

CONDICIONES OBJETIVAS COMPETITIVAS QUE INFLUYEN PSICOLÓGICAMENTE EN EL RENDIMIENTO DEPORTIVO DEL EQUIPO DE REMO Y CANOTAJE ESCOLAR DE MATANZAS

Dr. C. Rossana Rodríguez Cabrales¹

Lic. Lisandra Martínez Pérez²

1. Universidad de Matanzas, rossana.rodriquez@umcc.cu

Resumen

La necesidad de conocer las condiciones objetivas que se encuentran incidiendo y por lo tanto afectan la estabilidad psíquica de los deportistas, es necesario que los entrenadores lo tomen en consideración, por ser un componente importante que forma parte del proceso del control psicológico competitivo. Por ello se pretende determinar las condiciones competitivas que influyen psicológicamente en el rendimiento deportivo del equipo de remo y canotaje escolar de Matanzas. Para cumplir con el objetivo de la presente investigación fueron seleccionados 16 deportistas, 9 pertenecientes al equipo de remo y 7 de canotaje. El método utilizado fue la medición a través de una encuesta. Incorpora como elemento novedoso el conocimiento de las condiciones competitivas que influyen psicológicamente en el rendimiento deportivo, producto de una pobre tolerancia psíquica.

Palabras claves: Condiciones competitivas; rendimiento deportivo; remo escolar; canotaje escolar y tolerancia psíquica.

INTRODUCCIÓN

El remo es un deporte acuático, es la disciplina deportiva que consiste en la propulsión de una embarcación sobre el agua, mediante la fuerza muscular de uno o varios remeros, cada uno de ellos usando uno o dos remos como palancas simples de segundo grado y sentados de espaldas a la dirección del avance, con o sin timonel que les guíe.

Es un deporte olímpico que se rige por la FIVA como autoridad deportiva, se compite tanto en el género femenino como en el masculino. El lugar de competencia es considerado el Campo de Regatas (6 calles rectas de 2000m de longitud separadas por una línea de boyas). Ha sido un deporte olímpico para el masculino desde 1900 y para el femenino desde 1976.

Existen dos modalidades de remo, dependiendo del tipo de asientos. Éstas se clasifican como: remo de banco móvil y remo de banco fijo. En ambas modalidades el remero se sienta mirando a popa, de espaldas a la dirección del movimiento y se guían por las boyas, las señales de jueces o las indicaciones del timonel.

El remo, como todo deporte desarrolla su actividad competitiva bajo un influjo constante de imprevistos, generando esto tensiones emocionales y una elevada carga psíquica. Las competencias deportivas actuales exigen que la preparación física, técnica y táctica no sea suficiente para obtener resultados deportivos de envergadura, por lo que se hace indispensable la necesidad de un cuarto tipo de preparación del deportista: la psicológica. Esta preparación psicológica busca lograr el estado de disposición psíquica para la competencia.

Todo entrenador debe conocer de qué manera fluctúan las tensiones psíquicas en cada uno de sus deportistas y conjuntamente a lo anterior ello puede estar determinado por diferentes factores objetivos y subjetivos que se encuentran incidiendo y por lo tanto afectan la estabilidad psíquica de sus deportistas. El conocimiento de estos factores estresantes, convenientes o indiferentes permite realizar un mejor trabajo de individualización del entrenamiento, ya que posibilita la aplicación de técnicas de regulación de tensiones para cada deportista, según se requiera y al mismo tiempo, nos ofrece los valores grupales que nos orientan hacia las tareas de control emocional más necesarias en el equipo en general.

Referente a este aspecto se plantea que muchos deportistas se presentan a las competiciones deportivas con un estado favorable, que les permite obtener los mejores resultados posibles, atendiendo al nivel de preparación alcanzado. A otros les sucede frecuentemente que pasan del estado de tensión favorable al desfavorable con facilidad, ya que poseen pobre estabilidad ante las influencias del medio. Cuando esto sucede se afirma que no han desarrollado la suficiente tolerancia o capacidad de carga psíquica. Cuando un deportista posee una buena tolerancia psíquica, el mismo se encuentra en mejores condiciones para enfrentarse a cualquier estímulo perturbador, ya sea interno o externo, que pueda afectar su foco atencional dirigido hacia las acciones que debe llevar a cabo para lograr un buen resultado. (Saínz de la Torre. N., 2003)

Atendiendo a lo antes expuesto se plantea como **objetivo de la investigación**: determinar las condiciones objetivas competitivas que influyen psicológicamente en el rendimiento deportivo del equipo de remo y canotaje escolar de Matanzas.

DESARROLLO

Una regata de remo es una competición que consiste en uno o más eventos divididos (si es necesario) en varias regatas o mangas, en una o varias clases de botes, agrupadas (en general) en diferentes categorías de género, edad o peso.

En una embarcación de remo todos los elementos portantes (donde se hacen los apoyos para realizar la fuerza) deben estar fijos al cuerpo de la embarcación; solamente el carro donde va sentado el remero puede moverse. Esto da lugar a una clasificación en función de si el carro es móvil (*banco móvil*) o no lo es (*banco fijo*). El remo de banco móvil se caracteriza por tener un asiento sobre ruedas que permite utilizar las piernas en la propulsión de la embarcación. En el remo de banco fijo, el remero está sentado sobre un asiento fijo, y la propulsión se realiza con la pierna (60 %) el torso (o espalda, con un 30 %) y con los brazos (un 10 %). En ambas modalidades el remero se sienta mirando a popa, es decir, de espaldas a la dirección del movimiento.

La Federación Internacional de Sociedades de Remo es el organismo internacional que regula las competiciones de remo. Se distingue entre el remo olímpico, en el que se practican catorce modalidades —todas de banco móvil—, y el *remo no olímpico*, que dispone de más modalidades e incluye también el remo de banco fijo.

Las competencias deportivas actuales exigen que la preparación física, técnica, y táctica no sea suficiente para obtener resultados deportivos de envergadura, por lo que se hace indispensable la necesidad de un cuarto tipo de preparación del deportista: *la psicológica*. Esta preparación psicológica busca lograr el estado de disposición psíquica para la competencia.

Desde el punto de vista psicológico, el técnico debe desarrollar en el deportista la capacidad de soportar la fatiga, dado que este deporte es catalogado de largo aliento, y para aguantar la regata de 2.000 metros el deportista debe estar mentalizado para comenzar fuerte, aguantar y terminar este tramo, superando muchas veces la barrera mental del esfuerzo, clave para el éxito en este deporte. (Grandjean Miranda, A., 2005)

El estado de disposición psíquica del deportista para la competencia, tiene la particularidad de que depende directamente del estado general de disposición psíquica del equipo como

colectivo deportivo, por un lado el estado de disposición psíquica de cada uno de los miembros del equipo depende en gran medida del estado de disposición general del equipo, mientras que por otro este último en medida considerable condiciona el mencionado estado de cada deportista. Esta relación es compleja y se subordina a las leyes de la psicología de grupo. (Petrovski, A. V., 1980)

El deportista debe tener un buen conocimiento de sí mismo y saber en qué estado se encuentra en cada momento. La ausencia de una activa aspiración a la lucha deportiva se presenta cuando hay una sola preparación para la competencia o cuando no existen motivos de peso para participar en ella. (Veloso, 2001)

La competición es el principal campo de prueba del deportista y donde los atletas experimentan presiones psicológicas, que influyen en la esfera psíquica y conductual. Los deportistas independiente de la edad, especialidad, experiencia deportiva, vivencian y afrontan las presiones competitivas de diferente manera; así en algunos se desencadena emociones negativas: ira, ansiedad, miedo, desconcentración, desmotivación, tensión psíquica elevada y síntomas psicósomáticos, que inducen a inhibir o disminuir el rendimiento deportivo, mientras que otros manifiestan autoestima, autoconfianza en sus capacidades, convierten a las presiones en retos, generando actitudes y expectativas que estimulan a una disposición combativa óptima y un rendimiento acorde a sus propias posibilidades o por encima de las proyecciones, por tanto hay consistencia en el rendimiento deportivo. (García, M. 2015)

Para cumplir con el objetivo de la presente investigación fueron seleccionadas 16 atletas del sexo femenino, con edades comprendidas entre 14 y 16 años, 9 pertenecientes al equipo de remo escolar y 7 de canotaje escolar de Matanzas.

El método utilizado fue la medición a través de una encuesta sobre las condiciones objetivas competitivas que influyen psicológicamente en el rendimiento deportivo del remo.

Análisis e interpretación de los resultados:

Al analizar los datos obtenidos después de haber aplicado el instrumento seleccionado para dar respuesta al objetivo propuesto, se pudo apreciar las condiciones competitivas que pueden influir positiva o negativamente en el estado de tensión psíquica del deportista y por ende en el rendimiento durante la confrontación, por lo tanto nos brinda la posibilidad de conocer la calidad de la tolerancia psíquica del sujeto.

En las deportistas de remo escolar los estímulos que constituyen factores de carga psíquica influyendo en el rendimiento deportivo son:

- Si le toca arrancar por el carril No. 9, según el 33.3% de las deportistas, ya que en la pista de competencia por características de la bahía suele estar en desventaja con los otros carriles, a pesar de que mide lo mismo por reglamento.
- Remar la modalidad de single, según el 88.8%, pues en dicha modalidad el atleta rema solo.
- Ver que el bote del contrario se le acerque, según el 44.4% de ser en la modalidad del *single*, dan la competencia por perdida. De observar el bote contrario en otras modalidades en las cuales va remando junto a sus compañeras de equipo, solo aumenta o mantiene las remadas en su empeño por ganar, si es su compañera quién la anima a seguir.
- En caso de que el bote del contrario se le vaya por delante, el 33.3% de ellas dan la competencia por pedida.

Lo antes expuesto puede observarse en el siguiente gráfico:

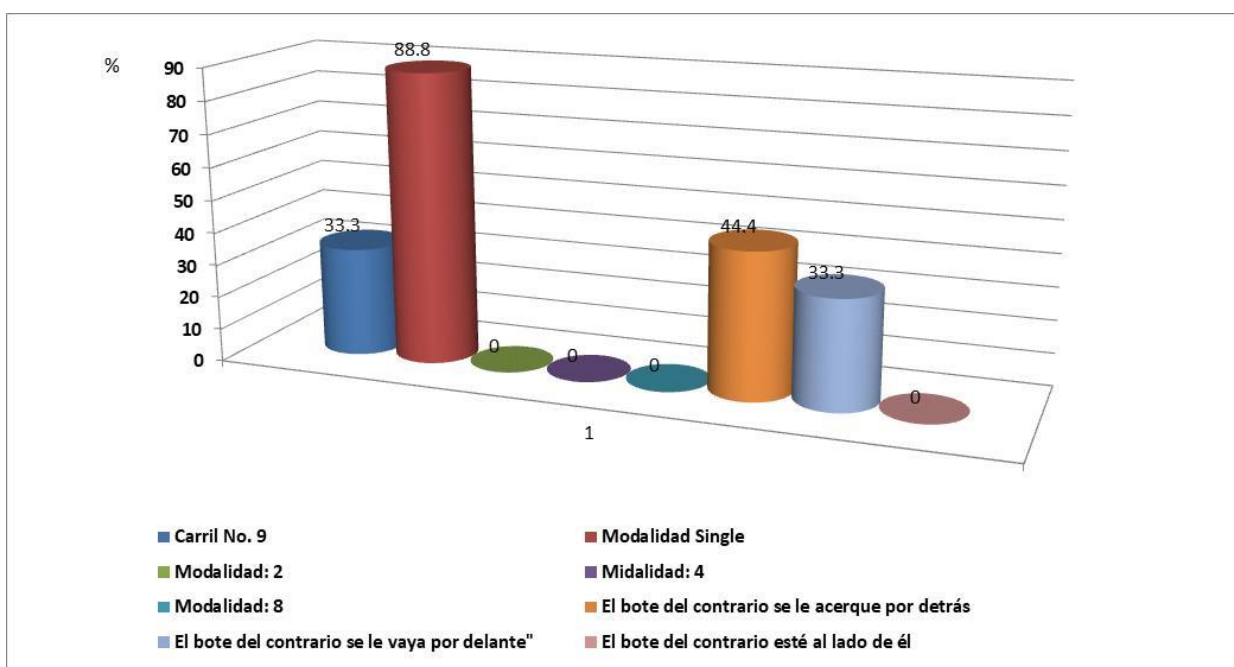


Gráfico No. 1. Condiciones objetivas competitivas que influyen psicológicamente en el rendimiento deportivo de las deportistas del remo escolar de Matanzas.

Con respecto a las deportistas de canotaje escolar, las condiciones competitivas que afectan mayormente al equipo en su estabilidad psíquica son:

- Presentan tensiones si les toca competir por el carril No. 9, según el 85.7% de las deportistas, por las desventajas que ofrece la pista de competencia, ya que está más próximo al mar abierto en la bahía.
- En la modalidad de K4 les tensa ser timonel al 42.8%.
- El choque del contrario, ya sea porque el contrario le choque el bote o los remos, ya que la puede virar, lo plantean el 85.7%.
- Los carriles no están delimitados por las boyas, por lo que tienen que ir pendiente y contando los mismos para no salirse de su carril y no ser descalificadas, lo plantean el 42.8%.
- El 42.8% también exponen que producto a la no delimitación de los carriles, deben estar pendientes a la distancia reglamentaria de 5 metros, que debe existir entre su bote y el de los contrarios.
- También les presiona la señalización de las banderas que den los jueces al 42.8% de las atletas, estas determinan si la pista de competencia está abierta o cerrada.

Lo antes expuesto puede observarse en el siguiente gráfico:

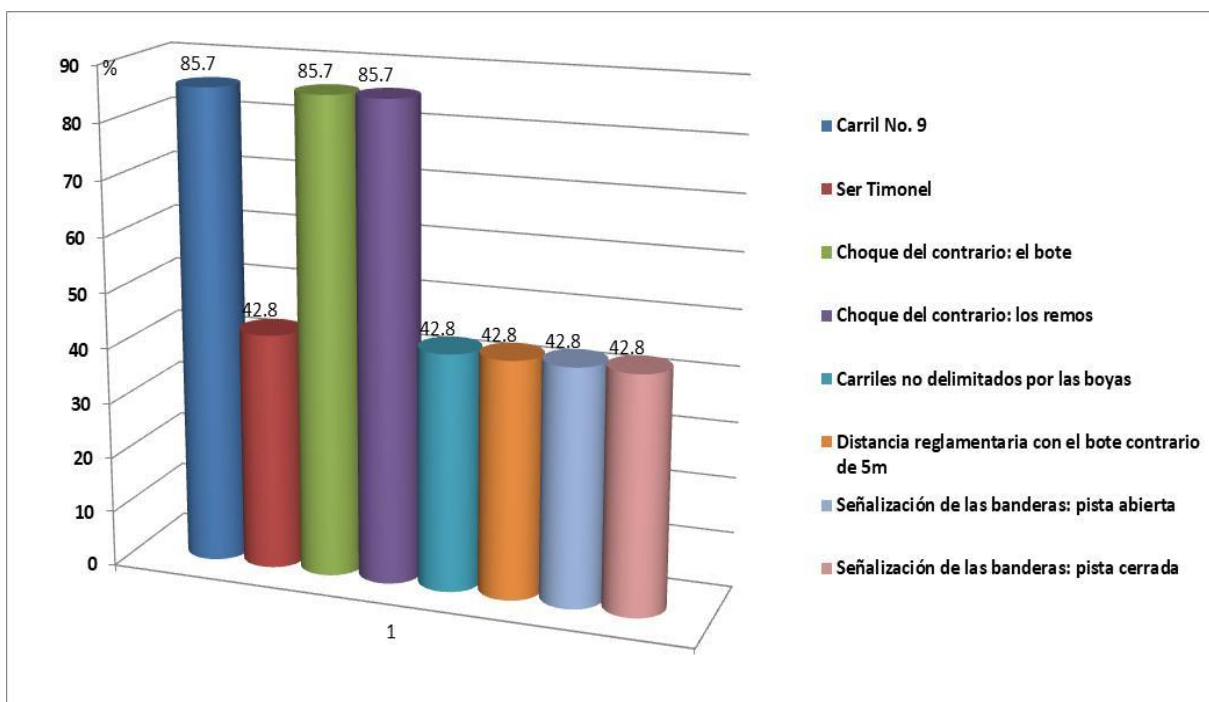


Gráfico No. 2. Condiciones objetivas competitivas que influyen psicológicamente en el rendimiento deportivo de las deportistas de canotaje escolar de Matanzas.

Los datos antes expuestos les permite al entrenador y sus deportistas precisar cómo le afectan cada uno de los estímulos de variado tipo que pueden actuar en la competición, los

cuales mejoran o empeoran sus rendimientos, así como aquellos que resultan indiferentes y que no influyen en absoluto sobre los resultados.

El conocimiento de estos factores estresantes, convenientes o indiferentes permite realizar un mejor trabajo de individualización del entrenamiento, ya que posibilita la aplicación de técnicas de regulación de tensiones para cada deportista, según se requiera y al mismo tiempo, nos ofrece los valores grupales que nos orientan hacia las tareas de control emocional más necesarias en el equipo en general.

CONCLUSIONES

Las condiciones objetivas competitivas que más influyen en el rendimiento deportivo de las deportistas del remo escolar son: remar la modalidad de single y que el bote del contrario se le acerque. Con respecto a las que más influyen en el rendimiento deportivo de las deportistas de canotaje escolar son: competir por el carril No. 9 y que el contrario le choque tanto el bote como los remos.

Referencias Bibliográficas:

GARCÍA PAZMIÑO, M. Presiones deportivas y disposición combativa [en línea]. Ecuador. [fecha de consulta: 20 de Abril del 2020]. Disponible en: <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/6401/1/Psicolog%C3%ADa%20deportiva%20presiones%20deportivas%20y%20disposici%C3%B3n%20combativa.pdf>.

GRANDJEAN MIRANDA, A. Manual de capacitación en iniciación deportiva en Remo [en línea]. [fecha de consulta: 20 de Abril del 2020]. Disponible en: <http://www.fnavremo.com/files/fnavremo/Documentos/Informacion/Manual%20en%20iniciacion%20deportiva%20en%20remo.pdf>.

PETROVSKI, A. V. *Psicología general: Manual didáctico para los Institutos de Pedagogía*. Moscú: Editorial Progreso, 1980.

SAÍNZ DE LA TORRE, N. *La llave del éxito. Preparación psicológica para el triunfo deportivo*. Puebla: Editorial Serna, BUAP, 2003.

VELOSO E. Preparación Psicológica del Deportista [en línea]. [fecha de consulta: 20 de Abril del 2020]. Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd37/prepsi.htm>.