

## ESTRATEGIA PARA MEJORAR EL PROSESO DE CORRECCIÓN DE ERRORES TÉCNICOS

### EN EL ENTRENAMIENTO DE VOLEIBOLISTAS

#### Introducción

Aunque se tiene conocimiento de que juegos similares al Voleibol fueran jugados hace cientos de años en centro y Latinoamérica, y posiblemente en el Sudeste Asiático, se considera que el origen de este deporte está situado en el año 1895 en la ciudad estadounidense de Holyoke, en el estado de Massachusetts, siendo su creador el profesor **William G. Morgan**, el cual lo ideó como una forma de actividad recreativa para hombres de negocios de cierta edad que no podían practicar deportes de mucha dinámica y contacto físico como el Baloncesto y el Rugby. Originalmente llamado **Mintonette**, en 1896 a sugerencia del Dr. Halstead de Springfield, Massachusetts, se le pasó a denominar Voleibol, ya que la idea básica del juego era volear el balón por encima de la net (red). Rápidamente se convirtió en un juego muy popular en E.U., pudiéndose practicar bajo techo y al aire libre, en los parques, playas y campamentos de verano.

En Cuba, el deporte ha sido y será una actividad priorizada por el Estado, lo cual se ha puesto de manifiesto en los logros alcanzados. Es muy difícil que existan dudas en el mundo de las potencialidades del deporte revolucionario cubano y la gran cadena de éxitos alcanzados por nuestros atletas en el ámbito mundial siendo el indicador más real de lo que puede lograr un país a partir de la formación integral de sus niños y jóvenes.

Hoy en día, la moderna concepción científica del proceso de entrenamiento ha provocado un espectacular avance en el nivel de los resultados deportivos, esto significa que el equipo que mejor aprenda y aplique en el juego, la técnica será entre otros aspectos el que en mejores condiciones estará de alcanzar la victoria.

Al fin y al cabo, el entrenamiento de la técnica trata de la formación de mecanismos motrices que se pueden aplicar para la resolución óptima de las tareas de la competencia.

Por todo esto, se plantea que uno de los roles fundamentales del entrenador debe ser fomentar y continuar el desarrollo técnico de sus atletas. Se hace evidente que la perfección buscada en estos gestos es un largo proceso, requiriendo de un gran número de repeticiones correctas, realizadas bajo condiciones creadas por el entrenador.

Además, si observamos que las actuales exigencias del juego moderno y los cambios ocurridos en la reglamentación referida fundamentalmente el sistema de juego RALLY POINT, se puede deducir que ocurrirán cambios importantes en el proceso de planificación y organización del entrenamiento, dándole una importancia mayor al entrenamiento de la técnica, ya que se requiere formar atletas integrales que dominen lo más perfectamente posible los diferentes fundamentos del juego y sus variantes. Refiriéndose a esto el Presidente de la Federación Cubana de Voleibol **Leonel Marshall**, planteó en una entrevista realizada en febrero de 1999

"El camino del Voleibol Moderno es cometer la menor cantidad de errores posibles para que no existan fallas que puedan provocar la victoria del contrario, estará sobre la cancha el que tenga menos deficiencias técnicas"

El entrenador como principal responsable en el proceso de corrección de errores debe realizar una preparación profunda y consciente que le permita contar con un arsenal de conocimientos y habilidades para desarrollar esta actividad fundamental en el voleibol moderno con la mayor eficiencia posible.

#### **Materiales y métodos**

Para la realización de este trabajo se utilizaron los siguientes métodos de investigación: Observación, Encuesta y Entrevista.

Se tomó de una población de 44 atletas y 6 entrenadores de voleibol de la EIDE provincial el 100 % de los mismos.

1. **La Observación**

Fue realizada para poder valorar la labor de los entrenadores durante el proceso de corrección de errores.

2. **La Encuesta**

Fue aplicada para conocer el criterio que poseen los atletas en relación al trabajo que realizan los entrenadores durante el proceso de corrección de errores.

3. **La Entrevista**

Se le aplicó a los entrenadores con el objetivo de conocer el nivel de los conocimientos que poseen acerca del proceso de corrección de errores.

Con el objetivo de lograr un mínimo de error. Los datos se analizaron según el procesador estadístico Excel para Windows.

### **Resultados y discusión**

Después de hacer una valoración de cada uno de los instrumentos de investigación donde se precisó, en sentido general en las dificultades que aún existen en los entrenadores a la hora de realizar la corrección de errores, por cuanto se hace necesario direccionar dicho trabajo hacia el planteamiento de la estrategia propuesta, la que servirá como herramienta de trabajo a estos entrenadores.

### **Fundamentación de la estrategia**

En la misma se interrelacionan los factores que a nuestro criterio influyen en el proceso de corrección de errores, debiendo propiciar con ello cambios que posibiliten mejorar y perfeccionar el mismo.

Se deberá aplicar de forma sistemática e integral en todas las sesiones de entrenamiento, de forma individual, teniendo en cuenta las características individuales de cada atleta.

Para esto se hace necesario una preparación consciente de los entrenadores en cuanto al dominio de los aspectos teóricos y la disposición de aplicarla.

La estrategia ha sido diseñada para que pueda emplearse indistintamente con cada atleta de acuerdo a sus dificultades presentadas con cada técnica particular o movimiento específico y será utilizada tanto antes del entrenamiento durante el entrenamiento y después del entrenamiento, manifestándose en un proceso bilateral donde la mayor responsabilidad es del entrenador el cual deberá influir en sus atletas para que sean capaces de no cometer errores técnicos en la ejecución de las habilidades que exige el deporte.

### **Objetivos de la estrategia**

1. Contribuir al mejoramiento de la calidad del proceso de corrección de errores en el entrenamiento de la técnica.
2. Acelerar el proceso de enseñanza aprendizaje de las técnicas del deporte.
3. Impedir que no se fijen los errores o erradicarlos lo más pronto posible.

Descripción de la estrategia

1. **Preparación del entrenador para conocer la técnica**

**Objetivo**

Profundizar los conocimientos que permitan dominar la realización correcta de los diferentes fundamentos técnicos.

**Tareas**

- o Conocer la técnica ideal o técnica meta.
- o Conocer las características dinámicas y cinemáticas de los movimientos.
- o Estudiar la descripción de los movimientos en sus principales fases.
- o Estudiar la descripción de los movimientos basado en el análisis anatómico funcional y biomecánico.

2. **Entrenar la observación del entrenador**

**Objetivo**

Contribuir a mejorar las habilidades de observación del entrenador.

**Tareas**

- o Observar la realización de técnicas correctas e incorrectas.
- o Observar y estudiar las técnicas en videos, fotos, láminas.
- o Aumentar el número y diversidad de observaciones.
- o Ejercitar sistemáticamente las diferentes técnicas.
- o Observar la ejecución técnica de diferentes equipos.

3. **Conocer las causas de los errores**

**Objetivo**

Determinar las causas por las que sus atletas cometen errores.

**Tareas**

- o Clasificar las causas por la que pueden aparecer errores.
- o Detectar individualmente las causas que provocan la ejecución errada de la técnica.

4. **Clasificación de los errores**

**Objetivo**

Realizar la clasificación de los errores según su tipología en cada una de las técnicas.

**Tareas**

- o Clasificar según su tipología los errores que se pueden cometer en la ejecución de cada una de las técnicas.
- o Jerarquizar cuales son los errores que primero se tienen que corregir y cuales después.

5. **Conocer las características individuales de los atletas**

**Objetivo**

Determinar las características individuales que poseen sus atletas.

**Tareas**

- o Conocer la edad y el sexo.
- o Nivel de desarrollo de las capacidades condicionales y coordinativas.
- o Conocer en la fase del hábito motor en que se encuentran.
- o Años de entrenamiento que tienen.
- o Nivel de conocimiento teórico que presentan.
- o Experiencia motriz.
- o Características psicológicas individuales.

6. **Creación de la imagen correcta del movimiento**

**Objetivo**

Crear una correcta imagen del movimiento en los atletas.

**Tareas**

- o Al inicio dar las informaciones e instrucciones que sean imprescindibles para la solución de la tarea motriz (puntos esenciales).
- o Explicar y demostrar las técnicas enfatizando en puntos esenciales.
- o Vincular al atleta a la ejecución tan pronto como halla entendido la información.
- o Exigir la descripción de la técnica en forma hablada y escrita por parte del atleta.
- o Exigir la descripción de atleta de sus propios movimientos.
- o Dar la tarea de observar y evaluar la ejecución técnica de sus compañeros.
- o Hacer dibujar fases o movimientos específicos.
- o Orientar el entrenamiento ideomotor.
- o Orientar automandatos.

7. **Características de la información o feedback**

**Objetivo**

Definir las características que deben cumplir las informaciones o instrucciones que se le brindan al atleta.

**Tareas**

- o Dar correcciones preventivas.

- o Utilizar las correcciones en los tres momentos:
  - § Durante la ejecución del movimiento.
  - § Después de terminada la ejecución del movimiento.
  - § Finalizado el entrenamiento.
- o Respetar el tiempo establecido para el pre intervalo y el post intervalo.
- o Utilizar pocas palabras en la corrección.
- o Seleccionar las palabras a utilizar en la corrección según el nivel de los atletas.
- o Establecer un orden lógico en la corrección de los movimientos según su importancia.
- o Brindar exclusivamente las informaciones que le sean útiles al atleta.
- o Utilizar la frecuencia absoluta y parcial, enfatizando en la utilización de la parcial.
- o Al inicio la frecuencia en la corrección debe ser alta y disminuir según el grado de dominio de los atletas.

8. **Utilización de métodos para la corrección**

**Objetivo**

Aplicar diferentes métodos durante el proceso de corrección de errores.

**Tareas**

- o Combinar la utilización de varios métodos, (visuales, verbales, prácticos).
- o Priorizar al inicio la utilización de métodos visuales.
- o Realizar las ejecuciones completas del movimiento en la misma sesión de entrenamiento.

9. **Utilización de medios para la corrección**

**Objetivo**

Seleccionar los medios que se emplean en la corrección de errores.

**Tareas**

- o Utilizar variabilidad de medios.
- o Escoger los medios según la causa y el tipo de error.

## Conclusiones

Después de haber desarrollado la presente investigación arribamos a las siguientes conclusiones:

1. **Se determinó que los entrenadores presentan dificultades en el dominio de los conocimientos los cuales limitan la realización más eficaz del proceso de corrección de errores.**
2. **Se constató que existen deficiencias en la labor que ejercen los entrenadores durante el proceso de corrección de errores.**
3. **Según las valoraciones realizadas se elaboró una estrategia que permitirá mejorar el trabajo de los entrenadores en el proceso de corrección de errores técnicos durante el entrenamiento.**

## Bibliografía

- Barachowski, A. y otros. Guía de Voleibol de la A. E. A. B. EE.UU. Editorial Paidotribo, 1995. - 468 p.
- Drauchke, K. Krager, C. Schulz, A y Utz, M. El Entrenador de Voleibol. Barcelona. Editorial Paidotribo. - 180 p.
- FIVB. Coaches Manual 1. Lausana. Suiza. 1988.
- García Manso J. M. y otros. Bases Teóricas del Entrenamiento Deportivo. principios y aplicaciones. Editorial Gymnos, 1996. 518 p.
- Gil, José. Entrenamiento Mental para Deportistas y Entrenadores Elites. Valencia. Editorial Grafison, 1991. - 108 p.
- Grosser, M. Neumaier, A. Técnicas de Entrenamiento. México. Editorial Ediciones Roca, S. A. - 162 p.
- Hernández, Cotter, L. Voleibol. Comité Olímpico Español. - España, 1992. - 340 p.
- Kukla, Darlene. Observation Skill. Magazine The Coach. July, 1997. pp. 24-27.
- Madella, a. y otros. Metodología Dell' Insegnamento Sportivo. Roma : Divisione Attività Didattica della Scuola dello Sport, 1997. 139 p.
- Martínez Novo, Marcos. Sobre Métodos de Corrección de Errores. 1989. (Conferencia Mimiografiada).
- Murphy, Peter; Ralph Hippolyte y Bertand Theraulaz. My Communication is the Answer I Get Back! Magazine The Coach. July, 1998. - p 8-13.
- Olivera, González, Martha. Estudio del Establecimiento de Metas y su Repercución en la Esfera Sociopsicológica. Tesis de Maestría. Diciembre, 1998.
- Saíinz de la Torre, Norma. Resumen investigativo en Material Docente de Curso de Maestría Ciencias y Juegos Deportivos. 1996.
- Saíinz de la Torre, Norma. Variables de la Corrección del Error. CEMA, 1987.

· San Martín, M. Iniciación al Voleibol. España. Editorial CEPIP, 1990. 255 p.

Solé, Joan, Planificación del Entrenamiento Técnico en la Natación Competitiva. Apunts Educación Física y Deportes. (Barcelona) no. 47, 1er. Trimestre, 1997