

**CAUSAS DE LOS ERRORES TÍPICOS DEL TE Y ASHI WAZA
CORRESPONDIENTES AL PROGRAMA DE JUDO 5TO KYU EN
JUDOKAS UNIONENSES.**

MSc. Naykel Lázaro Alonso Morejón

*1. Universidad de Matanzas – Sede “Camilo Cienfuegos”, Vía Blanca Km.3, Matanzas, Cuba.
naykel.alonso@umcc.cu*

RESUMEN

Este tipo de estudio se precisa para evidenciar las causas de los errores típicos que en la actualidad presentan los judokas unionenses que ostentan el 5to kyu en la ejecución de las técnicas que contempla el programa de cinta amarilla. Por lo que surgen las siguientes interrogantes ¿Cuál es la relación causa-efecto de los errores típicos del Te y ashi waza correspondientes al programa de Judo (5to kyu) en judokas unionenses? ¿Cuáles son los errores típicos del Te y ashi waza correspondientes al programa de judo (5to kyu) en judokas unionenses? Para darle respuesta a las mismas nos trazamos la tarea de buscar información referente al proceso de detección y corrección de errores de las técnicas de Judo. Los resultados de este estudio le brindara a los entrenadores herramientas para prevenir y corregir los errores que se pueden detectar en la ejecución de las diferentes técnicas del programa de Judo.

Palabras claves: errores típicos, Judo, técnica, programa.

INTRODUCCIÓN.

El judo es uno de los deportes olímpicos que posee un Gran arsenal técnico; oficialmente la Federación Internacional de dicha disciplina (IJF) reconoce 99 técnicas oficiales ; sin contar las variantes de las mismas y otras que producto de la influencia de diferentes formas de luchas se han incluido en las acciones competitivas y que han revolucionado el Judo moderno, convirtiéndolo en un deporte espectacular, aunque estas no han sido reconocidas por la organización que rige este deporte a nivel mundial.

El número elevado de elementos a aprender y la complejidad coordinativa de las acciones a ejecutar; en las cuales se requiere la acción ordenada de casi todo el sistema muscular y de las palancas óseas del cuerpo humano, hacen imprescindible la dirección científicamente fundamentada de los procesos de enseñanza-aprendizaje y perfeccionamiento de las acciones correspondientes al deporte en cuestión. La asimilación eficiente de los elementos básicos del Judo ahorra tiempo y esfuerzos a entrenadores y atletas; por lo que constituye uno de los soportes imprescindibles para las acciones tácticas y el rendimiento en competencias.

En ocasiones se hace demasiado énfasis en los componentes competitivos durante el proceso de formación del judoka en sus primeras etapas, relegándose a segundo plano el dominio adecuado de los modelos técnicos correctos. Dado esto la Federación Cubana de Judo y la dirección nacional de deportes ha establecido, como exigencia previa al enfrentamiento competitivo en las categorías pioneril y escolar, la aprobación de un examen mediante el cual se evalúan los objetivos pedagógicos; investigaciones realizadas muestran como resultados bajos índices de efectividad; dados por la manifestación de un elevado número de errores técnicos que disminuyen la eficiencia competitiva de los judokas unionenses, lo que entorpece la lógica aspiración de llegar a la cima de la pirámide de los altos rendimientos y el trabajo posterior de los entrenadores de los equipos nacionales.

Los atletas ejecutan las acciones alejándose considerablemente de los patrones ideales del movimiento, según los esquemas biomecánicos del mismo; lo que conduce a la aplicación excesiva de fuerza, la pérdida de los valores estéticos propios del Judo, el aumento de lesiones y la consiguiente disminución de la vida deportiva de los mismos.

La no existencia de criterios únicos respecto a la estructura de los modelos técnicos, el desconocimiento de los errores típicos que ocurren durante el aprendizaje, las formas de prevenirlos y corregirlos cuando se manifiestan; están dentro de los factores principales que agudizan la situación mencionada.

El reconocimiento del problema anterior induce a la búsqueda de soluciones científicas a la misma. Por lo que surge la interrogante sobre: ¿Cuál es la relación causa-efecto de los errores típicos del Te y ashi waza correspondientes al programa de judo (5to kyu) en judokas unionenses?

Para ello se tomará como **objeto de estudio**: el proceso de aprendizaje del tashi waza en judo, con el **objetivo general**: determinar la relación causa-efecto de los errores típicos del Te y ashi waza correspondientes al programa de judo (5to kyu) en judokas unionenses; cuyo **campo de acción** es la relación causa-efecto de los errores típicos del Te y ashi waza correspondientes al programa de judo (5to kyu) en judokas unionenses.

Preguntas científicas.

¿Cuáles son los errores típicos del Te y ashi waza correspondientes al programa de judo (5to kyu) en judokas unionenses?

¿Qué causas determinan los errores típicos del Te y ashi waza correspondientes al programa de judo (5to kyu) en judokas unionenses.

Tareas.

- Búsqueda de información referente al proceso de detección y corrección de errores de las técnicas de judo.
- Confección del protocolo para la observación de la ejecución del Te y ashi waza correspondientes al 5to kyu del programa de judo.
- Preparación del protocolo de entrevista a realizar a los entrenadores de judo matanceros sobre los errores típicos del Te y ashi waza correspondientes al 5to kyu del programa de judo.
- Determinación, mediante un panel de expertos, de los modelos ideales de ejecución del Te y ashi waza correspondientes al 5to kyu del programa de judo.
- Determinación de los errores típicos que ocurren durante el aprendizaje del Te y ashi waza correspondientes al 5to kyu del programa de judo.

- Determinación de las causas de los errores típicos que ocurren durante el aprendizaje del Te y ashi waza correspondientes al 5to kyu del programa de judo.

-

DISEÑO METODOLÓGICO.

La presente investigación abarca la población de judokas unionenses cuya muestra es los judokas del 5to kyu.

Metodología utilizada.

Métodos teóricos.

1. *Analítico- sintético*
2. *Inductivo-deductivo.*
3. Genético
4. Modelación

Métodos empíricos.

1. Observación
2. Entrevista.
3. Criterio de expertos

Proyecto de aplicación de los métodos teóricos.

Antes de iniciar la investigación fue necesario desarrollar un proceso de análisis y síntesis de la información existente referente al tema estudiado, durante el desarrollo de la misma se aplicará este método al analizar el modelo teórico de las distintas técnicas del tashi waza que facilite el estudio y comparación, por partes, de dicho modelo con la realización práctica que ejecuta el alumno. Será necesario sintetizar cuando se termine de estudiar cada una de las técnicas particulares y al hacer una agrupación de los errores generales por elementos básicos.

Para establecer el efecto de un error específico en las variaciones de la estructura de la técnica general se utilizará el método inductivo. Cuando no se conozcan las causas de las desviaciones de la ejecución técnica de sus parámetros, será utilizada la deducción; al deducir por las manifestaciones prácticas generales que identifican al error, cual es su causa.

Mediante la acción teórica de pasar de las causas determinadas a las causas determinantes de los errores técnicos, el proceso de identificación de la causa desencadenante de los mismos lleva implícito el método genético.

Es necesario aplicar el método teórico de modelación para determinar el modelo de las técnicas particulares que posteriormente serán analizadas y comparadas con la realización práctica de ellas por los alumnos.

Aplicación de los métodos empíricos.

Entrevista. Se elaboró el protocolo de entrevista el cual se aplicó a los entrenadores de la provincia de Matanzas.

Observación. Constituyó el método fundamental en la investigación. Se aplicaron diferentes protocolos de observación. Estos fueron:

- observación de la ejecución técnica estático y en movimiento con colaboración del uke.
- observación de la ejecución técnica durante las competencias.

Criterio de expertos. Este método se aplicó para unificar criterios sobre la concepción de los modelos técnicos ideales que sirvieron de patrón referencial para determinar los errores típicos, tomando como base la literatura especializada y las experiencias del cuerpo de entrenadores de la provincia.

Aporte teórico.

1-Se aportan nuevos elementos a tener en cuenta en el concepto de “error técnico” en el ámbito deportivo

2. Se maneja el concepto posición de ataque, término asignado por el autor especialmente para referirse a la relación, espacial ideal y específica a cada técnica, entre los cuerpos de uke y tori que comprende: ángulo de ataque, distancia entre tori y uke, postura de uke y postura de tori. Dicho concepto es esencial para la elaboración de los modelos teóricos necesarios para la comparación con la ejecución práctica durante el control operativo del aprendizaje del tashi waza, la expresión práctica de dicho concepto constituye una premisa fundamental para la realización eficiente

3. Hasta el momento la opinión más generalizada es incluir dentro de la fase preparatoria (tsukuri) de las técnicas de tashi waza el desequilibrio (kuzushi) y el momento temporal (ikioi). Añadimos el adjetivo temporal porque momento (término comúnmente utilizado en Cuba) puede interpretarse como momento de fuerza, opinamos que sería más adecuado utilizar la palabra oportunidad (chance) comúnmente manejada en el idioma inglés.

4. Hasta el momento al hacerse referencia al concepto de error generalmente se comprende como las desviaciones de los parámetros dinámicos y cinemáticos del movimiento expresado en el modelo técnico ideal, en el presente trabajo se añade una premisa: que dicha desviación afecte la eficiencia del movimiento en el cumplimiento del objetivo.

Desarrollo

1.1-Definición.

Definición del concepto error

El error constituye un elemento presente en todas las facetas de la actividad humana; reducir al mínimo su ocurrencia ha sido y es una preocupación constante de los gobiernos, organizaciones, instituciones pedagogos e individuos. Para hablar de error debe tenerse como referencia un modelo ideal de conducta a seguir. Se puede afirmar que el concepto de error forma parte de un sistema par de categorías: modelo-error. Es imposible definir el significado del segundo sin referirse al primero.

Como modelo se entiende la guía, el canon ideal a seguir o reproducir mediante la conducta o la actividad práctica. En el caso del deporte son las representaciones teóricas particulares de complejos movimientos del cuerpo; que llevados a la práctica forman los medios determinantes de la victoria.

En el vocabulario relacionado con los procesos de enseñanza y perfeccionamiento de las habilidades deportivas las palabras modelo y error están muy relacionadas con el concepto de técnica deportiva, dicho concepto se maneja regularmente para definir el modelo de movimiento ideal específico de una disciplina deportiva, en algunos deportes es común utilizarlo también para nombrar la realización practica de dicho modelo. (Grosser y Neumaier, 1990) plantean al referirse al concepto “técnica deportiva”:

“Como técnica se entiende en el deporte:

1ro- El modelo ideal de un movimiento relativo a la disciplina deportiva. Este movimiento ideal se puede describir basándose en los conocimientos científicos actuales y en las experiencias prácticas, verbalmente, de forma gráfica, de forma matemático-biomecánico, anatómica-funcional y de otra formas.

2do. La realización del movimiento ideal al que se aspira, es decir, el método para realizar la acción motriz óptima por parte del deportista”.

1.2 Causas generales de la aparición de los errores técnicos.

Dentro de las causas fundamentales que determinan la ocurrencia de errores encontramos:

1-Incorrecta representación del movimiento por parte del alumno; debido:

- a. Deficiente utilización de los métodos sensoriales por parte del profesor (principalmente la demostración).
- b. Baja concentración de la atención por parte del alumno, producto de la deficiente motivación de las actividades.

2. Insuficiente desarrollo de las capacidades motrices; tanto condicionales como coordinativas. Ej.: si el alumno no tiene fuerza de piernas; no podrá flexionar las mismas en el ippon seoi nage. Al no poseer la coordinación básica necesaria, al alumno de Baloncesto, le resultará imposible encadenar correctamente las acciones de piernas y brazos durante el tiro al aro.

3. Miedo a golpearse o hacer el ridículo.

4. Condiciones externas inadecuadas.

5. Agotamiento psíquico y/o físico.

6. Lesiones.

7. Incorrecta utilización de la metodología de la enseñanza de las habilidades técnicas.

8. Insuficiente diferenciación de las actividades prácticas, partiendo del resultado de los controles operativos durante la clase.

9. Deficiente motivación del alumno hacia la ejercitación técnica producto de la insuficiente previsión pedagógica del profesor.

10. Utilización de la sanción, en vez del estímulo; durante la corrección del error (esto hace que el alumno se comporte con temor ante la tarea producto a la sanción o amonestación que pueda ejecutar el profesor en su contra).

11. Falta de accesibilidad en las tareas dirigidas a la enseñanza de las habilidades.

12. Influencia de otros movimientos técnicos automatizados con anterioridad, los cuales afectan el aprendizaje de nuevas acciones coordinativas.

1.3 Clasificación de los errores técnicos en las actividades deportivas.

En el Material Complementario para la Maestría en Juegos Deportivos y Ciencias Aplicadas elaborado por el Doctor Luís Cortegaza Fernández, 2003, se ofrece una útil clasificación de los errores.

Plantea el Doctor Cortegaza la siguiente clasificación:

- “Típicos y no típicos.
- Fundamentales y no fundamentales.
- Principales y derivados.
- Automatizados y no automatizados.”

1.4 Aspectos fundamentales para la detección de errores técnicos.

- 1- Tener definido el modelo ideal del movimiento técnico a observar.
- 2- Determinar claramente el objetivo que se persigue con la aplicación práctica del modelo técnico ideal.
- 3- Comparación del movimiento ejecutado con el modelo ideal en cuanto a los aspectos dinámicos-espaciales, cinemáticos; así como con la máxima eficiencia posible en el cumplimiento del objetivo final de la acción.
- 4- Como mido la eficiencia
- 5- Seleccionar las técnicas de observación(aspectos a tener en cuenta durante la observación) Partir de lo planteado por Grosser

1.5 Acciones imprescindibles para la detección de los errores a tiempo.

- 1- Desplegar el control operativo de la aplicación del modelo, continuamente durante el proceso de enseñanza de la habilidad técnica.
- 2- Combinar la observación global con la analítica, del movimiento ejecutado.
- 3- Observar la técnica desde diferentes ángulos de referencia y posiciones.

- 4- Tener en cuenta el cumplimiento de los objetivos particulares de los segmentos corporales así como el objetivo general del movimiento ejecutado.
- 5- Observar la ejecución de la técnica a distinta velocidad (rápida y lenta).

1.6-El tema del error en la literatura relacionada con el aprendizaje de los elementos técnicos del judo.

La consulta de la bibliografía referente a la enseñanza de las habilidades técnicas del judo muestra que el tema referido a la corrección de errores es pobremente tratado; no mencionándose nada sobre medios, métodos y procedimientos para la prevención de los mismos, tal es así que el Dr. Alfonso Gutiérrez Santiago en la investigación titulada: Errores en el modelo técnico deportivo en la iniciación al Judo (II): O Soto Guruma, se refiere como fuente única encontrada con referencia a este objeto de estudio a un artículo publicado por (Suárez y Cortegaza, 2003): “Al tratarse de un trabajo pionero en la investigación de este deporte, nos vemos obligados a efectuar una discusión sustentándonos en las opiniones y reflexiones aportadas por los diferentes autores en los múltiples manuales técnicos consultados. Así, tras un periodo de consulta en bases de datos y en revistas de investigación específicas, no se ha encontrado ningún trabajo que analizara el objeto de estudio de esta investigación; pero sí se ha obtenido una investigación parecida, en la que se estudiaron los errores más frecuentes de la técnica de *Judo* O Soto Gari (Suárez y Cortegaza, 2003)...”

Conclusiones

Efectuando un repaso de las publicaciones existentes sobre la doctrina del *Judo*, podemos observar fácilmente como la gran mayoría de estos manuales fundamentalmente se limitan a describir, de una forma más o menos detallada, el modo de ejecutar las distintas técnicas. En un menor porcentaje, los autores, además de describir la técnica, también hacen mención a los típicos errores que se pueden encontrar a la hora de realizar una técnica concreta. Dichas menciones, imaginamos, están basadas en la experiencia personal de los autores. En la literatura consultada no se aborda los aspectos referentes a las causas de los errores, su prevención y/o corrección. El primer paso para determinar la metodología para la detección de los errores y sus causas así como para prevención y/o corrección de los mismos es la determinación exacta del modelo ideal de movimiento, con el cual será comparada la ejecución práctica.

Bibliografía.

1. Alarcón, N. (2000). *Técnica Deportiva*. Disponible en www.PubliCE Standard.com. Consultado el 5 de junio del 2009. p 2
2. _____ (2000). *Técnica Deportiva*. Disponible en www.PubliCE Standard.com. Consultado el 5 de junio del 2009. p 2
3. Bardhan y Albi (2009). Disponible en WWW. Eumed.net/tesis.2009. Consultado el 13 de Julio del 2009.
4. Chiavenato I. (2004). *Introducción a la Teoría General de la Administración*. Mc Grave Hill Interamericana. Séptima Edición. pag.132.
5. Cortegaza Fernández L. (2003) *Material Complementario para la Maestría en Juegos Deportivos y Ciencias Aplicadas*. P 13.
6. Digital www.efdeportes.com. - Año 11 - N° 101. Consultado el 3 de febrero del 2009. P 5.
7. *Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española (XXI edición, 1995)*, Madrid.
8. *Diccionario*. Disponible en <http://symploke.trujaman.org/index.php?title=Causalidad>. Consultado el 12 de diciembre del 2008.
9. Editorial Progreso (1984). *Diccionario de Filosofía*. Moscú. P. 60.
10. _____ (1984). *Diccionario de Filosofía*. Moscú. P. 294.