

## BIBLIOGRAFÍA

Management Science, Journal of Sports Management, Management & Empresa, Management Learning.

Fayol Henry (1841-1925). GUARNEROS RICO, José Ricardo: "Henri Fayol, fundador del proceso administrativo", HTTP: //suite101.net/article/henri-fayol-fundador-del-proceso-administrativo-a31563, extraído el 25 de agosto del 2013.

Mintzberg, H. (1983). La naturaleza del trabajo directivo. Barcelona: Ariel.  
11Brun, J. (1987). Ecole cherche manager, Institut supérieur d'éducation permanente, París, Francia.

Ávila 2018. Adecuación Estrategia curricular para preparación de técnicas de dirección. (Facultad de cultura física de Holguín).

Orosco Flores Silvia Elena, 2015. Tesis para optar por el título en maestría en gerencia empresarial. Matagalpa. Nicaragua.repositorio.unan.edu.ni ›de SE Flores Orozco · 2015 · Citado por 11. Artículos relacionados.

### 1.17

## EJERCICIOS PARA LA ENSEÑANZA DEL FONDO EN ESGRIMISTAS CATEGORIA 10-12 AÑOS

Lic. Aylén Batista Paz.

Profesora de esgrima. Escuela provincial de Educación Física. Holguín. Entrenadora de alto rendimiento, atletas juveniles. Aylénb86@uho.edu.cu .

Dr.C. Octavio Jesús Bruceta Serrano.

Profesor Titular, Universidad de Holguín. Facultad de Cultura Física de Holguín, <https://orcid.org/0000-0003-3387-3409>, obrucetas@gmail.com, obrucetas@uho.edu.cu

## RESUMEN

En el actual artículo se llevó a cabo una apreciación desde la investigación científica, tratada por diferentes autores sobre el proceso de la metodología en la enseñanza de la técnica del fondo en la esgrima, especialidad florete. Este trabajo es de gran importancia para la enseñanza de la esgrima en las edades tempranas pues nos adentramos en un tema que nos permitirá acelerar con mayor índice de perfección este proceso en aquellas acciones y posiciones que sustentan el futuro desarrollo técnico y táctico de un esgrimista.

**Palabras clave:** esgrima, atleta, talento, ejercicios, enseñanza

## INTRODUCCIÓN

Comenzaremos por referir que los estudios de las ciencias pedagógicas, encaminados al perfeccionamiento de todo lo concerniente a las relaciones del educando y educador, han

transcurrido en la evolución del hombre y se ha ido perfeccionando mostrando resultados relevantes en diferentes direcciones de los procesos que la componen.

Cabe agregar que el proceso de enseñanza-aprendizaje, por su gran importancia, ha sido uno de los temas más abordados por los diferentes investigadores, dando solución a muchas de las problemáticas que genera el mismo proceso.

En ese mismo sentido la pedagogía, en el proceso de formación del deportista ha jugado un papel significativo, los estudios realizados por prestigiosos autores han dotado al deporte de herramientas para realizar el proceso de instrucción, acorde con preceptos y principios establecidos por las ciencias pedagógicas, siempre en la búsqueda de mejores métodos y procedimientos que ofrezcan mayor productividad en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

La Esgrima moderna es un deporte de entretenimiento y competición, pero sigue las reglas y técnicas que se desarrollaron en su origen para un manejo eficiente de la espada en los duelos. En ella se trata de tocar sin ser tocado y para lograrlo cada esgrimista crea su propia estrategia de engaños.

El florete, una de las modalidades de este deporte, es un arma deportiva de punta, la aplicación de toques de punta y la pequeña área de ataque (en comparación con otros tipos de armas), crean magníficas condiciones para defenderse y dificultar el acceso de los toques en el ataque del contrario. En el florete se combate a una distancia relativamente más corta y según lo establecido en general no se recurre a retiradas profundas por lo que el combate entre los floretistas se diferencia por su gran tensión.

## **DESARROLLO**

La Esgrima es uno de los deportes iniciadores del Olimpismo Moderno y goza de gran popularidad y difusión a nivel internacional dejando de ser solo un pasatiempo para aquellas personas de elevado estrato social. La popularidad de la esgrima está dada no solo por la fantasía que despierta en personas de cualquier edad.

Un esgrimista debe poseer limpieza en sus movimientos y elegancia en la ejecución de las acciones, por lo que es de gran importancia el período de iniciación, donde el profesor o entrenador debe poseer los recursos metodológicos para hacer llegar cada elemento técnico a sus discípulos de forma tal que el proceso de enseñanza aprendizaje se efectúe de forma rápida, eficiente y con motivación para alcanzar resultados positivos.

Los profesores de este deporte se enfrentan a un problema que influye directamente en el accionar pedagógico que se agudiza en aquellos que trabajan en el proceso de iniciación de niños en la actividad. La carencia de manuales metodológicos que les permitan llevar a cabo con eficiencia el proceso de enseñanza a los alumnos de estas edades.

La Esgrima, es un deporte de combate en el que se enfrentan dos contrincantes que deben intentar tocarse con un arma blanca (arma que no posee ni filo ni punta; es decir que no se pueden cortar ni pinchar con ella), en función de la cual se diferencian tres modalidades: sable, espada y florete.

La búsqueda bibliográfica realizada demostró la carencia de material metodológico técnico que

permita al profesor de esgrima llevar a cabo el proceso de instrucción con mayor eficiencia fundamentalmente en el período de iniciación, el material encontrado, muestra la forma de ejecución de las diferentes técnicas y hasta los posibles errores que se pueden cometer en su realización, pero no nos dan elementos de los procedimientos y métodos que podemos utilizar para llevar a cabo su enseñanza.

Prestigiosos autores, maestros de este deporte, han abordado el tema de la enseñanza, pero sus publicaciones no constituyen manuales pedagógicos del deporte pues son meramente descriptivos de las diferentes técnicas y sus variantes, se ha obviado la esencia del deportista que es la correcta iniciación en la actividad.

Una postura correcta creada en un esgrimista en su iniciación, le posibilita la correcta adquisición de los desplazamientos, aspecto de indiscutible importancia para poder desarrollar las acciones de su arsenal técnico táctico.

Una correcta puesta en guardia obtenida de la corrección de la adquirida inadecuadamente, además de haber provocado retraso en el desarrollo del sujeto tiene la posibilidad de que las huellas dejadas ocasionadas por la adquisición y fortalecimiento de un hábito incorrecto provoquen que en marcadas situaciones fundamentalmente en competencias resurjan y entorpezcan el desarrollo de la actividad.

La actividad competitiva, así como las destinadas a desarrollar acciones conscientes no solo poseen base física en el acto de ejecución, sino que los aspectos volitivos y emocionales, más aquellos donde la memoria adquiere un papel fundamental permiten la reproducción de cualquier movimiento aprendido y entrenado de la misma forma en que se adquirió. Por tanto, deben discriminarse aquellos movimientos que no aportan resultados sustanciales al desenvolvimiento del sujeto en la actividad competitiva.

Según Núñez, C: R. "La actividad deportiva puede ser concebida, como la actitud generalizada del sujeto, practicante de un deporte; mediada por objetos que lo distinguen, que orientan su conducta de manera consciente hacia la consecución de los objetivos, fines y metas trazadas, con vistas a satisfacer las necesidades surgidas de la propia actividad deportiva y que sólo a través de ella pueden ser objetivizadas por el sujeto." 2

Puni, Z. A. (1970) Ensayos de psicología del deporte. La Habana. " en la esgrima no vence el que actúa de manera rutinaria, sino el que posee la capacidad de aplicar su táctica teniendo presente las acciones del adversario, el que sabe hallar rápidamente una solución correcta al variar sus acciones, el que tiene la capacidad de iniciativa bien desarrollada y puede someter a su férula, al contrario, obligándole a actuar de acuerdo con sus intenciones ".

Con respecto a las actividades realizadas en la esgrima por sus practicantes se puede apreciar que "Las acciones de los esgrimistas constituyen el sistema más complejo de reacciones organizadas, producidas por la mayor integración cortical. El éxito en el combate de la esgrima depende del grado de perfeccionamiento de las acciones especializadas del deportista y su correspondencia con la situación del duelo a desarrollar". K, V. y D Tyshler. (1984).

---

La esgrima presenta características que exigen mucho del pensamiento táctico del deportista, dado la gran velocidad de las acciones técnico-tácticas con que cuenta, el pensamiento táctico de los floretistas se expresa a través del buen desarrollo del pensamiento o razonamiento operativo y a su vez guarda una estrecha relación con el proceso de la atención.

Hay que partir que este deporte se realiza desde una posición no acostumbrada para el cuerpo humano "la guardia", por tal razón es necesario que los atletas logren habituarse a esta postura, desde donde realizarán un grupo de acciones que integran movimientos de desplazamiento conjunto a elementos técnicos ofensivos y defensivos.

Esto es posible solo si se alcanza un alto nivel de coordinación; ya que estos elementos unificados hacen posible poder obtener con mayor facilidad el toque durante el combate. En esta dirección deberá encaminarse la actividad física de la preparación del esgrimista

El florete es un arma deportiva de punta. La aplicación de golpes de punta y la pequeña área de ataque (en comparación con otros tipos de armas) crean magníficas condiciones para defenderse y dificultar el acceso de los toques en el ataque. En florete se combate a una distancia relativamente más corta que en los demás tipos de armas, y, según lo establecido, no se recurre a retiradas profundas, por lo que el combate entre los floretistas se diferencia por una gran tensión.

El manejo del florete no exige una gran fuerza, ni traslaciones significativamente largas, por lo cual pueden ocuparse con este deporte tanto a las muchachas como a los muchachos desde los 11 ó 12 años y continuar su práctica hasta una edad avanzada.

El combate en las competencias se desarrolla sobre la siguiente base: 5 toques para los jóvenes mayores y adultos, en combates prolongados en un tiempo neto<sup>1</sup> no mayor de 6 min, para los menores sobre 3 toques y no más de 5 min de combate, para los jóvenes mayores y adultos sobre 4 toques y no más de 5 min. El vencedor de un combate será aquel esgrimista que logre asestar primero el número de toques establecidos por las reglas.

Proceso de enseñanza aprendizaje.

El aspecto fundamental en desarrollo de las ciencias pedagógicas es el relacionado con la relación educador educando, es donde se resumen todos los esfuerzos por perfeccionar cada dirección en tan importante aspecto para el desarrollo de cualquier rama de la ciencia y el intelecto humano. La Educación Física y el deporte no están exentos de apoyarse en los adelantos pedagógicos para perfeccionar los procesos de enseñanza y aprendizaje en cada una de sus especialidades.

Se puede afirmar que la contextualización de la enseñanza, también se pone de manifiesto en sociedades más avanzadas. La utilización del lenguaje articulado, la religión, las modas, etc. muchas de ellas heredadas de varias generaciones precedentes, otras suministradas por las actuales, que atendiendo a las crecientes necesidades de transformaciones aportan nuevas y diversas opciones influyentes en las nuevas descendencias.

Jordi, D. L. aprecia que "el aprendizaje de habilidades y destrezas motrices básicas se inicia en la etapa de la educación primaria continuando esta hasta prácticamente el primer ciclo de la etapa de la enseñanza secundaria obligatoria. Podremos considerar que entre el final del último ciclo de

primaria y durante todo el primer ciclo de secundaria se produce el tránsito de las habilidades básicas a las específicas.

El elemento que nos propusimos estudiar, (el fondo), es una de las técnicas base de sustentación de un esgrimista. Podemos lograr en nuestros alumnos, un mejor y más rápido aprendizaje de estos dos elementos tan importantes, si obviamos el método utilizado tradicionalmente, consistente en la ilustración de la posición como tal y luego el adentramiento en su adopción, donde el alumno, mediante determinados ejercicios logre adoptar y fijar la posición.

En el proceso de enseñanza – aprendizaje podemos utilizar:

Métodos tradicionales: Es aquel método que está centrado en aquello que va a realizar o decir el profesor y no en la participación del alumno.

Métodos no tradicionales: El alumno se muestra más activo dentro de la clase, las actividades son más prácticas y van más encaminadas a la relación alumno – profesor, y alumno – alumno. Actividades que hagan pensar y actuar de forma individual al alumno.

Características del fondo.

El fondo, es uno de los elementos básicos de la esgrima que está ligado al practicante en toda su vida como esgrimista, de los elementos básicos, el más difícil de aprender y de enseñar, su realización, así se describe en el libro español. Esgrima". Colectivo de autores.

Se denomina fondo a la extensión del brazo, seguida del lanzamiento, vuelo y caída de la pierna correspondiente al brazo armado, impulsada por la otra pierna.

Según su carácter, el fondo puede ser acelerado, es decir ejecutado con velocidad inicial elevada, y premeditado con un comienzo lento y retardado y su final es a la más alta velocidad.

Por ser el fondo, a nuestra consideración, uno de los elementos pilares del proceso de aprendizaje del esgrimista, les dedicamos especial atención, tomándolo como objetivo fundamental de estudio, en la obtención de nuevas formas, más rápidas y seguras, que logren un acortamiento y con mayor calidad del proceso de enseñanza- aprendizaje.

**PROPUESTA DEL CONJUNTO DE EJERCICIOS PARA LA ENSEÑANZA DEL FONDO EN LA CATEGORÍA 10- 12 AÑOS.**

El uso de la tecnología moderna permite determinar a tiempo de manera certera los errores técnicos, permite un trabajo individualizado efectivo durante el entrenamiento, garantizando una correcta ejecución de las acciones y de ahí mayor efectividad durante las competencias.

En análisis y estudios realizados en diferentes investigaciones relacionados con el tema, se puede constatar que en estudios realizados por Arkayev (1990), en su libro "La Esgrima", su principal objetivo fue explicar la secuencia y pasos metodológicos para la enseñanza del fondo y su técnica, pero no aparece ningún ejercicio para la ejecución y perfeccionamiento de este.

En el orden nacional aparecen investigaciones como las de Morales. A, y Morales Álvarez Prieto (1993), donde la investigación estuvo relacionada con el "Entrenamiento deportivo personalizado

para la esgrima en la especialidad de "florete", logrando realizar una propuesta metodológica para la estructuración del EDP en los elementos técnicos.

En estudios realizados por la comisión nacional y algunas comisiones provinciales, se demuestra que la enseñanza del fondo se desarrolla de forma a sistémica y poco coherente trayendo como consecuencia que los atletas llegan a los centros de alto rendimiento con dificultades en dicha técnica.

Así mismo en estos estudios se pudo comprobar que tanto la posición estática del fondo, como su realización en diferentes momentos, presentó serias dificultades, debido a la influencia de hábitos mal desarrollados que impiden la conexión exitosa de uno o más movimientos, siendo el fondo una acción cuyo éxito en muchas oportunidades depende de la asociación a otro movimiento.

En la misma línea se detectaron una serie de errores en la ejecución de la técnica, entre los más comunes se encuentran los siguientes:

- 1-La alteración de la altura de la guardia en diferentes momentos de la realización de los desplazamientos.
- 2-La no alineación del pie delantero con el interior del talón del pie trasero.
- 3-La inclinación del tronco antes del inicio de la ejecución del fondo.
- 4-No realizar simultáneamente el trabajo de extensión y flexión de las piernas en el retorno del fondo a la guardia.
- 5-Exceso o defecto en la longitud del fondo.

Estos errores se fueron eliminando en gran medida en el proceso de adaptación a la nueva forma de trabajo, mediante la corrección y la interacción con los otros alumnos, a través del sistema de ejercicios diseñado.

Ejercicios para el fondo.

En la posición de guardia realizar fondo y regresar a la guardia.

En la posición de guardia realizar cuchilla y fondo recogiendo con la pierna de atrás.

Desde la posición de guardia, flexión de la rodilla con las manos a la cintura, realizar a la cuenta de uno, extensión de la pierna delantera con apoyo del talón, dos volver a la posición inicial.

Desde posición de guardia, flexión de la rodilla con las manos a la cintura, realizar a la cuenta de uno, extensión de la pierna delantera con apoyo del talón y dos, fondo.

Desde posición de guardia, flexión de la rodilla con las manos a la cintura, realizar una extensión de la pierna delantera con apoyo del talón dos, fondo y tres regresar a la guardia.

## **CONCLUSIONES**

Los estudios bibliográficos realizados sobre los presupuestos teóricos y metodológicos posibilitaron

la fundamentación del tema planteado.

El proceso de enseñanza aprendizaje en la esgrima en las edades de iniciación en el deporte, fundamentalmente, las posiciones básicas, (la guardia y el fondo), presenta dificultades con determinados entrenadores fundamentalmente los de menos experiencia, debido a la inexistencia de material metodológico que les permita llevar a cabo el mencionado proceso.

La propuesta favoreció a partir de los aspectos que la integraron desarrollar el entrenamiento de la técnica del fondo en los esgrimistas de la categoría.

## **BIBLIOGRAFÍA**

Actividades para el desarrollo de las capacidades físicas de los esgrimistas.  
[http://www.conade.gob.mx/documentos/ened/sicced/esgrima\\_Nivel\\_2/Manualpractica/Capitulo\\_2.pdf](http://www.conade.gob.mx/documentos/ened/sicced/esgrima_Nivel_2/Manualpractica/Capitulo_2.pdf)

Álvarez de Sayas Carlos. (1995) Metodología de la Investigación Científica Santiago de Cuba. Universidad de Oriente.

Beker y Soltan, Metodología de la Esgrima de Sable. Editorial orbe, 348 p.

Colectivo de autores/Esgrima/ Edición Comité Olímpico Español impresos Izquierdo, S. A. /1993

Díaz Rey, J. A. Fundamentos Pedagógicos y fisiológicos del entrenamiento de los esgrimistas. C. de la Habana. Editorial Científico-técnica, 1984, p.109.

Tamayo-Rodríguez, Y. S., Echevarría-Ramírez, O. & Tamayo-Rondón, M. (2018). La formación integral del Hockey sobre Césped (s/c) femenino en el eslabón de base a partir del trabajo de las capacidades Coordinativas. SELLO Editorial REDIPE (95857440), Capítulo Estados Unidos. Capítulo 3.8, pág. 259.

Tamayo-Rodríguez, Y. S., Echevarría-Ramírez, O. & Jeffers-Duarte, B. (2018). Sistematización teórica sobre la enseñanza aprendizaje del entrenamiento deportivo del Hockey sobre Césped. SELLO Editorial REDIPE (95857440), Capítulo Estados Unidos. Capítulo 1.13, pág. 134.

Tamayo-Rodríguez, Y. S., Echevarría-Ramírez, O. & Jeffers-Duarte, B. (2015). Dinámica de entrenamiento deportivo del Hockey sobre Césped (s/c) categoría escolar. Boletín Virtual REDIPE Vol. 4 No. 4, Cali, Colombia, ISSN 2256-1536, Pág. 103-107.

Tamayo-Rodríguez, Y. S. & Echevarría-Ramírez. (2015). Sistema de ejercicios técnico-táctico para el Hockey sobre césped, categoría escolar. Boletín Virtual REDIPE Vol. 4 No. 4, Cali, Colombia, ISSN 2256-1536, pág. 92

Tamayo-Rodríguez, Y. S., Echevarría-Ramírez, O. & Jeffers-Duarte, J. (2015). Situaciones reales de juego bajo presión emocional y mental en el Hockey sobre Césped. Segunda jornada científica Evenhock. Universidad de Las Tunas. Cd-ROOM.