples

Estos finteos se realizan con elementos técnicos de forma parcial o total, desplazamientos y gestos de acuerdo a la característica de cada finta y objetivo con que se utilice cada finta. También se tiene en cuenta las funciones tácticas posibles de ejecución o utilización para su mejor conceptualización y definición además que también mejora el entendimiento por parte del competidor ante determinadas situaciones tácticas a resorber. Estos finteos son



elementos que albergan la intencionalidad del competidor durante sus combates por lo que la manera de ejecutarlo está dirigida a ocasionar una reacción en el oponente favorable al competidor por lo que su ritmo de ejecución (rápido o lento, fuerte o suave) se reserva a la creatividad y conveniencia de cada competidor, en su afán de lograr sus intenciones.

### *Amagues*

Este es un finteo que se realiza ejecutando el elemento técnico de manera incompleta es decir hasta la mitad, para proporcionar el engaño de sus contrarios como antes explicamos. De acuerdo a su ejecución se utiliza con contrarios que poseen una muy buena velocidad de reacción antes los estímulos del competidor, por lo que su empleo táctico está dirigido generalmente a lograr un fallo en las acciones que el contrario ejecuta con motivo de esta finta. Esta finta posee diferentes variantes siempre en correspondencia con el tipo de respuesta técnico- táctica que se reciba del oponente en este caso tenemos:

<b>VARIANTES DE AMAGUES</b>	
<b>Variante I</b>	Esta variante especifica la posibilidad que después de realizar un amague se pase rápidamente al ataque sin dejar que el contrario desarrolle el suyo. Es un elemento a utilizar en contrarios que tenga muy baja reacción a estímulos ofensivos.
<b>Variante II</b>	Esta variante especifica la posibilidad que el amague provoque la reacción del contrario de comenzar un ataque y que se le neutralice con una acción antes de que lo termine.
<b>Variante III</b>	Esta variante especifica la posibilidad de el amague provoque la reacción del contrario a comenzar un ataque y que tras defendernos de dicho ataque le contraataquemos en algún punto vulnerable de su defensa.



### *Ataques falsos*

Este es un finteo que su característica se basa en la realización del elemento técnico completo fuera de la distancia real de contacto del competidor para proporcionar el engaño del contrario y obligarlo de alguna manera a contraatacar estos ataques de engaño. Se utiliza con oponentes que poseen buena velocidad de reacción proporcionando con este tipo de finteo el fallo de sus acciones de defensas así como obligarlos a contraatacar para así usar a favor esas posibilidades que son aprovechadas por el competidor que proporciona el finteo.

Esta finta posee tres variantes de ejecución donde el inicio es siempre con el mismo principio que rige este tipo de finta (ataques fuera de la distancia de impacto del competidor).

<b>VARIANTES DE ATAQUES FALSOS</b>	
<b>Variante I</b>	Esta variante consiste en que después de realizar este finteo exista la posibilidad de realizar un ataque sobre el contrario sin dejar que el desarrolle su ataque. Es decir que esta finta sirva de medio desorientador para el contrario y se continúe con un ataque hacia aquella zona donde se descuide el contrario por defecto.
<b>Variante II</b>	Esta variante consiste en que después de realizar este finteo el contrario realice una defensa hacia este ataque falso y exista la posibilidad de anticiparse a su contraataque dirigiendo nuestro ataque hacia la zona descuidada por defecto del contrario.



<p><b>Variante III</b></p>	<p>Esta variante plantea que después de realizar esta finta exista la posibilidad que el contrario realice una defensa a este ataque falso y con motivo de esta defensa el contrario siga con un contraataque y se proceda a defender ese contraataque y se conecte a una zona que el contrario deje descuidada por defecto.</p>

*Contragolpe*

Así denominaremos a nuestro tercer finteo que tiene una característica más simple que las otras variedades de finteo que hemos mencionado y radica en la ejecución del elemento técnico de ataque en una distancia correcta y real de ataque sin ningún tipo de reparo antes de la acción de ataque, es lo que le llamamos ataque directo pero con la única diferencia que existe un cambio de pensamiento u opción con respecto a la respuesta o reacción que nos ofrece el contrario a esta acción ofensiva y sobreponiendo una nueva decisión de ataque u contraataque sobre el contrario. Este finteo se utiliza con contrarios que poseen un bajo nivel de velocidad de reacción ante los estímulos que se le puedan ocasionar, y en situaciones donde los factores del tiempo y la distancia propicien el empleo de este recurso, ejemplo (marcador en contra y tiempo de combate desfavorable al competidor) que implique el carácter arriesgado de las acciones en ese sentido (ataque sorpresivo).

<p><b>VARIANTES DE CONTRAGOLPE</b></p>	
<p><b>Variante I</b></p>	<p>Esta variante consiste en que después de que el competidor reconoce la zona puntuable del contrario descuidada por el mismo, dirige su recurso técnico-táctico hacia ese punto haciendo huso de una gran</p>



	velocidad para sorprender al contrario y marcar en esa zona de manera directa.
<b>Variante II</b>	Esta variante consiste en después que el competidor percibe la zona puntuable del contrario descuidada, dirige su recurso técnico-táctico hacia ese punto haciendo huso de una gran velocidad para sorprender al contrario y marcar en esa zona de manera directa, siendo esta zona defendida por el contrario y aprovechando el elemento defensivo del contrario, el competidor inserta nuevamente su ataque a la zona puntuable anterior u otra que haya sido descuidada por defecto.
<b>Variante III</b>	Esta variante consiste en que después de que el competidor percibe la zona puntuable del contrario descuidada por el mismo, dirige su recurso técnico-táctico hacia ese punto haciendo huso de una gran velocidad para sorprender al contrario y marcar en esa zona de manera directa, donde el contrario defiende dicho ataque y se prepara para contraatacar aprovechando esta situación a conveniencia por el competidor que se dispone a defender dicho contraataque y concentra su atención en la zona descuidada por defecto del contrario para aprovecharla con su contraataque.

### *Destrucción defensiva*

La destrucción defensiva es un finteo que posibilita la desorientación del contrario y de esta manera imposibilita o limita la ejecución de acciones defensivas por parte del contrario porque se produce el finteo en el primer componente defensivo de un competidor (destrucción de la guardia de combate). El mismo se basa en realizar acciones para destruir la guardia de combate seguido de una técnica ofensiva en la zona que descuida el contrario y así el competidor puede hacer más efectivos sus ataques valiéndose de la desorientación,



limitación y descuido que sufre el contrario. Este recurso se pone de manifiesto mediante agarres y desvíos a la guardia de combate del contrario. Tiene sus variantes con motivo de obtener ventaja del contrario en el descuido de sus zonas puntuables.

<b>VARIANTES DE DESRUCCION DEFENSIVA</b>	
<b>AGARRES</b>	
<b>VARIANTE I</b>	Esta variante radica en los agarres a la guardia de combate imposibilitando defensivamente al contrario, tenemos como primer ejemplo el agarre desviando la guardia hacia la zona interna del contrario favoreciendo el contacto a las zonas puntuables de la espalda y atrás de la cabeza.
<b>VARIANTE II</b>	Esta variante radica en los agarres a la guardia de combate imposibilitando defensivamente al contrario tenemos como ejemplo el agarre desviando la guardia hacia la zona externa del contrario favoreciendo el contacto a las zonas puntuables de la cara el pecho y abdomen.
<b>VARIANTE III</b>	Esta variante radica en los agarres a la guardia de combate imposibilitando defensivamente al contrario tenemos como ejemplo el agarre desviando la guardia hacia la zona inferior del contrario favoreciendo el contacto a las zonas puntuables de la cara y cuello.
<b>DESVÍOS</b>	
<b>VARIANTE IV</b>	Esta variante expone otra forma de destrucción defensiva como son los desvíos. En este caso el desvió a la guardia de combate se realiza hacia la zona interna del contrario favoreciendo el contacto a las zonas puntuables de la espalda y atrás de la cabeza.
<b>VARIANTE V</b>	Este caso el desvió a la guardia de combate se realiza hacia la zona externa del contrario



	favoreciendo el contacto a las zonas puntuables de la cara el pecho y abdomen.
<b>VARIANTE VI</b>	Este caso el desvió a la guardia de combate se realiza hacia la zona inferior del contrario favoreciendo el contacto a las zonas puntuables de la cara y cuello

### *Maniobras múltiples*

Las maniobras múltiples son elementos técnicos referentes a los desplazamientos, debe esta denominación debido a que los tipos de desplazamientos son muy diversos de acuerdo a las diferentes acciones que se quieran ejecutar de manera ofensiva u defensiva. Como acciones preparatorias estas maniobras son de gran importancia para desorientar al contrario en la ejecución de ataques por diferentes ángulos, son un medio para el control de la distancia. La combinación de estas acciones con otros elementos técnicos contribuye a la efectividad de las técnicas, por eso son elementos indispensables de el contenido técnico táctico de los Karatecas.

### *Conclusiones.*

Las acciones preparatorias son acción muy importante para el desempeño de los combates ya que su empleo ayuda a hacer más efectivas las acciones técnico-tácticas ofensivas como defensivas.

Con el empleo de estas acciones se establece el enriquecimiento de las acciones preparatorias que se conocen y se utilizan actualmente por medio de la bibliografía, entrenadores y atletas de experiencia competitiva.

### *Bibliografía.*

ALMENARES. F. *Análisis de la actividad competitiva del Karate Do luego de la aplicación del nuevo reglamento.* Tesis para optar por el título de máster en metodología del entrenamiento deportivo / F. Almenares -- Ciudad Habana: iscf, 2008.



CAÑIZARES, H. M. *La psicología en la actividad física. Su aplicación en la educación física, el deporte, la recreación y la rehabilitación*. Iscf. Manuel Fajardo.

CHIRINO, C., R., (2000-2006). *La acción táctica en las competiciones de combate. Deporte: Karate-Do*. <http://mx.mc553.mail.yahoo.com/mc/compose>. [En línea] [Último acceso: 12 Abril 2010].

DOMÍNGUEZ J. / Llano J. *La Preparación básica de los boxeadores*. Poligráfico: Alfredo López, Ciudad de la Habana, 1987.

HARRE, D. *Teoría del entrenamiento deportivo*. Poligráfico: Osvaldo Sánchez, Ciudad de la Habana, 1983.

FUMERO, G. M. *Orientaciones Metodológicas para el ordenamiento del contenido técnico del Karate-do*. Tesis en opción para optar por el grado científico de máster en ciencias de la cultura física y deporte. Ciudad de la habana, 2014.

LABARRERE REYES, GUILLERMINA, GLADYS VALDIVIA PAIROL. *Pedagogía*. La Habana. ED. Pueblo y Educación, 1988.

LORES, M. O. *Sistema de acciones para potenciar la toma de decisiones durante el desempeño táctico del equipo masculino de karate de la escuela internacional de educación física y deporte*. Tesis en opción del grado científico de máster en ciencias de la cultura física y el deporte. 2010.

LLORENS, F. Y. *Manual de uso para el empleo del auto masaje en los círculos de abuelos de la comunidad*. Tesis en opción del grado científico de máster en ciencias de la cultura física. Varadero. 2010.

MARTÍ, T. S. *Juegos pre deportivos para la ejercitación del pensamiento táctico de los karatecas de la categoría 10-11 años de edad del municipio Habana del Este*. Trabajo de diploma para optar por el título de Lic. En cultura física y deporte. Ciudad de la Habana. 2011.



MATVEEV, L. P. *Fundamentos del entrenamiento deportivo*. Editorial: Raduga, Moscú, 1963.

PETROVSKI. *Psicología general*. Editorial pueblo y educación. Ciudad de la Habana. Cuba, 1976.

RODIONOV, A. V. *Psicología del entrenamiento deportivo*. Editorial Orbe. Ciudad de la Habana, 1981.

SAINZ, N. *La llave del éxito*. Matanzas. Cuba, 2000.

SÁNCHEZ, N. I. *Metodología para el pronóstico de la competencia futura. Tesis en opción del grado científico de máster en ciencias*. Ciudad de la Habana, 2010.

