

## El desempeño táctico de los judocas juveniles en La Habana

### The tactical performance of judo athletes in Havana

Juan Antonio González-Estrada<sup>1✉</sup>, Manuel Copello-Janjaque<sup>2</sup>



<http://opn.to/a/eXts7>

<sup>1</sup>Dirección Municipal de Deportes, Marianao, La Habana, Cuba

<sup>2</sup>Instituto Municipal para la Recreación y el Deporte, Soacha, Colombia

**RESUMEN:** Los cambios de reglamentación en el judo en el 2010 se ejecutaron con la intención de mantener la espectacularidad. Anteriormente se observó que en los ataques de los judocas de La Habana predominaban acciones de agarres a las piernas de sus oponentes con resultados satisfactorios, pero en la última edición de los Juegos Nacionales Escolares no se obtuvieron los resultados esperados. El objetivo del estudio es determinar los aspectos de los que depende el desempeño táctico de los judocas juveniles. Se implementa un estudio descriptivo para realizar una contrastación entre el diagnóstico del estado de los judocas y la caracterización de la actividad competitiva para adquirir los elementos de los que depende su desempeño. Se aplicaron entrevistas a especialistas del judo y encuestas a atletas que participan en los juegos nacionales de esta categoría. Como resultado se evidenció que los judocas no presentan irregularidades en la preparación, sino en la adaptación a las nuevas condiciones que exige la competencia, lo que sirve de premisa para seleccionar los indicadores que se transformaron y obtener los elementos para orientar el proceso de preparación deportiva.

**Palabras clave:** desempeño táctico, resultados deportivos, reglamento competitivo, judo

**ABSTRACT:** The changes done in Judo regulation system in 2010 were put in to practice with the intention to keep the spectacular character of this event. Prior to changes, was observed during competitions that in Judo athletes' attacks prevailed actions of opponents' legs hold reaching satisfactory results, but during the last editions of national school games, after the changes done in this sport regulation, the results were not as we expected. The aim of this study is to determine what are the aspects that teenager Judo athletes' performance depends on. A descriptive study was implemented to contrast the diagnosis related to the current Judo athletes' stage and the characteristics of the competitive activity in order to acquire the elements needed in their performance. Interviews were also done to Judo specialist and also surveys to athletes who participated in national games of this category. As a result, was proved that athlete's didn't have any irregularities in relation to their training process, but in their adaptation to the new conditions that demands the competition. It constitutes a condition to select those instructions that were changed, and in this way, to obtain the elements to direct the sport training process.

**Key words:** tactical performance, sporting results, effectiveness, competitive regulation changes, judo

✉ Autor para correspondencia: Juan Antonio González-Estrada. E-mail: [juanges@inder.cu](mailto:juanges@inder.cu)

Recibido: 5/5/2018

Aceptado: 11/6/2018

## INTRODUCCIÓN

El estudio del desempeño táctico en el judo para ambos sexos constituye una ocupación para entrenadores, directivos y científicos del deporte. Se debe atender a los cambios del Reglamento Internacional de la Federación internacional del Judo (FIJ) e incrementar su espectacularidad con respecto a otras artes marciales como la lucha clásico y grecorromana, así como la lucha sambo.

En Cuba se trabaja en este sentido. En particular los judocas de La Habana han sustentado históricamente sus resultados satisfactorios en formas de ataques, desde las acciones sobre las piernas de sus oponentes; sin embargo, después de la introducción del nuevo reglamento en 2010, en varias ediciones de los Juegos Nacionales Escolares, se ha constatado insuficiencias en la conducta mecánica ante estímulos diversos, uso restringido del repertorio técnico individual e incapacidad para solucionar situaciones en el combate; carencia de técnicas auxiliares para enmendarlas, así como una marcada dependencia del entrenador. Todo ello ha repercutido en bajos resultados deportivos.

Para atenuar la subjetividad de estas consideraciones se propone un estudio exploratorio con atletas de la categoría juvenil en el centro de entrenamiento de *la capital cubana*. La investigación descansa en los fundamentos del entrenamiento deportivo de [Matveev \(1997\)](#) y su perspectiva en los deportes de combate ([Copello, 2003](#)). Para atender a las particularidades psicológicas se asume a [Sánchez y González \(1998\)](#).

## MATERIALES Y MÉTODOS

El estudio se realizó en judocas de la categoría juvenil de la EIDE “Mártires de Barbados” de La Habana, en el período de 2012-2013. Comprendió una fase exploratoria orientada a probar la objetividad de la situación problemática mediante una *observación de carácter abierto* a la competencia realizada durante los Juegos Escolares Nacionales, efectuados en Holguín y se complementó con la

*entrevista* a cuatro entrenadores de dicho centro de entrenamiento y una encuesta que consideró una muestra intencional de siete atletas capitalinos que integran la Selección nacional de judo categoría juvenil.

En un primer momento, durante la fase de diagnóstico se realizó una revisión documental al organigrama de la competencia para el registro de los datos de la efectividad de cada atleta, y la *medición* del proceso de entrenamiento, aplicada como referencia del estado de la fuerza, la rapidez específica y la resistencia.

Simultáneamente se aplica la *observación estructurada* con carácter abierto, para analizar el nivel técnico de los atletas, unida a la consideración de cada entrenador. Durante la *entrevista* a los atletas, se valora la disciplina y el modo en que estos se entregan a sus prácticas.

Se tuvo en cuenta también el nivel de compromiso como parte del componente psicológico de la preparación. Se aplicó la *medición* a través del test de los 10 deseos y para valorar el desempeño de los judocas en el marco de la competencia, se emplea la *observación y la medición*. La primera se estructuró en un protocolo y la segunda se propuso cuantificar y clasificar la cantidad de acciones realizadas.

En un segundo momento de la fase empírica se caracteriza el ejercicio competitivo que es el contexto donde se manifiestan las exigencias del nuevo reglamento y la fuente de las contradicciones que dan sentido a la investigación, aunque están presentes la analogía y la comparación, el método fundamental es la *observación estructurada* a partir de los indicadores previamente determinados.

Una vez identificada la competencia y determinadas las exigencias que de esta se derivan, se obtuvieron los aspectos de los que depende el desempeño competitivo de los judocas, y las condiciones de partida (físicas, técnicas y psicológicas) de ellos, gracias a los resultados del diagnóstico a la preparación. Para alcanzar esta finalidad se aplicó el método

sistémico estructural, que permitió obtener los factores que determinan el éxito como sus modos de relación.

## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

La caracterización del estado de los judocas de la categoría juvenil en la EIDE “Mártires de Barbados” de La Habana, representa el nivel de partida de la preparación física de los atletas por su actuación en el escenario competitivo. La fuerza en este deporte es un aspecto determinante del rendimiento. A continuación se muestra el estudio en la [Tabla 1](#).

A pesar de encontrarse en la primera fase de la categoría juvenil, nótese que el nivel de fuerza en los ejercicios utilizados no es bajo al comenzar la preparación, pero es más evidente el progreso de todos los atletas en cada uno de los ejercicios seleccionados, con un promedio de incremento para el prom de 22kg, el Halón de clin de 14kg, la semicucilla de 30kg y el prom invertido de 13kg. El Programa de preparación del deportista (2017-2020) no solo depende de la buena dosificación del entrenador, sino además al potencial de entrenamiento que presentan dado por su juventud.

De esta manera se puede concluir que el nivel de preparación física de los judocas juveniles objeto de estudio, no es un factor limitante en su desempeño.

En el estudio del *nivel de partida de la*

*preparación técnica*, se debe tener en cuenta lo difícil que resulta establecer un análisis cuantitativo de sus valores, pues su valoración tanto en el entrenamiento como en condiciones de oposición no puede escapar a lo subjetivo. Por ello, solo se considerará el hecho de que los profesores aseguran que efectivamente sus atletas presentan los mismos errores que caracterizan a la mayor parte de los practicantes provenientes del eslabón de base, aunque reconocen que han mejorado mucho. Debe tenerse en cuenta además que la recurrencia de estos errores ([Mala, Maly & Zahalka, 2016](#)): inestabilidad al desequilibrar, desplazamiento sin fluidez, falta de variabilidad y versatilidad en el agarre e inconsistencia de la postura, entre otros, identifican a los atletas de este nivel. De modo que, si lo que es igual para todos no es ventaja para nadie, no puede afirmarse que el nivel de preparación técnica es un factor limitante para los judocas objeto de estudio.

Otro de los componentes a considerar en el desempeño táctico es el comportamiento de los atletas. En especial la *disciplina* durante el proceso de preparación deportiva. A continuación se refieren los principales criterios expresados por los atletas, acerca del rol de la disciplina ([Tabla 2](#)).

Los resultados de la *encuesta* revelan que el estado de la disciplina de los judocas estudiados no es un factor que pudiera afectar su rendimiento, pues no se observan problemas

**Tabla 1.** Estado de partida de la fuerza en los judocas

Ejercicios	Prom		Alon de clin		Semicucilla		Prom invertido	
	Inicio	Final	Inicio	Final	Inicio	Final	Inicio	Final
52KG	80KG	105KG	50KG	60KG	90KG	120KG	55KG	65KG
55KG	80KG	95KG	45KG	55KG	95KG	130KG	45KG	55KG
60KG	85KG	95KG	50KG	65KG	90KG	120KG	50KG	65KG
66KG	95KG	115KG	55KG	70KG	110KG	140KG	50KG	65KG
73KG	90KG	110KG	66KG	85KG	100KG	130KG	65KG	80KG
81KG	95KG	110KG	70KG	85KG	100KG	140KG	70KG	80KG
+100	80KG	130KG	60KG	80KG	90KG	140KG	60KG	80KG

Fuente: Elaborado por los autores

**Tabla 2.** Interpretación de la disciplina del atleta

<b>Criterios acerca de la disciplina durante la preparación</b>				
Importancia de la disciplina	¿Cuándo un deportista es disciplinado?	¿Cómo es su comportamiento?	Cumplimiento con las exigencias del entrenamiento	Asistencia al entrenamiento
Permite lograr el éxito deportivo	Cumplen con sus deberes dentro y fuera del entrenamiento.	Es bueno, pero están conscientes de que en ciertas ocasiones cometen determinados errores.	Los judocas cumplen con las cargas aunque sean intensas.	Es necesaria para estudiar, asimilar con rapidez y transformar sus técnicas.

Fuente: Elaborado por los autores

esenciales en su conducta y en todo caso es un aspecto positivo que distingue el proceso de preparación del deportista.

Para el *nivel de compromiso* con el resultado se utilizó el *test de los diez deseos*. Como resultado del instrumento aplicado, tanto directa como indirectamente, se aprecian tres áreas predominantes que orientan la motivación de los sujetos; ellas son: la personal, la familiar y deportiva. Véase en la [Tabla 3](#).

**Tabla 3.** Nivel de compromiso con el resultado deportivo

<b>Deseos generales</b>	<b>Deseos deportivos</b>
Personal	Resultado
Familiar	Rendimiento
Deportivo	Apoyo

Fuente: Elaborado por los autores

Para el interés de la investigación es importante aclarar que, aunque el deporte se encuentra en tercer plano de consideración social, todos los entrevistados encuentran en esta, una vía para viajar y alcanzar las aspiraciones materiales que se proponen ([Sánchez y González, 1998](#)). A pesar de no estar de acuerdo con las características subjetivas de los atletas estudiados, no puede afirmarse que sus motivaciones no están en correspondencia con su disposición hacia la competencia.

La *figura del entrenador* es otro aspecto a considerar en el desempeño táctico de la muestra estudiada. A continuación se manifiestan los criterios de los atletas encuestados ([Tabla 4](#)).

Se observa en este aspecto la importancia en la disposición de los individuos en la actividad. Por otra parte, hay que analizar el desempeño de los judocas, porque aquí se manifiestan sus niveles de preparación. Al respecto se realiza el próximo análisis ([Tabla 5](#)).

Como se precia en la tabla anterior el desempeño de los judocas no fue el esperado, a pesar de la voluntad, disposición, confianza en sus propias fuerzas. Se ilustra en la tabla un 53% de efectividad, amonestaciones por falsos ataques, pocos recursos y reiteradamente se observa la misma acción sin alcanzar los resultados esperados.

Aunque las demás provincias presentaron las mismas irregularidades se puede interpretar que los judocas juveniles no están adaptados a las nuevas exigencias de entrenamiento.

### **Selección y caracterización del ejercicio competitivo en judo**

Para efectuar una adecuada planificación del entrenamiento deportivo se debe realizar una caracterización de la actividad con el fin de determinar los elementos que están implícitos ([Copello, 2003](#)). Es importante delimitar las

funciones del competidor y la influencia de la actividad, por lo tanto se deben extraer los aspectos estables que se manifiestan en cualquier edición, aunque los aspectos esenciales guardan relación con las cualidades internas de la actividad competitiva, además es necesario identificar los elementos que varían y son los que condicionan la conducta del individuo en la actividad ([Tabla 6](#)).

### **Establecimiento de los aspectos del desempeño táctico en los judocas según las nuevas condiciones de competencia**

De la contrastación entre el diagnóstico de los judocas en las nuevas exigencias de competencia y la caracterización de la actividad competitiva, se pudo discernir que se transformó la estructura funcional de las

**Tabla 4.** Análisis acerca de la figura del entrenador

<b>Relación entrenador-atleta</b>				
<b>Respecto a la instrucción</b>	<b>Conducta autocráticas</b>	<b>Democrática</b>	<b>Apoyo</b>	<b>Feedback</b>
Preocupación en el entrenamiento	Predominan instrucciones precisas en cada situación	100 % reconoce que los involucran en la planificación del entrenamiento	Al totalidad admite su preocupación por los conflictos del entrenamiento, docente y domésticos	Corrección de errores Motivación a través de la comunicación
Explicación individualizada sobre cómo se deben realizar las acciones	Dos atletas (28,6%) dicen que en algunos casos hablan en tono autoritario.	Crear su estilo en el entrenamiento		

Fuente: Elaborado por los autores

**Tabla 5.** Desempeño de los judocas en su competencia fundamental

<b>HOLGUÍN 2012 Campeonato juvenil</b>					
<b>Atletas</b>	<b>combates realizados</b>	<b>cantidad de acciones</b>	<b>efectividad</b>	<b>efectividad en contra</b>	<b>Amonestaciones</b>
A	3	28	7	10	2
B	4	25	15	5	2
C	2	10	4	8	4
D	4	34	10	9	3
E	4	27	12	6	1
F	4	32	14	12	5
H	3	23	5	6	3
<b>Total</b>	<b>24</b>	<b>169</b>	<b>67</b>	<b>68</b>	<b>20</b>

Fuente: Elaborado por los autores

**Tabla 6.** Caracterización de la actividad competitiva

Aspectos de la Actividad Competitiva	Indicadores	Caracterización
Descripción de las acciones aplicadas	Clasificación de las acciones	Acíclicas variada
	Estructura funcional de las acciones	Predominio de las acciones de cadera y de hombro
Conicionados por la reglamentación del ejercicio competitivo	Duración real y total de las presentaciones	5 minutos
	Tiempo reglamentario entre presentación y presentación	10 minutos
	Cantidad de presentaciones para estar entre los primeros	3 a 6
	Duración aproximada de la competencia	1 día
	Relaciones espaciales o temporales	8x8 metros realizan acciones de 5 a 15 segundos
	Criterio de efectividad de las acciones	realización
Definen el efecto en los sujetos participantes	Tipo de estímulo predominante	Somató sensorial
	Densidad de las cargas que representa el ejercicio competitivo	14 a 16 acciones
	Carácter de los esfuerzos	Cortos, intensos y explosivos

Fuente: Elaborado por los autores

acciones al tener que modificar tanto la postura como los ángulos de ataque de las acciones ofensivas, por otra parte, al judoca tener que comenzar por los agarres principales al judogui y limitar las acciones a las piernas de sus oponentes el estímulo que predomina es el somatosensorial, siendo así se revelan los aspectos que hay que tener en cuenta para reorientar el proceso de preparación.

Esta investigación problematiza con la metodología imperante en los estudios sobre el desempeño táctico de los judocas en las condiciones de Cuba ([Jiménez et al., 1991](#)), caracterizada por una concepción estática, porque no tienen en cuenta las exigencias del nuevo reglamento de la FIJ. El estudio centra su aporte en los elementos que permitan reorientar el proceso de preparación del judoca para llegar

mejor adaptado a las competencias a partir de considerar el carácter dinámico que exige la nueva reglamentación internacional, tal como abordan otros estudios como los de [Franchinia, E., Vecchioa, F. B. D., Ferreira-Julio, U., Matheusd, L., & Candaub, R. \(2015\)](#) y el de [Detanico, D., Dalpupo, J., Franchini, E., Fukuda, D. H., & Santos, S. G. d. \(2017\)](#).

### CONCLUSIONES

1. En la determinación en el desempeño táctico de los judocas juveniles se demostró que no presentan deficiencias en los componentes de la preparación, ni en la disposición y la disciplina, sino en el efecto de la transformación de las condiciones de realización a partir de la introducción del nuevo reglamento de la FIJ.

2. El estudio descriptivo permitió contrastar el diagnóstico del estado de los judocas y la caracterización de su actividad competitiva para adquirir los elementos de los que depende su desempeño, al revelarse la transformación de la estructura funcional de las acciones al tener que modificarse las posturas y ángulos de ataque. Por otra parte el comenzar el combate con el agarre al judogi y limitarse el estímulo visual hay un predominio del somatosensorial.

### REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Copello Janjaque, M. (2003). El entrenamiento deportivo desde la perspectiva de los deportes de combate. Resumen de tesis de Maestría en el Instituto Superior de Cultura Física. Ciudad Habana.

Detanico, D., Dalpupo, J., Franchini, E., Fukuda, D. H., & Santos, S. G. d. (2017). Effects of traditional judo training session on muscle damage symptoms. *J Sports Med Phys Fitness*, disponible en <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.1023.2587&rep=rep1&type=pdf> . Recuperado el 14.2.18

Franchinia, E., Vecchioa, F. B. D., Ferreira-Julio, U., Matheusd, L., & Candaub, R. (2015). Specificity of performance adaptations to a periodized judo training program. *Revista Andaluz de Medicina del Deporte. Andalucía volumen 8* disponible en <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1888754614000100> Recuperado el 12 de marzo de 2018.

INDER (2016) El Programa de preparación del deportista (2017-2020). Editorial Deportes. La Habana.

Jiménez *et al* (1991). Programa de preparación del deportista. Instituto Superior de Cultura Física Manuel Fajardo-INDER. La Habana.

Mala, L., Maly, T., & Zahalka, F. (2016). Influence of maximal anaerobic performance on body posture stability in elite senior and junior male judo athletes. *Arch Budo*.

Matveev, L. (1997). Fundamentos del entrenamiento deportivo. / Editorial Raduga. Moscú

Sánchez, A. M. y González, G. M. (1998). Psicología general y desarrollo. Editorial Deporte. La Habana.

Los autores de este trabajo declaran no presentar conflicto de intereses.

Este artículo de se encuentra bajo licencia [Creative Commons Reconocimiento-NoComercial 4.0 Internacional \(CC BY-NC 4.0\)](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)