EduSol
Vol. 24. Número Especial
ISSN: 1729-8091
(https://edusol.cug.co.cu)

Procedimientos didácticos en la lucha libre
Didactic procedures in wrestling

Tomás Martínez Tabera
Inalvis Mengana Osorio
Universidad de Guantánamo. Cuba
ORCID: https://orcid.org/0009-0002-9546-8361
https://orcid.org/0000-0001-8204-8056
Correo electrónico(s):
martíneztaberatomas@gmail.com
inalvis@cug.co.cu

Recibido: 09 de julio de 2024
Revisado: 17 de septiembre de 2024
Aceptado: 09 de octubre de 2024

RESUMEN: El artículo tiene como propósito elaborar procedimientos didácticos para perfeccionar la táctica defensiva en los luchadores del estilo libre categoría 11-12 años, a partir de las exigencias tácticas de la lucha actual. Por tanto, constituye una propuesta dirigida a los entrenadores para lograr una adecuada enseñanza-aprendizaje táctica defensiva de los luchadores del estilo libre. Para tales propósitos se utilizaron métodos teóricos, empíricos, a partir de los cuales se revelaron insuficiencias en este proceso, donde se corrobora la efectividad de la aplicación de las situaciones tácticas, así como del incremento del rendimiento táctico individual, lo cual garantiza los resultados deportivos.
Palabras clave: Procedimientos tácticos; Enseñanza-aprendizaje; Didáctica

ABSTRACT: The purpose of the article is to elaborate didactic procedures to improve defensive tactics in freestyle wrestlers, category 11-12 years old, based on the tactical demands of current wrestling. Therefore, it constitutes a proposal addressed to coaches to achieve an adequate defensive tactical teaching-learning of freestyle wrestlers. For such purposes, theoretical and empirical methods were used, from which insufficiencies in this process were revealed, where the effectiveness of the application of tactical situations is corroborated, as well as the increase of individual tactical performance, which guarantees sports results.
Keywords: Tactical procedures; Teaching-learning; Didactics

Introducción

El proceso de enseñanza-aprendizaje de la táctica busca el logro de un comportamiento óptimo por parte del luchador del estilo libre en las competiciones, para lo cual debe valerse de todas sus capacidades y habilidades individuales. En cuanto a las habilidades tácticas, su objetivo es el mejoramiento del conocimiento táctico, al proporcionarles el análisis de un problema o situación posibilita la planificación de la solución, su ejecución y la evaluación de la efectividad de sus acciones, así como juzgar las consecuencias basadas en sus decisiones Fernández (2020).

Es importante connotar que, en la esfera de la Cultura Física los programas científico-técnicos se constituyen en un medio para la manifestación y el desarrollo de la personalidad, y un factor para

la solución de un gran número de problemas pedagógicos, deportivos y sociales González (2000). Sin embargo, el Programa integral de Preparación del Deportista en su concepción carece de los fundamentos teóricos, prácticos y metodológicos necesarios para el perfeccionamiento del proceso de enseñanza-aprendizaje de la táctica de los luchadores del estilo libre.

Por otro lado, al programa destinado para la categoría 11-12 años le faltan elementos ineludibles que se deben trabajar en la enseñanza de la táctica para su conducción en esas edades. En ese orden, es preciso dotar a los entrenadores y luchadores del estilo libre de conocimientos actualizados en relación con las profundas transformaciones crecientes que tienen lugar en este deporte y la manifestación de su desarrollo en los más diversos escenarios competitivos.

Asimismo, es insuficiente la preparación recibida en los contenidos de naturaleza técnico-tácticos, acorde a las exigencias que demanda este deporte en la actualidad. Aparejado a ello, se enfatiza la técnica por encima de la táctica, lo cual incide en el cumplimiento de los requerimientos exigidos, al ser la Lucha Libre un deporte de combate la táctica es fundamental para el éxito en las competiciones. Todos los argumentos antes mencionados avalan la necesidad de profundizar en este estudio e incursionar en la dinámica de la táctica de los luchadores del estilo libre categoría 11-12 años de la preselección de lucha del equipo Guantánamo.

Desarrollo

La Lucha Libre en los combinados deportivos está dirigida a la formación del futuro luchador competitivo, en el mismo se poner más énfasis en lo físico y técnico, que, en la formación general e integral del luchador, en los saberes básicos, habilidades y cualidades para formarse.

En los combinados deportivos, es importante en la planificación, orientación, ejecución y control de las acciones tácticas. El diseño de procedimientos didácticos posibilita que el entrenador tenga una herramienta que pueda utilizar durante el proceso de enseñanza-aprendizaje de la táctica defensiva.

Para la elaboración de los procedimientos didácticos se partió de la consulta a investigaciones que lo han abordado en Cuba. Entre los sistematizados se encuentran Zilberstein (2000) quién considera los procedimientos didácticos como complemento de los métodos de enseñanza, constituyen “herramientas didácticas” que le permiten al docente instrumentar el logro de los objetivos mediante la creación de actividades, a partir de las características del contenido que le permitan orientar y dirigir la actividad del alumno en la clase y el estudio.

Silvestre y Zilberstein (2002), los que unido al autor antes referido plantearon procedimientos didácticos desarrolladores que a juicio del investigador se pueden extrapolar al ámbito deportivo, los cuales se adscriben a los propósitos del presente artículo. Esos procedimientos son Aprender a preguntar, identificar, observar, describir, ejemplarizar y valorar.

En cuanto a Aprender a preguntar es quizás uno de los más importantes, porque introduce a los demás, dado que cuando se aprende a realizar preguntas polémicas, inteligentes y creativas, estas se pueden utilizar también en la identificación, observación, descripción, ejemplificación y valoración de cualquier objeto o fenómeno. Tiene entre sus ventajas, la implicación de los sujetos que intervienen, a la vez que los motiva y estimula en los procesos lógicos del pensamiento, su atención e independencia cognoscitiva, así como el desarrollo de sus modos de expresión.

Buscar e identificar características es trascendental, porque permite encontrar los rasgos esenciales, generales y particulares, lo cual permite conocer el objeto y compararlo con otro. Este procedimiento contribuye asimismo a la formación de valores. Es necesario connotar que la búsqueda de las características para la asimilación del concepto puede realizarse por vía inductiva o deductiva.

Respecto a Aprender a ejemplificar, este procedimiento implica también saber hacerlo en todos los órdenes de la vida cotidiana, o sea, ser capaz de aplicar los conocimientos a otros contextos; lo que por supuesto favorece la independencia cognoscitiva. Este igualmente, prepara para la defensa de puntos de vistas y criterios personales, lo cual conllevará al ejercicio de la crítica y a la asunción de posturas.

En cuanto a Aprender a valorar, se significa en uno de los procedimientos más complejos de los señalados anteriormente; ya que requiere de mayor madurez en el aprendizaje. Asumir un juicio de valor fortalece la asunción del criterio y puede ser un magnifico ejercicio para consolidar hábitos de convivencia grupal.

En este artículo se asumen los procedimientos didácticos antes reseñados, pero contextualizados al ámbito deportivo. Por ende, los procedimientos que se utilicen para el perfeccionamiento del proceso de enseñanza-aprendizaje de la táctica, no deben atender únicamente a lo externo del proceso (la organización de los entrenamientos o a la utilización de medios de enseñanza), sino que profundicen en lo interno.

Es decir, aquellos procedimientos que promuevan el análisis, la síntesis, la comparación, la abstracción, la generalización, la inducción, la deducción, la demostración, la búsqueda de causas y consecuencias, de las esencias, entre otros elementos importantes.

También, se tendrá en cuenta que conduzcan a un pensamiento cualitativamente superior y que permitan a su vez, no solo el desarrollo cognoscitivo, sino también de sentimientos, actitudes, valores, convicciones. De manera que favorezcan la formación de la personalidad de los luchadores acorde con la realidad y exigencias de la Lucha Libre en la actualidad.

Es necesario insistir que la aplicación exitosa de estos u otros procedimientos está en manos de la creatividad de cada entrenador, adecuándolos a las características de los luchadores del estilo libre. Partiendo de que determine el nivel de desarrollo en que se encuentran, de los objetivos que se propongan, del contenido de la táctica defensiva y, de las condiciones materiales con que se cuente.

Su aplicación nunca debe ser "esquemática" o aislada del contexto en el cual se despliega, por lo que se debe atender al contenido de la táctica. Es decir, no utilizar los procedimientos, por los procedimientos en sí, sino por su necesidad real en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

La presente investigación, propone procedimientos didácticos concebidos como herramientas que le permiten al entrenador orientar y dirigir la actividad de los luchadores del estilo libre para el perfeccionamiento del proceso de enseñanza-aprendizaje táctica defensiva. De modo tal que su influencia, propicie el desarrollo individual, estimulando el pensamiento lógico y teórico, así como la independencia cognitiva, motivándolos para la existencia de un clima favorable de aprendizaje táctico. Entre sus ventajas destacan: Estimulan la imaginación, provocando que surjan preguntas muy interesantes.

- Propician en el luchador del estilo libre la interiorización del contenido mediante la práctica.
- Facilitan el interés en aprender a observar, escuchar, o leer con atención la información acerca de lo que aprende.
- Ayudan a identificar qué es lo que se aprende.
- Incitan la elaboración de preguntas que demuestren qué se conoce de lo esencial del contenido táctico estudiado o qué no se ha interiorizado o si es necesario buscarlo.

- Posibilitan la realización del análisis individual y colectivo de lo realizado, a partir del planteamiento de interrogantes con sus respectivas respuestas; y a un control y valoración de lo efectuado.

Es necesario que el entrenador de forma explícita conozca las características de los luchadores, sus necesidades y las utilice convenientemente para tener claridad de los objetivos que persigue, de la manera que abordará los contenidos en correspondencia con las necesidades, las formas organizativas, así como los métodos y procedimientos didácticos que implementará siempre en función de su preparación integral.

Según Silvestre (1999) algunos de los procedimientos didácticos utilizados en la escuela cubana actual, señalados anteriormente y, que pueden ser utilizados en el marco deportivo está Aprendo a preguntar, este procedimiento implica que los luchadores elaboren preguntas, lo cual permite involucrarlos en el proceso táctico, motivándolos y estimulando los procesos lógicos de su pensamiento e independencia cognoscitiva, además de que contribuyen al fortalecimiento de sus modos de expresión durante el combate.

En cuanto a Busco las características, facilita conocer cómo es lo que estudia, a partir de la observación, la descripción, la comparación, entre otros procedimientos y poder determinar sus características, cualidades o propiedades generales y particulares para conducir tanto la ofensiva como la defensiva. Respecto a Aprendo a observar y describir, se fundamenta en la observación y descripción guiada de objetos, modelos o representaciones de hechos, fenómenos y procesos naturales o sociales, responde a como es o son estos.

Por su parte, en Ejemplifico lo esencial, el luchador representa e identifica lo primordial, compara y encuentra ejemplos de cómo conducir un combate en diferentes escenarios. En el caso de Busco contraejemplos, a partir del planteamiento de una situación contradictoria el luchador tiene que generar la búsqueda de soluciones, lo cual debe conducir a que este llegue a respuestas rápidas de contraataque en condiciones difíciles.

Planteo suposiciones, consiste en que el luchador del estilo libre a partir del análisis de problemáticas planteadas o que surjan durante la observación, refiera hipótesis o posibles soluciones a las mismas. El procedimiento Semejanzas y diferencias, radica en la comparación de objetos, hechos, fenómenos o procesos, estableciendo diferencias y semejanzas entre ellos.

Busco mis argumentos, permite que estos busquen, integren, y expresen las idea, que sustentan la veracidad o conformidad de juicios sobre un hecho, objeto, fenómeno o proceso natural o social. Aprendo a valorar, propone que los mismos aprendan a tomar una posición crítica ante un objeto, hecho o fenómeno, proceso natural o social, incluso de personalidades.

Todos estos procedimientos didácticos desarrolladores aplicados de forma correcta, contribuyen al desarrollo de habilidades tácticas. También, favorecen en los luchadores del estilo libre la integración de los conocimientos que le garantizarán una preparación más sólida e integral en cuanto a procedimientos didácticos se refiere.

Los procedimientos didácticos elaborados contienen como estructura, el título, indicaciones para su aplicación, recomendaciones, utilidad, y sirven de complemento a los métodos Búsqueda parcial (heurístico-exploratorio), Problematización y Expositivo-demostrativo que son los más utilizados para la enseñanza de la técnica y la táctica en la Lucha Libre, aunque no se exime a otros métodos.

Connotar que la táctica defensiva debe especificarse, de manera que se debe poner un mayor énfasis en la preparación individual de cada luchador del estilo libre, la cual toma una mayor escalada. Con esto se busca una mejora de las diferentes debilidades que el luchador tenga. Igualmente, a una mejor aplicación de las distintas habilidades tácticas que pueda poseer dicho luchador y gracias a ello se pueda realizar la actividad deportiva con toda la eficiencia posible.

Ejemplos que ilustran cómo instrumentar los procedimientos didácticos:

Contenido. La fase motriz de las acciones tácticas: su identificación.

Procedimiento: Aprender a identificar la fase motriz de las acciones tácticas.

Objetivo: identificar la fase motriz de la acción táctica a partir de diversas situaciones de combate para el desarrollo de las habilidades tácticas.

Indicaciones para su aplicación:

Para el logro de la automatización de la acción táctica (ofensiva-defensiva) sin contrarios o con elementos se ejecuta la acción táctica con “adversarios pasivos”. Con este procedimiento el entrenador marcará las pautas si los ofensivos pasan o no a ser defensivos, permite la automatización de la acción táctica ofensiva o defensiva sin contrarios o con elementos (chinos, conos, etcétera). Se automatiza el movimiento y la acción técnica. El luchador o los luchadores aprenden a decidir el momento y la manera de realizar la acción táctica.

Recomendaciones: es necesario que los luchadores del estilo libre aprendan a reconocer los espacios y la relación entre los propios movimientos y los del contrario, pero sin el temor de perder el control de la acción. Como se entrena en situación de juego real, los luchadores de acuerdo con esa situación buscaran la aplicación de la acción táctica correctamente. En este procedimiento los luchadores tienen que decidirse entre todas las posibles acciones para seleccionar la situación y el momento adecuado de aplicar la habilidad táctica automatizada.

Utilidad: permite a los luchadores del estilo libre encontrar los rasgos esenciales, tanto generales como particulares de la acción táctica, poder discernir entre lo ficticio y la realidad, les posibilita asumir posiciones tácticas a partir de la percepción de las mismas y el entendimiento de lo que esta implica, por lo que se perfecciona dicha preparación.

Contenido. La fase perceptiva de la acción táctica.

Procedimiento: Estimar la fase perceptiva de la acción táctica.

Objetivo: valorar la fase perceptiva de la acción táctica a partir de su estimación en situaciones de combate.

Indicaciones para su aplicación:

Este procedimiento se vincula con el anterior. Se ejecuta la acción con adversarios más activos que en el punto dos (semiactivos) los cuales realizan sus movimientos libremente, pero sin la intención de lograr su objetivo. El luchador o los luchadores una vez ya aprendida y aprehendida la acción deciden el momento y la manera de realizar la acción táctica.

Recomendaciones: es uno de los procedimientos más complejos, requiere de mayor madurez en el aprendizaje, asumir juicios de valor fortalece la asunción de criterios y posturas, el entrenador puede utilizar situaciones de combate para entrenar en la cultura ofensiva y no recurrir a la agresión.

Utilidad: tiene entre sus ventajas la implicación del luchador del estilo libre, estimula y motiva los procesos lógicos de su pensamiento, la atención e independencia cognoscitiva, además del desarrollo de adecuados modos de actuación, discernir entre lo ficticio y la realidad, permite la asunción de posiciones tácticas partiendo de la percepción de las mismas y el entendimiento de lo que esta implica, por lo que se perfecciona dicha preparación.

Contenido. La fase comparativa en la ejecución de la acción táctica.

Procedimiento: Busco contraejemplos en la fase comparativa de la acción táctica.

Objetivo: valorar la fase comparativa de la acción táctica a partir de contraejemplos y su estimación en situaciones de combate.

Indicaciones para su aplicación:

En la aplicación de este procedimiento el entrenador orienta que se trabaje con rivales activos o dinámicos donde los dos grupos de luchadores intentan lograr sus objetivos, (superar a los defensivos, evitar el contraataque provocando errores). Esto permite una evaluación práctica de sus acciones tácticas, tanto si logran o no su objetivo. Se les indicará que intercambien posiciones apoyados en otras situaciones que estos pudieran elaborar. En cualquier momento que se aplique el procedimiento se debe partir de que el luchador observe, escuche atentamente y se informe acerca de lo que va a proponer, dando un tiempo prudencial para la meditación individual.

Recomendaciones: en este procedimiento se les encomienda a los luchadores del estilo libre que partiendo de su experiencia elaboren contraejemplos, situaciones contradictorias, propongan iniciativas u otras miradas de afrontar una misma situación de combate, ya sea ofensiva o defensiva. El entrenador en su condición de facilitador, a través del o los planteamientos dirigirá el análisis y la valoración en función de la búsqueda de soluciones siempre colocando al luchador en una posición activa dentro del proceso y que llegue a respuestas rápidas de contraataque en condiciones difíciles.

Utilidad: este procedimiento también permite la asunción de juicios y criterios de valor, posibilita la autonomía en condiciones difíciles de combate, lo cual posibilita fortalecer la ofensiva y la defensiva al intercambiar los roles, genera en el luchador del estilo libre rapidez, velocidad, inteligencia y creatividad.

Contenido. El desarrollo de la capacidad coordinativa durante la ejecución de la acción táctica.

Procedimiento: Planteo suposiciones para el desarrollo de la capacidad coordinativa.

Objetivo: valorar la acción táctica para el desarrollo de la capacidad coordinativa a partir de diversas situaciones de combate y su derivación en otras más complejas.

Indicaciones para su aplicación:

Durante la observación de diversas problemáticas dadas en el entrenamiento el entrenador orienta que supongan las posibles soluciones de las mismas en el menor tiempo posible. Esto permite una evaluación práctica de sus acciones tácticas, aunque logren o no su objetivo; pero a diferencia de

los procedimientos anteriores el análisis se realizará basado en encontrar las semejanzas y diferencias, partiendo de la comparación de hechos, fenómenos, situaciones o procesos, estableciendo similitudes y discrepancias entre ellos.

Recomendaciones: en este procedimiento resulta importante que durante la observación el luchador centre su atención en aquellas problemáticas o situaciones que una vez surgidas provoquen incertidumbres en su accionar táctico. Todo ello, mediante la elaboración de suposiciones, así como la determinación de semejanzas y diferencias las cuales favorecerán discernir las esencias de cada situación de combate elaborada.

Utilidad: permite que el luchador del estilo libre llegue a un nivel superior al ser capaz de predecir, suponer, hacer analogías, generalizaciones y solucionar problemáticas complejas sin indecisiones debido a su capacidad de reacción, posibilita el desarrollo de su creatividad, las sugerencias de hipótesis facilitan su confirmación en verdaderas situaciones de combate, además de fortalecer sus modos de conducirse durante el desarrollo de los mismos.

Contenido. El desarrollo de las capacidades condicionales durante la ejecución de la acción táctica.

Procedimiento: Tomo decisiones para el mejor empleo del arsenal táctico.

Objetivo: valorar el arsenal táctico en los diversos entrenamientos mediante situaciones reales de combate y del entorno competitivo.

Indicaciones para su aplicación:

El luchador debe estimar el entramado de recursos tácticos que posee para que bajo la orientación del entrenador conduzca una buena táctica en función del logro deportivo. Se insiste en la necesidad de que el este sea creativo y selectivo en sus decisiones. Debe trabajar en la zona de pasividad y tener presentes las circunstancias surgidas como errores del oponente, así como las condiciones ocurridas en el combate a consecuencia de la defensa.

Recomendaciones: la decisión táctica debe realizarse en un tiempo limitado según las circunstancias del combate. El factor tiempo somete en muchas ocasiones a la toma de decisiones inadecuadas y, por tanto, a una ejecución que no garantiza el éxito. Se sugiere que la decisión y la acción deben ir en consonancia de tal modo que en el caso de que si en el combate se tomara una decisión correcta y no estuviera acompañada de una acción técnicamente bien ejecutada entonces

no se pueda obtener un resultado positivo. Tener en cuenta que, si la decisión es errónea, aunque la acción esté técnicamente correcta, tampoco habrá resultados positivos.

Utilidad: permite que los luchadores del estilo libre aprendan a tomar decisiones, mejora el proceso mental, desarrolla la sensopercepción, la selección y planificación de una respuesta idónea, compatible con el medio donde se encuentra, desarrolla la autonomía, el saber aplicar, decidir y crear las condiciones para ejecutarlo.

Contenido. El desarrollo de la capacidad de acoplamiento durante la ejecución de la acción táctica.

Contenido. La planificación de la acción táctica.

Procedimiento: Diseño la acción táctica.

Objetivo: esbozar la acción táctica a partir de diversas situaciones de combate y su derivación en otras más complejas para el desarrollo de las capacidades coordinativas.

Indicaciones para su aplicación:

El entrenador le orienta a sus luchadores la búsqueda de diferentes maneras de obtención de puntos durante una determinada situación de combate, hecho o proceso para que pueda tener los argumentos necesarios y diversas maneras de realizar las acciones tácticas partiendo de sus ideas, y así construya su propio conocimiento para que pueda diseñar su propio modelo de competencia apelando al desarrollo de sus capacidades.

Recomendaciones: el entrenador debe facilitar que estos lleguen a conclusiones con una serie de razones y de pruebas de apoyo, con videos de sus propios enfrentamientos o de los contrarios que le permita visualizar sus oportunidades, fortalezas y dificultades. Se sugiere la demostración de ejercicios, esquemas de la acción motriz. Además, se pueden utilizar otros medios auxiliares.

Utilidad: permite que los mismos aprendan a ser protagonistas en el escenario competitivo y al mismo tiempo construir su verdadero episodio durante el enfrentamiento, tomar una posición crítica ante un hecho, fenómeno, situación les posibilita la estimulación de los procesos lógicos del pensamiento, su independencia cognoscitiva, la creatividad e inteligencia. El esbozar la acción táctica lo conlleva a ser un atleta independiente Y autónomo siempre en busca de mejores resultados.

Contenido. La ejecución táctica en el desarrollo de la capacidad coordinativa.

Procedimiento: Juzgo las consecuencias derivadas de la ejecución táctica para el desarrollo de la capacidad coordinativa.

Objetivo: valorar las consecuencias derivadas de la ejecución táctica para el desarrollo de la capacidad coordinativa.

Indicaciones para su aplicación:

Los luchadores del estilo libre deben hacer una estimación de las consecuencias emanadas de las decisiones tomadas acerca de una determinada situación de combate, hecho o proceso para que evalúe su proceder acerca del mismo y ajuste su actuación acorde a su propio conocimiento y desarrollo, partiendo de la valoración realizada actualizará su registro táctico. Los procedimientos que se pueden utilizar al enseñar los movimientos suelen ser diversos.

Recomendaciones: el entrenador debe preparar al luchador para que llegue a realizar valoraciones críticas de las consecuencias resultantes de su proceder, para lo cual deberá enfatizar en las secuelas o efectos negativos. Este procedimiento es esencial; ya que permite también fundamentar críticamente las decisiones tomadas sobre todo aquellas que hubieran hecho posible perder la competición por lo que se sugiere sean incorporadas al registro táctico.

Utilidad: permite que los luchadores del estilo libre aprendan a hacer valoraciones críticas de las decisiones tomadas ante un hecho, fenómeno, situación, desarrolla las habilidades tácticas. Al evaluar las consecuencias de sus decisiones permite perfeccionar su autonomía, así como les posibilita la autovaloración de su actuación.

Contenido. El desarrollo de las habilidades tácticas durante los entrenamientos.

Procedimiento: Busco mis argumentos para el desarrollo de las habilidades tácticas.

Objetivo: valorar el desarrollo de las habilidades tácticas durante los entrenamientos para la creación de un sistema de combate.

Indicaciones para su aplicación:

El entrenador les orienta a los luchadores del estilo libre que investiguen acerca de una determinada situación de combate, hecho o proceso para que expresen sus ideas acerca del mismo y construyan su propio conocimiento, partiendo de lo indagado expresarán su veracidad o inconformidad durante el entrenamiento, partiendo de la creación de un sistema de combate o de un plan táctico donde puedan ilustrar el desarrollo de las habilidades tácticas y así demostrar lo aprendido.

Recomendaciones: el entrenador debe crear una situación de riesgo donde le facilite al luchador llegar a conclusiones con una serie de razones y pruebas de apoyo, lo cual permitirá la representación de un sistema de combate que pueda tener varias soluciones a partir de su propia experiencia tanto individual como colectiva.

Utilidad: permite que estos sean cada vez más perspicaces en sus acciones tácticas, ser económicos en su plan táctico dependiendo de las habilidades tácticas desarrolladas durante el entrenamiento con lo cual podrán asumir una posición crítica y ponerlos de manifiesto no solo durante las competiciones sino en su vida social.

Todos los procedimientos didácticos elaborados, son altamente ventajosos, pues inciden sobre la esfera cognoscitiva y afectiva, hacen hincapié en el papel interactivo del atleta y son transferibles a otros deportes de combate y áreas del conocimiento.

Por tanto, es imprescindible que los entrenadores unifiquen sus esfuerzos en torno al uso y creación de aquellos procedimientos didácticos tanto generales como específicos que de forma coherente se integren en las diferentes acciones tácticas, y en las diversas preparaciones que influyen sobre el atleta para el logro del perfeccionamiento de la preparación táctica.

Los procedimientos didácticos que se utilicen en el proceso de enseñanza-aprendizaje de la táctica, no deben atender únicamente a lo externo del proceso (la organización de la clase o la utilización de medios de enseñanza), sino que profundicen en lo interno, es decir en aquellos procedimientos que promuevan el análisis, la síntesis, la comparación, la abstracción, la generalización, la inducción, la deducción, la demostración, la búsqueda de las causas y consecuencias, de esencias, entre otros elementos importantes.

También que conduzcan a un pensamiento cualitativamente superior y permitan a su vez, el fortalecimiento de sentimientos, actitudes, valores, convicciones, lo cual favorece la formación de la personalidad deportiva acorde con la realidad y exigencias de la sociedad en la contemporaneidad. Es necesario insistir que la aplicación exitosa de estos u otros procedimientos está en manos de la creatividad de cada entrenador, adecuándolos a las características los mismos, a partir de la determinación del nivel de desarrollo en que se encuentran, de los objetivos que se proponga, del contenido de la preparación táctica, de las condiciones materiales con que cuente, del tiempo, entre otros elementos importantes.

Su implementación nunca debe ser "esquemática" o aislada del contexto en el cual se desarrolla, deben atender al contenido de la táctica; es decir no utilizar los procedimientos, por los procedimientos en sí, sino por su necesidad real en el proceso de preparación táctica. También es importante que el luchador del estilo libre valore cada procedimiento didáctico, y que exprese durante o después de su aplicación lo aportado para el desarrollo del combate, o en el logro de una determinada competición, o sea con respecto a su preparación táctica.

Esto puede hacerse por varias vías, como estudio independiente o de forma oral, así como escrita, mientras el profesor debe hacerlo en el análisis de cada entrenamiento para la promoción de nuevas metas. Es decir, sus valoraciones son importantes para el rediseño de los mismos. Connotar que se proponen para determinados contenidos, la denominación de cada uno obedece a la significación y conveniencia de la actuación que se espera de los luchadores del estilo libre ante las diferentes acciones tácticas.

Los procedimientos didácticos elaborados permiten la mejora del proceso de enseñanza-aprendizaje de la táctica de los luchadores del estilo libre categoría 11-12 años, por cuanto:

El diseño de sus acciones se sustenta en la determinación de limitaciones y fortalezas de los luchadores del estilo libre, así como de los entrenadores para perfeccionar la táctica defensiva en las edades comprendidas.

Satisfacen las necesidades de preparación de los referenciados luchadores y entrenadores indispensables para el mejoramiento del desempeño deportivo.

Permiten involucrar a los luchadores en la toma de decisiones, a partir de su participación activa en el proceso de preparación del deportista.

Deviene transformación porque la esencia de los procedimientos didácticos radica en el perfeccionamiento del proceso de enseñanza-aprendizaje de la táctica defensiva de los luchadores del estilo libre y, por consiguiente, del proceso de preparación del deportista.

Son flexibles, lo cual se manifiesta en el ordenamiento y secuencias de los contenidos abordados, al corresponderse con el desempeño de los mismos y con la finalidad para la cual se propone cada uno, posibles de ser adaptados en otros deportes y contextos en el que incidan las insuficiencias para las que fueron elaborados.

Conclusiones

La propuesta es asequible, de fácil comprensión, en tanto permiten visualizar cómo perfeccionar el proceso de enseñanza-aprendizaje de la táctica defensiva de los luchadores del estilo libre.

Se articula armónicamente con la estrategia de trabajo científico-metodológico de la Comisión Provincial de Lucha Libre.

Los procedimientos didácticos elaborados, posibilitan la implicación personal y profesional de entrenadores y luchadores del estilo libre en las condiciones actuales del deporte.

Referencias bibliográficas

Fernández, L. (2020). Problemas sociales en el tratamiento de la preparación táctica en los deportes de combate. *Revista Fama Deportes*, *10*(19).

González, S. (2000). *Técnica y táctica de la Lucha Deportiva.* Deportes

Silvestre, M. y Zilberstein, J. (2002). *Hacia una didáctica desarrolladora.* Pueblo y Educación

Silvestre, M. (1999). *Aprendizaje, educación y desarrollo*. Pueblo y Educación

Zilberstein, J. (2000). *Didáctica desarrolladora de las ciencias vs Didáctica tradicional: Experiencia Cubana.* Instituto Superior Pedagógico Latinoamericano y Caribeño.