

## ESTUDIO DE LA CALIDAD DE LA PERCEPCIÓN PERIFÉRICA LATERAL EN FUTBOLISTAS DE CÁRDENAS.

Lic. Yordan Enseñat Ferrás

Profesor. Inder Municipal de Cárdenas, Matanzas, Teléfono: 55505703, Email: yordan.ensenat@gmail.com, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8153-6063>, Cárdenas, Matanzas, Cuba.

### Resumen

A partir de la constatación de dificultades de carácter táctico observadas en el equipo de fútbol de la categoría 14-15 del municipio de Cárdenas, lo cual pudo estar relacionado con un pobre desarrollo de la percepción periférica lateral, el autor se propuso investigar sobre el tema, y para ello realizó una exhaustiva búsqueda bibliográfica y se organizaron variadas mediciones, seleccionándose como muestra a los 10 jugadores del mencionado conjunto y utilizándose los métodos teóricos y empíricos, apoyados en técnicas y procedimientos matemático – estadístico. La importancia teórica del trabajo radica en las nuevas variables, nunca antes utilizadas en la medición de este parámetro en condiciones de terreno y su importancia práctica se vincula con la posibilidad de ser utilizado por todos los entrenadores de deportes con balones en las diferentes categorías del país, así como de la fácil aplicación de las tareas de intervención recopiladas. Para darle solución al problema encontrado y la necesidad de aplicar las tareas para su desarrollo, como se puede realizar en todas las categorías del país, e incluso en otros deportes.

Palabras clave: fútbol, lateral, percepción, periférica y prueba.

### Introducción

El fútbol, como deporte de las multitudes, es el más popular del mundo, donde cada aficionado queda impregnado de la belleza y elegancia de este deporte, así como la pasión, entrega y profesionalidad que demuestran la mayoría de los futbolistas en el terreno y es practicado por más de 270 millones de personas alrededor del planeta.

En este deporte son muy importantes las percepciones espaciales, ya que son utilizadas constantemente por los jugadores en medio del juego, tanto la percepción de distancia central como la periférica, las cuales son de vital relevancia desarrollarlas al máximo para obtener mejores resultados en los aspectos técnicos, tácticos, teóricos y psicológicos, por lo que el trabajo tratará acerca de la percepción periférica, la cual está presente en diferentes jugadas, tales como, interceptar un pase, defender al adversario y robarle la pelota, desmarcarse del rival, anticipación de las jugadas, recepcionar el balón y observar donde están los compañeros y los rivales, saber qué jugada hacer en el momento, para realizar un pase o un disparo a la portería se debe conocer donde se encuentran los contrarios y los del propio equipo para tomar la mejor decisión.

Uno de los componentes psicológicos más importantes para la eficiencia técnico – táctica del futbolista es la percepción espacial, en especial la de distancia y la periférica. Mientras que la percepción de distancia influye esencialmente en la eficiencia de los pases, recibos y tiros a puerta. La percepción periférica permite al jugador captar rápidamente a compañeros y contrarios que se mueven en el terreno y controlar el balón cuando lo posee.

La amplitud del campo visual en el jugador de Fútbol debe encontrarse bien desarrollada: (hacia abajo, mirando al frente): para controlar los movimientos con el balón y (hacia ambos laterales mirando al frente): para observar todo lo que sucede en el terreno de juego, sin necesidad de girar la cabeza, esta última es el objetivo en el cual se centra esta investigación.

Según (Quevedo y Solé, 1990), se conoce la habilidad de ver e identificar lo que ocurre alrededor de un objeto particular sobre el que se fija la mirada. Es decir, la mayor o menor capacidad del sujeto de identificar objetos alrededor del punto de fijación es lo que permite evaluar la extensión de su campo visual, de modo que la visión periférica determina la amplitud del campo visual (Antón, 1992).

### Importancia de la percepción periférica lateral o visión periférica

Un jugador de fútbol debe tener correctamente desarrolladas ciertas capacidades visuales para que su rendimiento sea lo más eficaz posible. Tanto la conducta de atención como la capacidad de detección dependen fundamentalmente de la amplitud del campo visual del deportista, concretamente de su visión periférica. A mayor visión periférica, podrá detectar estímulos más externos con una sola fijación de la mirada, situación que es muy frecuente en fútbol por la necesidad de actuar con rapidez. Debido al ritmo vertiginoso del juego en la actualidad es imprescindible tener una buena visión periférica, ya que es un tiempo que puede aprovecharse como una ventaja a la hora de anticiparse a los rivales.

### Antecedentes investigativos del tema

Los primeros estudios en este tema se llevaron a cabo por los profesores (Hughes, Blundell y Walters 1993), (Loran y MacEwen 1995), (Abernethy, Neal y Koning 1994), (Williams y David 1999), ya en Cuba se realizó en la Facultad de Cultura Física de la Universidad de Matanzas por la profesora (Sainz de la Torre, 1995).

(Santana, 1998) realizó la prueba con un equipo femenino de Hockey sobre césped y observó diferencias entre los resultados obtenidos en condiciones de laboratorio y en terreno (a favor de estas últimas), también en los colores blanco y rojo, con valores de visión periférica superiores a favor del blanco.

(Peñate, 1999) amplió la gama de colores a blanco, rojo, azul, verde, negro y amarillo y se pudo comprobar que los jugadores (en este caso un equipo juvenil masculino de Voleibol) presentaban diferentes resultados en las pruebas de visión periférica en terreno. También se realizó en un jugador del equipo juvenil de Béisbol de Matanzas (2000) la prueba visión periférica lateral por la izquierda y por la derecha, (Cortés, 2002), con el equipo masculino de Fútbol de la Universidad de Puebla, México, (Dueñas, 2002), con el equipo femenino de Baloncesto de la Facultad de Cultura Física de Puebla, México, (Adeilson, 2007) con un equipo masculino escolar de Baloncesto de Bello Horizonte, Brasil y (Enseñat Ferrás, (2020), con el equipo masculino de fútbol de Cárdenas, categoría 12-13 años.

Este nuevo conocimiento constituyó una novedad científica, pero a pesar de que se demostraran las diferencias significativas que se obtenían en los estudios de percepción periférica lateral, dado el color del uniforme deportivo de los jugadores (propios y contrarios), ningún entrenador de equipos colectivos y en especial de Fútbol constata aquellos colores que peor perciben sus deportistas, ni implementan acción alguna para educar este componente psicológico, tan importante para las reacciones de anticipación. Tampoco se ha seguido investigando el tema.

Situación problemática: a pesar de la importancia de la percepción periférica lateral en el Fútbol, no se trabaja eficientemente en el entrenamiento, por lo que los miembros del equipo de la categoría 14 -15 de Cárdenas presentan dificultades al responder a las acciones tácticas en el terreno de juego, ya sean con los contrarios o con sus propios compañeros, lo cual puede estar relacionado con un pobre desarrollo de este componente psicológico espacial, por lo que se planteó el Problema científico: ¿cómo contribuir al desarrollo de la percepción periférica lateral de los miembros del equipo de Fútbol, categoría 14 -15 de Cárdenas? Objetivo general: elaborar un sistema de acciones para el desarrollo de la percepción periférica lateral en futbolistas del equipo 14 -15 años de Cárdenas. Para dar respuesta a las interrogantes se formuló la siguiente Hipótesis: Un sistema de acciones, que comprenda charlas sobre el tema con los jugadores, práctica de pases con acciones a observar por ambos lados mirando al frente e incorporación de diferentes colores de camisetas deportivas en los entrenamientos en jugadas ofensivas y defensivas, contribuirá al desarrollo de la percepción periférica lateral de los miembros del equipo de Fútbol, categoría 14 -15 de Cárdenas.

Para dar solución a la Hipótesis se trazaron los siguientes objetivos específicos:

1. Analizar los sustentos teóricos sobre la percepción periférica lateral en el accionar táctico del futbolista
2. Precisar las orientaciones para el desarrollo de la percepción periférica lateral en futbolistas escolares en los documentos rectores del Inder y la amplitud de la misma en los sujetos de la muestra y lograr que profesores y directivos de este deporte vean la importancia de la temática
3. Elaborar la estructura y contenidos del sistema de acciones concebido
4. Validar desde la teoría dicho sistema de acciones.

Esta investigación se adscribe a la subtarea "Gestión del proceso del Entrenamiento Deportivo" mediante las "Acciones para una mejor aplicación de la preparación de equipos deportivos matanceros", perteneciente a la tarea "Perfeccionamiento del proceso de preparación del deportista" y al proyecto de "Interacción social de la Universidad de Matanzas".

#### Desarrollo

Para darle solución a la situación problemática y el problema científico se escogió a una muestra integrada por 10 jugadores del equipo de fútbol masculino de Cárdenas de la categoría 14-15 años, los cuales se encuentran cursando los grados de octavo y noveno en escuelas del municipio.

Valoración de la muestra:

Los 10 jugadores pertenecen al equipo de fútbol masculino de Cárdenas de la categoría 14-15 años, hay 5 de 14 años y 5 de 15, todos son diestros. Las pruebas se realizaron durante el mes de junio en los entrenamientos después de las 4:30 pm en el Centro Deportivo Comunitario "2 de diciembre", en la pista Pepe Suárez.

Métodos y procedimientos de la investigación

## Métodos teóricos

Análítico – sintético: se utilizó para procesar las referencias bibliográficas de la tesis a partir de la sistematización del conocimiento científico relacionado con el objeto de estudio, permitió relacionar los componentes del problema abordado por separado y así integrarla como un todo, además de que fue la vía por la cual se realizó la interpretación de la información recogida mediante la aplicación de los instrumentos seleccionados para arribar a conclusiones.

Inductivo – deductivo: se utilizó para determinar el problema, realizar el marco teórico de la tesis y las pruebas en los deportistas para darle solución al mismo, además mediante el mismo se relacionaron los hechos analizados, (situación problémica, problema científico y las pruebas realizadas), las explicaciones y el posterior arribo a conclusiones y recomendaciones a través de la investigación.

Histórico – lógico: permitió el análisis del desarrollo histórico del objeto de estudio, utilizar las publicaciones encontradas, tanto de Cuba, como del extranjero, sobre los criterios científicos relacionados con la temática investigada.

Hipotético – deductivo: este se desarrolló mediante la proposición de la hipótesis como consecuencia de sus inferencias del conjunto de datos empíricos y de principios y leyes, el primero, mediante los procedimientos inductivos y el segundo, mediante los procedimientos deductivos. Es la vía que se utilizó para llegar a conclusiones a partir de la hipótesis y que después se puedan utilizar en los experimentos.

Sistémico – estructural – funcional: fue aplicado al objeto de estudio y al campo de acción para su estudio y la profundización del mismo, para lograr establecer los componentes y estructura del sistema propuesto, a partir de la bibliografía y necesidades sociales del tema del trabajo (percepción periférica lateral en el fútbol), lo que permitió realizar un Plan de Acción para mejorar las dificultades que se encontraron en la investigación y mediante la determinación de sus componentes, así como la estructura y relación entre estos.

Observación: para poder ver el comportamiento de los sujetos tomados como muestra y encontrar algún problema por el cual no tenían los resultados esperados por el entrenador.

Análisis de documento: para poder profundizar sobre los antecedentes del tema, referencias bibliográficas y buscar información especializada sobre el tema.

Medición: 3 Pruebas de terreno con variables actuantes diferentes y como herramienta el criterio de especialistas, la prueba de terreno utilizada en la investigación se explicará a continuación.

## Procedimientos

Prueba de terreno de la percepción de distancia periférica:

a) Nombre: Prueba de visión periférica lateral en terreno.

b) Origen:

Constituye una prueba adaptada de la medición con campímetro. Se comienza a llevar a cabo en condiciones de terreno por numerosos psicólogos deportivos de forma simultánea, por lo tanto, se desconoce su autor. Ha surgido producto de la experiencia en el trabajo, la carencia de equipos adecuados en los centros de entrenamiento y la constancia de que los datos que nos ofrecen las mediciones de laboratorio difieren significativamente de los valores que se alcanzan en mediciones en terreno.

c) Materiales a utilizar:

- Gradómetro de piso
- Balón de fútbol
- Protocolo de registro de datos.

d) Información que nos brinda:

Nos permite determinar los valores en grados del límite del campo visual de los deportistas ante sujetos en movimiento por la derecha y por la izquierda.

e) Dinámica de aplicación de la prueba:

Se sitúa al sujeto de medición sobre una línea del terreno (o sobre una trazada al efecto) con los pies colocados al ancho de los hombros y el centro de los mismos sobre dicha línea

De frente al mismo se sitúa el entrenador u otro deportista, con la tarea de controlar que el sujeto de medición mantenga su vista al frente, pues de dirigirla por momentos hacia uno de los lados, variaría el resultado de la prueba

A 3 metros hacia la izquierda y a 3 metros atrás de la línea trazada en el piso, se sitúa un deportista, que, a la voz de “adelante” comenzará a desplazarse lentamente en esa dirección

El sujeto de medición deberá emitir una voz rápida (“Ya”) cuando percibe al sujeto que se desplaza por ese lateral. Ella será la orden para que el mismo se detenga en el acto

El sujeto de medición dará un paso hacia atrás y los colaboradores situarán en el piso un círculo graduado, haciendo coincidir el punto central y la línea de los 90° con la línea trazada en el suelo, teniéndose en cuenta que el punto 0° se encuentra al frente, en dirección de la vista del deportista que estamos midiendo. A continuación, se fija el extremo de un cordel fino (por ejemplo, de nylon) en el centro del círculo y se extiende el mismo hasta el centro de los pies del deportista que se desplazaba por el lateral. Se observa el punto donde el cordel hace contacto con el círculo graduado y se anotan los grados que indica éste

Esta medición se debe llevar a cabo 3 o 5 veces por la izquierda y por la derecha, para obtener valores promedio de visión periférica individual, después en la otra prueba el procedimiento es similar a lo anterior, pero realizando golpes del balón.

Como se puede suponer, la calidad del instrumento decide en la exactitud de los resultados de la medición. Es por ello que, se planteó el elaborar un recurso técnico sencillo, de ínfimo costo, que permitiera eliminar varias de las dificultades que se presentan en la realización de la prueba y con ello, elevar la validez de la misma. Esto dio lugar a la creación del gradómetro de piso, probado con eficacia en el desarrollo de una investigación con un equipo de Voleibol universitario en Puebla, México y posteriormente en las clases sobre esta temática en nuestra Facultad.

La utilización del gradómetro de piso permitió mayor exactitud en el registro de los datos, ya que aumenta la confiabilidad y la validez de la medición, en las pruebas implementadas:

#### Análisis del diagnóstico inicial

La prueba de terreno se realizó con y sin el conocimiento del lateral donde se llevará a cabo la medición, también realizando golpes del balón.

Con conocimiento del lateral donde se llevará a cabo la medición: el promedio por izquierda fue de 86, 2° y por la derecha 87, 5°

Sin conocimiento del lateral donde se llevará a cabo la medición: el promedio por la izquierda fue de 85° y por la derecha 86°

Golpes del balón: el promedio por la izquierda fue de 78, 9° y por la derecha 84, 2°.

Plan de Acción: conjunto de 21 acciones, entre las que se encuentran: charlas con los jugadores, referencias visuales por los laterales, estímulos cromáticos. Se muestran además los contenidos de cada uno de las acciones abarcan el nombre, el objetivo, la descripción de su desarrollo, el terreno en el cual se lleva a cabo y los materiales necesarios para su ejecución.

El Plan de Acción abarca:

Charlas con los jugadores (4), en la misma se contemplan acciones que se nombran: las características de la visión periférica, importancia de la percepción periférica lateral en el Fútbol, rol del color del uniforme deportivo en la percepción periférica lateral, análisis de los resultados de las pruebas de terreno, el objetivo es familiarizar a los deportistas con la percepción periférica lateral, la frecuencia es 5 veces por semana en el terreno “Pista Pepe Suárez” y se utilizarán láminas, vídeos y fotos.

Acciones con referencias visuales por los laterales (10), en la misma se contemplan acciones que se nombran: pases de balón con vista fija al frente, pases sorpresivos, ejercicios con balón o pelotas dificultando la acción, pases en ángulos hacia los laterales, pases laterales, pases con la mirada al frente, pases en trenzas, recepción el balón, piensa rápido, el medio, el objetivo es desarrollar la percepción periférica lateral, la frecuencia es 3 veces por semana en el terreno “Pista Pepe Suárez” y se utilizarán balones de fútbol.

Estímulos cromáticos (7), en la misma se contemplan acciones que se nombran: ejercicios de cambio de dirección con estímulos visuales, ¿qué estarán haciendo mis compañeros?, mira quién está atrás, identifica el color, evita el obstáculo, hasta la línea de meta, el rival no puede quitar el balón, el objetivo es desarrollar la percepción periférica lateral, la frecuencia es 2 veces por semana en el terreno “Pista Pepe Suárez” y se utilizarán balones de fútbol.

#### Resultados finales

Con conocimiento del lateral donde se llevará a cabo la medición: el promedio por izquierda fue de 95, 4° y por la derecha 90, 9°

Sin conocimiento del lateral donde se llevará a cabo la medición: el promedio por la izquierda fue de 90° y por la derecha 90°

Golpeos del balón: el promedio por la izquierda fue de 90, 8° y por la derecha 87, 1°.

### Análisis de los resultados finales

Los sujetos mejoraron en los promedios de todas las mediciones realizadas, lo que evidencia, que, al llevar a cabo el Plan de Acción, los resultados fueron satisfactorios, lo que trae consigo que el equipo haya mejorado en la percepción periférica lateral y esto podrá emplearlo en el terreno de juego y así sacar ventaja a los adversarios con una mejor lectura de todo lo que sucede en el partido.

### Conclusiones

Se logra elaborar un Plan de Acción para el desarrollo de la percepción periférica lateral en futbolistas del equipo 14 -15 años de Cárdenas que incluye 21 acciones, entre las que se encuentran: charlas con los jugadores, referencias visuales por los laterales, estímulos cromáticos, así como, los contenidos de cada uno de las acciones abarcan el nombre, el objetivo, la descripción de su desarrollo, el terreno en el cual se lleva a cabo y los materiales necesarios para su ejecución. Se obtienen resultados satisfactorios en la aplicación del mismo, donde los deportistas mejoraron considerablemente los problemas detectados inicialmente para así mejorar esta habilidad de vital importancia en el fútbol y así aplicarla positivamente en el transcurso del juego y tener ventaja sobre los rivales.

### Bibliografía

Martínez, M. R., Cañizares, M., Péres, A. M., González, J., Betancourt, J. R. (2023). Percepción de distancia central y periférica, en atletas del equipo nacional de tenis de mesa. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte Manuel Fajardo, La Habana, Cuba. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física, versión On-line ISSN 1996-2452, Rev Podium vol.18 no.2 Pinar del Río mayo -ago. 2023 Epub 14-Ago-2023.

Enseñat Ferrás, Y. (2020). Tesis de diploma en opción al título de Licenciado en Cultura Física. Estudio de la calidad de la percepción periférica lateral y su repercusión en acciones de juegos de los futbolistas de la categoría 12-13 de Cárdenas.

Martínez, R. (2020). El desarrollo de la percepción en el tenis. Coaching and Sports. Science Review, 28 (80), pp. 17-20. <https://www.researchgate.net/publication/341271082>.

Pérez, M. L., y Fleitas, I. (2020). Las percepciones especializadas en la iniciación deportiva de Gimnasia Rítmica: juegos para su entrenamiento. Revista OLIMPIA, 17. <https://revistas.udg.co.cu/index.php/olimpia/article/view/1849>.

Sáez-Gallego, N. M., Vila, S., Abellán, J., y Contreras, O. R. (2018). El entrenamiento perceptivo de bloqueadoras juveniles de voleibol. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. DOI: <https://doi.org/10.15366/rimcafd2018.69.009>.

Sainz de la Torre, N. (2017). Tema de Psicología para entrenadores deportivos. Material de estudio de la asignatura Psicología de la Actividad Física, Carrera Licenciatura en Cultura Física-Universidad de Matanzas.

Sainz de la Torre, N. (2022). Deficiencias del diagnóstico psicológico en el Deporte. Conferencia Magistral en el II Simposio de Actividad Física, Deporte y Desarrollo humano del II Evento Científico Internacional Universidad-Sociedad 2022.

Sainz de la Torre, N y Enseñat Ferrás, Y. (2022). Estudio de la amplitud de la Percepción Periférica Lateral en futbolistas escolares de Cárdenas. Ponencia en Fórum Provincial de Ciencia-Técnica INDER Matanzas.

Santillán, J., y Barrazall, J. (2020). Estimación de la percepción de distancia durante la locomoción. Psicología en Pesquisa, 14(3). <http://dx.doi.org/10.34019/1982-1247.2020.v14.30415>.

Sovero, J. G. (2017). Psicología de la percepción y la atención. Universidad a Distancia de Madrid. UDIMA. <https://www.udima.es/es/psicologia-percepcion-atencion.html>.