

**CARACTERIZACIÓN DEL PROCESO DE PREPARACIÓN DE LAS
LANZADORAS BÉISBOL FEMENINO**

**CHARACTERIZATION OF THE PROCESS OF THE PITCHERS' OF THE
FEMININE BASEBALL PREPARATION**

Autores: M Sc. Yannara Quintero Batista

CI: 80121624474

Centro: Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo”, La Habana, Cuba.

Licenciada en Educación especialidad Biología, Máster en Didáctica de las Ciencias Naturales, Profesora Asistente

Email yannaraquinterobatista@gmail.com Móvil: 53438873

ORCID: 0000-0001-5930-5640

MSc. Lianet Lurdes Setién Boronat

Centro: Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo”, La Habana, Cuba.

Licenciada en Educación especialidad Química, Máster en Ciencias de la Educación, Profesora Auxiliar

CI: 74040216393

Email: lianet7304@gmail.com Móvil:53468770

ORCID: 000-0003-3103-306X

MSc. Arelis Lucy Armas Fernández

Centro: Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo”, La Habana, Cuba.

Licenciada en Educación especialidad Informática, Máster en Ciencias en Entrenamiento Deportivo, Profesora Instructora

CI: 66010704878

Resumen

El béisbol femenino ha alcanzado grandes logros a nivel mundial. La presente investigación está relacionada con el análisis del proceso de preparación de las lanzadoras del Béisbol Femenino, donde no existe total exactitud del aporte de los segmentos corporales en los lanzamientos, así como un limitado conocimiento teórico sobre las pruebas morfobiomecánicas que pueden ser aplicables para contribuir al perfeccionamiento o a la optimización del proceso de preparación. Ante estas deficiencias encontradas se definió como objetivo: caracterizar el proceso de preparación de las lanzadoras del Béisbol Femenino. El estudio de diferentes referentes teóricos permitió abordar la temática desde diversos puntos de vista. La utilización de los métodos científicos del nivel teórico (análisis-síntesis, inducción-deducción y el histórico-lógico), métodos del nivel empírico (la observación, encuesta y entrevista) y los matemáticos-estadísticos, permitió conocer el estado inicial del proceso de preparación de las lanzadoras para contribuir a su perfeccionamiento. Este análisis permitió reafirmar la importancia del aprovechamiento de las potencialidades físicas en el proceso de preparación de las lanzadoras de Béisbol Femenino, constituyendo un diagnóstico para una futura propuesta que aporte herramientas pedagógicas a los entrenadores para intensificar la preparación de los segmentos corporales durante el lanzamiento y contribuya a la selección de talentos para la reserva deportiva cubana.

Palabras clave: preparación, pruebas morfobiomecánicas, segmentos corporales

Abstract

The feminine baseball has reached big achievements at world level. The present investigation is related with the analysis of the process of the pitchers' of the Feminine Baseball preparation, where total accuracy of the contribution of the corporal segments doesn't exist in the launchings, as well as a limited theoretical knowledge on the tests morph biomechanical that can be applicable to contribute to the improvement or the optimization of the preparation process. Before these opposing deficiencies he/she was defined as objective: to characterize the process of the pitchers' of the Feminine Baseball preparation. The study of different relating theoretical it allowed to approach the thematic one from diverse points of view. The use of the scientific methods of the theoretical level (analysis-synthesis, induction-deduction and the historical-logical one), methods of the empiric level (the observation, interviews and he/she interviews) and the mathematical-statistical ones, he/she allowed to know the initial state of the process of the pitchers' preparation to contribute to its improvement. This analysis allowed to reaffirm the importance of the use of the physical potentialities in the process of the pitchers' of Feminine Baseball preparation, constituting a diagnosis for a future proposal that it contributes pedagogic tools to the trainers to intensify the preparation of the corporal segments during the launching and contribute to the selection of talents for the Cuban sport reservation.

Keywords: preparation, morph biomechanical tests, body segments.

Métodos, materiales y resultados

El Béisbol es una modalidad que se incorpora en el sistema deportivo en naciones de todos los continentes, a partir de sus propias particularidades y estructura, con la que se ha logrado atraer por una parte a grandes multitudes y a la comunidad científica con el objetivo de investigar diversos temas. En Cuba, esta disciplina considerada deporte nacional, amparada con el prestigio alcanzado

por los resultados en los más importantes eventos internacionales, goza de gran popularidad en ambos sexos y desde las edades tempranas, existiendo mecanismos organizativos y estratégicos para garantizar su práctica masiva a lo largo de todo el territorio nacional.

El Béisbol femenino por su parte, ha ganado terreno a nivel mundial y Cuba no está exenta de estos logros. Los campeonatos femeninos organizados, tienen inicios en el 2003 cuando fue oficializado por la FIBA que esta disciplina deportiva estaba incluida para el Campeonato Mundial.

Para obtener los resultados exhibidos actualmente en este deporte ha sido decisivo la utilización de los avances científico-técnico que se han experimentado a nivel mundial. Perdomo (2010), refiere que a menudo el control de la preparación técnica de los deportistas implica una gran movilización de recursos con el empleo de instalaciones de medición y de grandes recursos materiales, que en ocasiones se carece de ellos.

Cada día se destinan una mayor cantidad de recursos y esfuerzos para obtener métodos y técnicas que posibiliten la obtención de mayores y mejores resultados deportivos. Estos se apoyan fundamentalmente en la adecuada preparación técnica de los deportistas y la certera selección de los talentos deportivos.

Según plantea Fernández, L. (2008), un sistema de selección correctamente avalado permite que en una población determinada se seleccionen los mejores talentos, lo cual deviene no sólo en mayores resultados sino también en una óptima utilización de los recursos materiales, económicos, técnicos y también humanos.

Diversos autores han abordado la selección deportiva: Volkov y Filin (1989); Peña (2007), Mukama (2009) y Mina (2013). La mayoría de ellos hacen una amplia valoración de cómo debe desarrollarse el proceso de selección deportiva, y brindan su conceptualización sobre la misma, describiéndola como un sistema de medidas organizativo-metodológicas, que incluyen métodos pedagógicos, psicológicos, sociológicos y médicos-biológicos, de investigación, mediante los cuales se detectan las capacidades de los niños, los adolescentes y jóvenes para especializarse en una determinada modalidad deportiva, o en un grupo de modalidades. Los autores del artículo coinciden con las opiniones de los autores antes mencionados.

Todas las jugadas del Béisbol comienzan a partir de las labores del lanzador. Es por eso que se preste una gran atención a esta posición dentro de un juego, de ahí que la preparación que estos reciben es de vital importancia e influye directamente en los resultados competitivos de cada deportista y del equipo.

El lanzador en un juego de Béisbol representa el 60-70 por ciento del potencial defensivo del equipo, porque es quien se enfrenta directamente a la ofensiva contraria y le puede limitar al mínimo sus posibilidades. Sin duda alguna es el lanzador quien tiene las tareas más difíciles en el juego; no solamente por el desgaste de energía que requiere sino porque tiene que estar siempre alerta a toda jugada ofensiva y defensiva, es por ello que de su trabajo dependerá en gran medida el éxito o fracaso de su conjunto.

Ealo (1985), plantea que una buena constitución física, fortaleza muscular y reserva de energías son cualidades esenciales para todo buen lanzador, la estatura, el peso, la longitud de los brazos y manos, para obtener un mejor agarre de la pelota, son condiciones adicionales que lo favorecen.

La acción coordinada de todos los segmentos corporales contribuye eficazmente a lograr mayor eficiencia en los lanzamientos y por tanto mayor control de la mecánica de los movimientos. León (2018), plantea que existen factores que llevan al logro de la eficiencia del movimiento armónicamente estructurado, en los que se señalan los factores físico-fisiológicos y los factores psicológicos, en estrecha relación con ellos, los controles biofuncionales y su importancia para lograr la armonía del movimiento sobre la base de la coordinación.

El picheo en el Béisbol trae consigo gran estrés en la extremidad superior. Particularmente los grandes esfuerzos que generan los lanzamientos implican una alta exigencia en la zona del hombro del lanzador. Un movimiento efectivo, con un propósito bien definido, involucra considerable actividad muscular. El músculo que causa el movimiento debe tener una base estable. Esto significa que el hueso, o huesos, no comprometidos en el movimiento; pero que proporcionan inserción a uno de los extremos de estos músculos, debe ser estabilizado por otros músculos como los Trapecios, Deltoides, Pectoral Mayor, Bíceps Braquial, Tríceps Braquial y Dorsal Ancho. Aspectos sobre la morfofuncionalidad de los componentes del SOMA son de vital importancia para lograr mayor efectividad en los lanzamientos, conocer las cadenas musculares involucradas y los músculos que la integran, posibilitan la determinación de métodos y medios para el desarrollo de la fuerza en los atletas y el perfeccionamiento de la técnica deportiva.

La implicación de los segmentos corporales en los lanzamientos es indudablemente importante; sin embargo, en el análisis de variadas literaturas (Hernández, 1987; Santoja, 1992; Weineck, 1997 y León, 2018), entre otros, se refieren a la importancia de los aspectos del SOMA en los movimientos deportivos, sin embargo, no se evidencia la normación acerca del aporte de cada segmento corporal a los lanzamientos.

Antecedentes de la investigación

Diferentes autores han investigado sobre los lanzamientos, entre ellos: Cumbreira, (2014) y Pérez (2016), se refirieron a la fuerza de los lanzadores; Abreu (2016), dedicó su estudio a la selección del lanzador cerrador. Por su parte Zamora (2016), estudió la organización de los contenidos de enseñanza de los lanzamientos. Todos los autores mencionados tomaron como referencias el Béisbol Masculino, no reportándose estudios en el Béisbol Femenino internacional y cubano que puedan servir de referencia para los autores de esta investigación.

Desde la ciencia se ha evidenciado diferencias entre el Béisbol Masculino y Femenino. Entre ellas, la más significativa, es que ambos deportes presentan desigualdad de condiciones, siendo favorables para el Béisbol Masculino, ya que en el Béisbol Femenino cubano se evidencia que:

- Los deportistas no se concentran durante todo el año, y entrenan por varios meso ciclos en sus respectivas provincias de procedencia.
- Los campeonatos nacionales no se realizan sistemáticamente.
- El béisbol femenino se rige por las mismas reglas del masculino, sin embargo, las atletas tienen diferentes características.

Como resultado de la observación al proceso de preparación y de la aplicación de entrevistas a los entrenadores, se pudo apreciar que existe una contradicción entre el trabajo efectivo de los entrenadores de Béisbol y el limitado conocimiento que se tiene sobre el aporte de las condiciones somatotípicas de los atletas, particularmente las lanzadoras.

Por otra parte, en la revisión de los documentos relacionados con las Demandas Tecnológicas y con el sistema de preparación del béisbol femenino, se detectaron dificultades que todavía no se han podido resolver, entre las que podemos mencionar por su importancia:

1. Ausencia de acciones para mejorar el nivel de la preparación técnica durante la mecánica de los lanzamientos.
 - Insuficientes acciones que ayuden a disminuir el descontrol durante los diferentes lanzamientos.
 - No se definen acciones en los Programas de Preparación Integral del Deportista de los ciclos olímpicos 2012-2016 y 2016-2020 que contribuyan a resolver las dificultades antes mencionadas.

Ante las deficiencias planteadas y luego de constatar que los resultados científicos hallados no se ajustan a la problemática identificada se definió que el problema de investigación debía abordar las características que presenta el proceso de preparación de las lanzadoras del Béisbol Femenino y

para darle solución se propuso como objetivo: Caracterizar el proceso de preparación de las lanzadoras del Béisbol Femenino.

Se emplearon métodos de nivel teórico: análisis-síntesis, inducción-deducción, así como el histórico-lógico. Métodos de nivel empírico como: la observación (realizada al proceso de preparación de las lanzadoras tanto técnica como física), la encuesta se realizó a los entrenadores y entrevista (a directivos) para conocer la aplicación de técnicas o pruebas que permitan medir el aporte de cada segmento al lanzamiento, así como métodos matemático-estadísticos para procesar cuantitativamente los datos obtenidos mediante los instrumentos de los métodos del nivel empírico, permitiendo conocer el estado inicial del proceso de preparación de las lanzadoras de Béisbol Femenino. La población estuvo constituida por 5 Lanzadoras del equipo de Béisbol Femenino, 3 Entrenadores y Directivos. Se seleccionó como muestra la totalidad de la población.

Discusión de resultados

Como resultado de los métodos aplicados se pudo determinar que en el proceso de preparación de las lanzadoras del Béisbol Femenino no se logra un efectivo trabajo en la preparación física y técnica que contribuya a elevar el desempeño de las mismas en los juegos de preparación y de competencias. No se conoce al máximo el aporte de los segmentos corporales que intervienen en el lanzamiento, existiendo un limitado conocimiento teórico, por parte de los entrenadores, de las características morfológicas de las atletas y su influencia en el resultado deportivo. No se aplican pruebas morfológicas para medir el aporte de los segmentos corporales implicados y se desconoce las pruebas de este tipo que pueden aplicarse.

Los análisis realizados permiten reafirmar la importancia que tiene el proceso de preparación de las lanzadoras de Béisbol Femenino para poder transformar exitosamente los resultados a obtener, dado por el máximo aprovechamiento de las potencialidades físicas, mediante el movimiento coordinado de los segmentos corporales durante la ejecución de los lanzamientos.

Desde el punto de vista pedagógico, estos estudios pueden aportar a los entrenadores, elementos teóricos y prácticos que apoyen y fundamenten los criterios para la selección de talentos para la formación de la reserva deportiva cubana. El conocimiento del aporte de manera individualizada, de cada segmento corporal, permitirá planificar intencionadamente, un sistema de ejercicios de fortalecimiento de los mismos, que les permitan a las lanzadoras tener mayor dominio de los lanzamientos, pudiendo lograr mayor control en ellos, y por tanto, lograr mejores resultados.

El Béisbol Femenino en Cuba está carente de estudios, sobre todo de las Ciencias Aplicadas, que contribuyan al mejoramiento de los resultados alcanzados a nivel internacional y esta caracterización

puede ser empleada como diagnóstico, que promueva investigaciones futuras desde esta área de la ciencia.

Conclusiones

La valoración de los referentes teóricos y metodológicos consultados confirma la importancia que reviste la necesidad de continuar investigando el proceso de preparación de las lanzadoras del Béisbol Femenino. En la caracterización del proceso de preparación de las lanzadoras del Béisbol Femenino quedó evidenciado, por los resultados de los métodos empleados, que existe limitado conocimiento del aporte de los segmentos corporales para la acción técnica, así como, sobre las pruebas morfológicas a aplicar que permita medir cuantitativamente este aporte. Investigaciones de este tipo, pueden ser utilizadas en la proyección del trabajo pedagógico de los entrenadores, en función de preparar a las lanzadoras físicamente y como apoyo en la selección de talentos.

Referencias Bibliográficas

- Abreu, R. A. (2016). *Metodología para la selección del lanzador cerrador en la conformación de equipos de Béisbol de alto rendimiento*. Tesis de Doctorado. Camagüey, Cuba: Universidad de Camagüey.
- Cumbrera, D. (2014). *Metodología para el entrenamiento de la fuerza explosiva en los lanzadores de Béisbol*. de Doctorado. Granma, Cuba: Universidad de Granma.
- Ealo de la Herrán, J. (1985). *Béisbol*. Ciudad de La Habana, Cuba: Editorial Pueblo y Educación.
- Fernández, L. (2008). *La selección de talentos deportivos. Un problema pedagógico*. Recuperado de: www.monografias.com. [Consultado en Enero de 2014.]
- Hernández, R. (1987). *Morfología Funcional Deportiva*. Ciudad de La Habana, Cuba: Editorial Científico Técnica.
- León, S. (2018). *Temas de Morfología funcional y Biomecánica Deportiva*. Ciudad de La Habana, Cuba: Editorial Deportes.
- Mariño, O. (2011). *Visión del Deporte en Cuba. Siglo XVIII y mitad del siglo XX*. Ciudad de La Habana, Cuba: Editorial Deportes.
- Martín, S. E. y Dele, P. (2009) *Metodología para la preparación técnico-táctica con acento en las acciones de grupo en equipos de Béisbol de alto nivel. Etapas de la preparación*.

EFDeportes.com. Revista Digital-Buenos Aires N°137. Disponible en <http://www.efdeportes.com/>. (Consultado en marzo del 2011).

Mendoza, F., Nicholas, J. and Rubinstein, M. (1987). The arthroscopic treatment of subacromial impingement. *Clinics in sports medicine*. 1987, 6(3), pp. 573-9.

Mina, J. (2013). *Consideraciones acerca del comportamiento en el tránsito por el atletismo de practicantes en edades entre 16 y 24 años en la provincia de Pastaza*. Ecuador. Recuperado de: <http://www.efdeportes.com/>. [Consultado el 6 de septiembre del 2014].

Monteagudo, J. (2018). Conferencias sobre la preparación del deportista. Maestría TMED de Alta Competencia. UCCFD "Manuel Fajardo y en el IMD. Habana. Cuba.

Mukana. R. (2009). *Propuesta de normativas antropométricas y físicas generales para la selección de talentos deportivos en niños de 10- 11 años en Busowa Uganda*. Tesis de diploma. Ciudad de La Habana, Cuba: EIEFD.

Pérez, E. (2016). Metodología para el entrenamiento de la fuerza en el Béisbol de Alto Rendimiento en la provincia de Las Tunas. Tesis de Doctorado. Las Tunas, Cuba: Universidad de Las Tunas.

Peña, T. (2007). *Estudio cine antropométrico para la selección de talentos de atletismo velocidad en la república bolivariana de Venezuela*. Tesis de Doctorado. Ciudad de La Habana, Cuba: S/e.

Perdomo, E. (2010). *Apuntes metodológicos para el estudio de casos en Biomecánica*. Ciudad de La Habana, Cuba: UCCFD.

Santoja, M. (1992). *Anatomía, Fisiología y Kinesiología para deportistas*. Madrid, España: Editorial Megafitness.

Volkov, V. y Filin, V. (1989). *Selección Deportiva*. Cuba: Editorial Pueblo y Educación.

Weineck, J. (1997). *La anatomía deportiva*. 2da edición. Barcelona, España: Editorial Paidotribo.

Zamora, H. R. (2016). *Estrategia metodológica de organización de los contenidos de Enseñanza de los lanzamientos para la preparación sostenible de Jóvenes lanzadores de béisbol*. Tesis de Doctorado. Camagüey, Cuba: universidad de Camagüey.