



UNIVERSIDAD DE CIENFUEGOS
CIENCIAS DE LA CULTURA
FÍSICA Y EL DEPORTE

Trabajo de diploma para optar por el Título de Licenciado en Cultura Física

**Variante técnica de la defensa de campo y su
efectividad a nivel escolar**

Autor: Osniel García Ojeda

Tutor: Esp. Jorge A. Gil Tejeda

Cienfuegos, 2020

Pensamiento

“La historia tendrá que hablar del deporte cubano, no tanto por lo que hemos hecho sino por lo que haremos en los años venideros”

Fidel Castro Ruz

2 de septiembre del2004

Dedicatoria

A mis padres y hermanos que con su ejemplo me han guiado por el camino correcto.

A todos mis profesores que durante el transcurso de la carrera me transmitieron sus conocimientos y experiencias.

Agradecimientos

A mi familia y a los profesores que contribuyeron a mi formación profesional.

A mi tutor, Esp.Jorge A. Gil Tejeda, por la orientación y compañía durante el proceso investigativo.

Al colectivo de profesores y a mis compañeros de grupo que durante 5 años han cooperado conmigo y posibilitado que haya culminado con éxito mis estudios.

RESUMEN

Con el siguiente trabajo se pretende demostrar la participación de la variante técnica de defensa de campo con dos manos por abajo, donde el contacto con el balón se realiza con las manos y no con los antebrazos como aparece en la bibliografía revisada. También se realiza un análisis comparativo de esta variante con la que se realiza con el contacto con los antebrazos, con ello se pretende demostrar su participación y efectividad en condiciones reales de juego. Para corroborar su participación durante la ejecución de los diferentes pasajes de juego se utilizó el método estadístico más (+) menos (-). Para el trabajo se realizó una observación en los JENAR de Villa Clara, tomándose como referencia al equipo 13-15 años masculino de la provincia de Cienfuegos. Se validó un instrumento con el cual se determinó el conocimiento de los entrenadores con relación a esta variante de defensa, para esto se determinó a través de criterio de especialista. Posteriormente, se realizó un análisis morfológico que brindó la posibilidad de demostrar que los músculos que participan en cada una de las acciones técnicas son diferentes. Para el desarrollo del trabajo se utilizaron diferentes métodos científicos como: Revisión de documentos, Histórico lógico, Observación científica.

Palabras Claves: nivel escolar, defensa de campo

SUMMARY

With the following work we seek to demonstrate the participation of the technical variant of field defense with two hands for below but where the contact with the ball is carried out with the hands and not with the forearms like he/she appears in the revised bibliography. He/she is also carried out a comparative analysis of this variant with which is carried out with the contact with the forearms, with it is sought to demonstrate it their participation and effectiveness under real conditions of game. For it corroborated their participation during the execution of the different game passages the statistical method it was used more (+) less (-). For the work he/she was carried out an observation in the JENAR of Villa Clara, taking like reference to the team 13- 15 masculine years of the county of Cienfuegos. An instrument was validated with which the knowledge of the trainers was determined with relationship to this defense variant, for this it was determined you dare of specialist's approach. Later on he/she was carried out a morphological analysis which offered us the possibility to demonstrate that the muscles that participate in each one of the technical actions are different. For the development of the work different scientific methods were used as Revision of documents, Historical logical, of scientific Observation.

Keywords: school level, field defense

Índice

1. INTRODUCCION.....	1
Problema científico:.....	6
Objetivo General:	6
Objetivos específicos:.....	6
2. DESARROLLO.....	7
2.1. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....	7
La técnica del movimiento	17
2.2 Muestra	18
2.3 Características de los métodos y técnicas a emplear:	19
2.4 Técnica de los procesamientos de los datos	20
2.4.1 Métodos Estadísticos:	21
2.5 ANALISIS DE LOS RESULTADOS.	23
Anexo 1	23
Anexo 2	25
2.6 RESULTADO DE LAS ENCUESTAS	25
2.7 Valoración de la validación de la encuesta.....	26
2.8 Resultado de la encuesta a entrenadores.....	26
2.9 COMPARACIÓN DESDE EL PUNTO DE VISTA MORFOLÓGICO	26
3.1. CONCLUSIONES.....	28
3.2. RECOMENDACIONES	29

1. INTRODUCCION

En el deporte contemporáneo se busca el máximo rendimiento de los atletas, para el logro de estos el entrenamiento está encaminado a elevar todos los componentes de la preparación, factores estrechamente relacionados entre sí como la preparación física cuyo desarrollo de las distintas capacidades sirve como base en la ejecución de las acciones técnico-tácticas, la teórica y la psicológica.

Esta última se caracteriza por un alto grado de saturación emocional. Las particularidades psicológicas de la actividad del voleibolista están determinadas por el carácter de las acciones del juego y por las particularidades objetivas de la lucha competitiva.

Según Martín (2008) es un deporte de características variables, se compone esencialmente de habilidades que se realizan en un ambiente dependiente de las demandas situacionales, en las que el jugador debe constantemente tomar decisiones frente a situaciones cambiantes, necesitándose un alto componente perceptivo frente a este juego imprevisible por lo general en su totalidad.

Además, se podrían mencionar otros factores como la actitud, valores personales todo esto unido a las aptitudes innatas del individuo, su talento. Otro aspecto a tener en cuenta son los cambios de las reglas motivo del mercantilismo en el deporte, la comercialización de los jugadores buscando siempre la disminución del tiempo de duración del juego para lograr mayor espectacularidad, todo esto ha llevado al deporte al más alto grado de maestría.

El voleibol no está ajeno a estos cambios, este se juega con una mayor rapidez e intensidad por lo que el atleta tiene que desarrollar una mayor destreza en la ejecución de los diferentes elementos de juego y sus diferentes variantes técnicas.

Como deporte aparece en el grupo de deporte cooperación /oposición según Hernández (1994), de características variables, a su vez Devís y Peiró (1995) dicen que los juegos colectivos están clasificados en juegos deportivos de cancha dividida por red.

Desde el punto de vista técnico-táctico... a partir de los años ochenta se consolida en el mundo el juego rápido, combinativo y fuerte (Borroto, Ramos y Bernal, 1992; Navelo, 2004). Según González y Herrera (2005), se puede señalar que siempre se ha conocido que los desplazamientos en el voleibol son cortos y rápidos con una distancia aproximadamente a recorrer dentro de un partido entre 1 a 9 metros.

El juego se realiza en un espacio de 9 x 9 metros por lo que el balón recorre relativamente poco espacio en muy corto tiempo, donde se tienen que utilizar movimientos esencialmente especializados, otro aspecto es la regla la cual solo permite tres toque por cada pasee de juego, por lo que los jugadores deben poseer un gran arsenal Técnico-Táctico y por tanto un alto grado de dominio de las diferentes variantes técnicas buscando en cada momento respuestas adecuada en cada situaciones específicas y cambiantes durante de juego. Todos estos son movimientos esencialmente especializados, que requieren de la asimilación objetiva de cada uno de ellos.

En este deporte las acciones son muy variadas y su accionar durante el juego son de gran intensidad siendo los períodos de acción de muy corta duración de una considerable actividad muscular alternándose con períodos de relajación relativa.

Las principales acciones motoras de los voleibolistas son de rápidos desplazamientos, carreras, saltos, sucesiones de saltos y golpes al balón. La diferencia más significativa en la ejecución de la técnica del voleibol es el breve contacto directo de los jugadores con el implemento, que excluye por completo los agarres o retenciones los cuales son evaluado por los árbitros los cuales la mala manipulación del balón constituye una falta y un punto para el contrario.

La complejidad de las acciones de juego consiste en el hecho de que este arsenal de elementos técnicos y sus variantes se utilizan en diferentes momentos, combinaciones y en condiciones que requieren del jugador un excepcional nivel de precisión y de diferenciación de los movimientos, el rápido cambio de las acciones lleva consigo al cambio de diferentes formas de movimiento y a otras completamente distintas por el ritmo, la velocidad y el carácter.

El carácter súbito e instantáneo y el nivel de precisión de las acciones en el voleibol, provoca la necesidad de desarrollar en los jugadores la rapidez de reacción, de concentración de la atención, reflejos, anticipación, así como la rapidez de los movimientos, debido a la alta velocidad del vuelo del balón.

Durante la competencia, las situaciones cambian rápidamente, los problemas tácticos pueden y deben resolverse a través de varias técnicas. La jugadora que utiliza siempre la misma técnica queda estereotipada, facilitando las cosas al adversario.

Sin embargo, es casi imposible que consolide y establezca todas las técnicas motoras utilizadas en el voleibol, esta es la razón por la que sólo las técnicas motoras básicas se estabilizan. Tan pronto como ella logre un dominio razonable de las técnicas motoras básicas, el entrenador puede introducir variantes en esos movimientos, incrementando así su repertorio de soluciones tácticas.

El comportamiento de una jugadora habilidosa evidencia la aplicación eficiente de la técnica en acciones sucesivas. Esta aplicación de técnicas de manera individual constituye la base del repertorio técnico del equipo, la sucesión de movimientos en un partido es la respuesta personal de una jugadora un problema con el que se enfrenta en una situación dada. Esta no necesita centrar su atención y su capacidad intelectual en la ejecución de técnicas básicas, puede usar su concentración para dedicarse a la realización de tareas tácticas más complicadas.

Durante el proceso de enseñanza-aprendizaje se imparte la mayor cantidad de variantes de los diferentes elementos de juego. Existen seis elementos fundamentales de juegos, por su orden de aparición son: el saque, recibo, pase, ataque, bloqueo y defensa del campo.

Dentro de estos se encuentran los que son netamente ofensivo dígase el ataque, el saque, pero los hay intermedios como el pase y solamente defensivos es el caso de la defensa de campo cuyo objetivo es neutralizar los balones atacados, por el contrario, permitiendo reestructurar el contra-ataque como acción principal.

Los atacantes se encuentran en su inmensa en ventaja de los jugadores a la defensa, en primer lugar, los defensores tienen que determinar por la zona donde

se producirá el ataque, tipo de pase y tipo de ataque utilizado, dirección y velocidad de este, todo esto determinado en fracciones de segundo todo esto en un área de 9 metros, solo defendiendo generalmente por cuatro jugadores, esto se une a una anticipación inadecuada y una reacción ante la acción ofensiva deficiente.

Se puede decir que esta tiene una gran influencia directa en la acción de contra ataque ya que a partir de una buena defensa con exactitud y calidad permite que se puede organizar el contra ataque con mayor posibilidad de lograr el punto.

Durante el proceso de enseñanza-aprendizaje se debe trabajar en la enseñanza y perfeccionamiento de la formación de las diferentes habilidades de juego para poder alcanzar un alto arsenal técnico-táctico que le permita a los atletas enfrentar la competencia en el Voleibol, como un todo integral y adaptado a las diferentes variables y situaciones que se presentan en el juego.

Estos movimientos son esencialmente especializados, que requieren de la asimilación objetiva por parte de los practicantes, por lo que se le debe impartir la mayor cantidad de variantes de los diferentes elementos de juego, a través de la aplicación de ejercicios y complejos de ejercicios que satisfagan en cada etapa y lugar los objetivos planteados.

En el contexto actual es muy importante la efectividad de cada jugador durante los partidos, por lo que todos los elementos de juego, tanto a la ofensiva como a la defensiva (defensa de campo), son de vital importancia para el contra ataque. De esta manera, se evita un tanto y posibilita al equipo la defensiva para lograrlo.

Se va a la especialización de los jugadores por funciones y accionar por zona, algunos tienen un mayor dominio de los diferentes tipos de ataques, bloqueos o saques, otros en defensa y recibo el caso de los líberos, lo que trae consigo una variación en el entrenamiento, donde una de las variantes es la personalización o la diferenciación.

Dentro de los elementos de juego, la defensa de campo es uno de los de mayor dificultad para realizarlo con una alta efectividad. Se ejecuta ante situaciones difíciles en todo momento, contra diferentes tipos de ataque en cuanto a velocidad,

fortaleza, dirección, los ataques fuertes pueden viajar a gran velocidad, para defender en un área grande con relación a la velocidad que viaja el implemento. La variabilidad de la defensa está dada por la fortaleza y dirección del balón.

Lucas (2000) expresa que, *“la defensa de campo... representa la última línea de la zaga y puede a menudo salvar un punto, la defensa de ante brazo permite al jugador recoger un remate potente”*.

Otros criterios al respecto son:

Ramos (1993) plantea que la defensa de campo es la tercera línea de defensa. Permite el contra ataque y una buena ejecución. *“Las exigencias tan grandes de fuerza máxima) la posición de la defensa), la destreza, capacidad de reacción, resistencia de la concentración y valor para trabajo corporal... hace de la defensa de campo uno de los elementos más difíciles de juego”*.

Siendo este elemento uno de los de menor aparición en un partido, es la causa de las fallas en el juego. Su objetivo fundamental es evitar que la pelota pique en el terreno permitiendo el contra ataque y lograr los puntos que nos den la victoria.

Para el logro de una buena defensa se deben tener presente varios aspectos fundamentales en primer lugar. Los balones atacados viajan a una gran velocidad, llegan a más de cien kilómetros por hora, por lo que exige una gran concentración de la atención y un dominio de la anticipación.

Para ejecutar la defensa de campo se requiere ajustarse a la velocidad con la que viaja el balón, lo que supone también grandes requerimientos de rapidez y la capacidad de interpretar la trayectoria con inmediatez y precisión, por lo que acaba por ser determinante en su efectividad.

Por otro lado, la ejecución se encuentra relacionada con un determinado riesgo que requiere gran valentía, así como dominio por parte de los jugadores. Esto permitirá evitar la ofensiva del contrario y a su vez realizar el contraatacar desde una posición más ventajosa, ya que se puede estructurar el complejo II de una forma más favorable.

Este elemento es un punto débil dentro del voleibol nacional en las diferentes categorías y sexos, reflejándose de forma significativa en los equipos nacionales de ambos sexos siendo uno de los elementos de mayor deficiencia, por lo tanto, uno de los que da mayor pérdida de puntos.

Se debe señalar que este trabajo pertenece a la línea de investigación: Control y evaluación de los Proceso de iniciación de entrenamiento y de entrenamiento deportivo. Sublínea entrenamiento deportivo. Teniendo en cuenta lo anteriormente planteado y el banco de problemas de la federación cubana de voleibol, se plantea:

Problema científico: ¿Cómo se comporta la defensa de campo por abajo con dos manos en los juegos nacionales escolares?

Objetivo General: Valorar el comportamiento de la defensa de campo por abajo con dos manos en los juegos nacionales escolares.

Objetivos específicos:

1. Determinar los fundamentos teóricos metodológicos de la defensa de campo.
2. Describir el comportamiento de la defensa de campo por abajo con dos manos en los juegos nacionales escolares.
3. Comparar el comportamiento de las dos variantes técnicas de la defensa de campo.

Valor práctico de la investigación

Radica en el análisis del comportamiento de una variante de juego la cual tiene participación durante la celebración de los juegos; pero, no existe una descripción que permita su enseñanza durante el proceso pedagógico.

2. DESARROLLO

2.1. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

El desarrollo del voleibol ha provocado un incremento de los volúmenes de trabajo buscando el mayor nivel técnico-táctico que le posibilite mantener los más altos resultados deportivos destacándose la mayor velocidad en las acciones de en el juego, por lo que la efectividad se mira en cada uno de los aspectos de juego tanto a la ofensiva como a la defensiva.

Para el desarrollo de estas acciones dependerá de varios factores, del nivel de concentración la cual permitirá a los jugadores observar no solo el balón, sino también las acciones del contrario, la cooperación, características y variedad del ataque del contrario y poder anticiparse a sus futuras jugadas, ver la formación táctica de nuestro equipo, para que pueda ocupar el lugar más adecuado a defender y ejecutar la variante técnica más adecuada al nivel habilidades técnico-tácticas desarrolladas sustentada en el desarrollo físico y el conocimiento teórico.

Todo esto permitirá la utilización de movimientos correctos durante la ejecución de los diferentes fundamentos de juegos y sus variantes ejemplo la defensa en la cancha durante una acción defensiva permitiendo realizar un contra ataque positivo y por lo tanto lograr el punto.

Una de las particularidades del voleibol es que el tiempo para completar la ejecución de una técnica es muy breve; además, el balón no puede sostenerse en las manos ni dejarse caer. La capacidad de predecir la situación siguiente es de extrema importancia para las atletas, quienes deben observar todas las posibilidades que pueden presentarse en la cancha, antes de tomar una decisión.

Luego de actuar, deben prepararse para enfrentar cualquier situación que pueda ocurrir más tarde. Toda acción debe basarse en una plena disposición para actuar. Las jugadoras deben predecir las posibilidades de acuerdo con la situación ofensiva y defensiva en ambos sectores de la cancha, así como la cambiante

situación y características de los partidos de voleibol, de manera que estén completamente preparadas.

Al rematar, deben poder anticipar cómo bloqueará y defenderá el contrincante y cómo la colocadora del propio equipo organizará el ataque. Al defender tienen que predecir las posibles tácticas aplicadas por las adversarias y cuál será la trayectoria del balón. Cuando el remate de la adversaria es constantemente bloqueado, las atletas deben estar preparadas para el cambio de velocidad o para apoyar el balón detrás del bloqueo de las rivales. Luego de rematar, deben pasar a la defensa lo antes posible.

La precisión del juicio es la premisa para el correcto despliegue de técnicas y tácticas que determina, todo cuanto se haga en la cancha debe ser el resultado de la observación aguda y la precisión del juicio. Las jugadoras podrán observar no solo el balón, sino a las otras jugadoras y la red, manteniendo el lugar y la posición correcta.

Siempre debe mantenerse la vista en la defensa y la ofensiva del contrario, juzgar las condiciones de los balones que llegan desde el otro campo y la forma en que se desarrollan las situaciones en la cancha, a fin de tomar las medidas correspondientes y apropiadas.

La defensa de campo es un elemento que su accionar requiere ajustarse a la velocidad con la que viaja el balón. La capacidad de interpretar la trayectoria con inmediatez y precisión, acaba por ser determinante en su efectividad. Contar con dominio de variantes en la ejecución de esta habilidad, en este caso la defensa de campo con dos manos por abajo con contacto con las manos, permite una mayor efectividad en el juego.

Defensa de campo es uno de los seis elementos básicos con que cuenta el juego de voleibol. Consiste en no permitir que el balón atacado procedente del otro equipo no pique en el terreno.

Dentro de la defensa de campo existen varias formas de ejecución, después del cambio de la regla se puede golpear el balón con cualquier parte del cuerpo y está

viva. Por lo que el dominio de todas éstas posibilita al voleibolista lograr mejores resultados; no obstante, se debe continuar la enseñanza de este elemento.

La defensa se puede realizar de dos formas:

- Por arriba: Puede ser con una mano o con dos.
- Por abajo: puede ser con una mano o con dos.
- Con caída
- En plancha con una mano o con dos.
- Lateral con una mano o con dos en roll.

La forma lateral con una mano o con dos en roll es uno de los elementos de juegos de mayor dificultad durante su ejecución por varios factores:

Debido fundamentalmente a la velocidad que viaja el balón al ser golpeado por el oponente durante la acción de ataque en distancias que oscilan entre de 5 a 8 m.

- Capacidad de interpretar la trayectoria del balón con inmediatez y precisión.
- Nivel de anticipación y su posterior ubicación para realizar las diferentes acciones defensivas el cual se logra con los años de experiencias.
- Valor que debe poseer el ejecutor al realizar la misma.
- Requiere ajustarse a la velocidad con la que viaja el balón.

Durante el proceso de revisión bibliográfica se pudo determinar que otras investigaciones han tocado el análisis del comportamiento y efectividad de la defensa de campo, tenemos el trabajo de diploma optando por el título de licenciados en cultura física, los cuales se realizaron durante la celebración en diferentes etapas de los juegos escolares nacionales.

Un aspecto a señalar es que estos se realizaron fundamentalmente a los equipos finalista de estos juegos buscando la mayor calidad de dichos atletas. En el primer caso Gil (1989) realiza un análisis del rendimiento técnico-táctico de la voleibolista categoría 15-16 años masculino en cuanto a la defensa de campo señala...la defensa aparece con el más alto valor negativo con una media de -5.65.

Guzmán (1995) hace una valoración del rendimiento de los JENAR 1995 y lo compara con Valor modelo del periodo (1986-1990). El primero da un rendimiento de 11 peor que el 13 del valor modelo, pero en ambos casos es malo el comportamiento de este elemento de juego.

El trabajo de Guelmes (1997), con idéntico tema a los anteriores con relación a la defensa de campo, corrobora que manifestó diferencia muy significativa. Esto muestra que durante un largo periodo de tiempo en el voleibol cubano ha presentado dificultades en cuanto a la efectividad de la defensa de campo.

Estos jugadores, al escalar la espiral de alto rendimiento, llegan a los equipos nacionales con un bajo nivel técnico-táctico. Los resultados de los equipos nacionales son deficientes, por lo que los equipos nacionales no poseen un complejo II de nivel mundial.

Cuba ha logrado altos resultados deportivos, basados fundamentalmente en la saltabilidad y fortaleza al ataque de los jugadores, pero carentes de un nivel defensivo que se destaque a este nivel. En la actualidad hay un constante reforzamiento de las acciones de ataque, no solo a nivel nacional sino internacional, las cuales se evidencian por:

- Un aumento de la cantidad de rematadores en las alineaciones de los equipos.
- Empleo del juego conminativo con el empleo del jugador que penetra.
- La elevación de la velocidad de ejecución de los procedimientos técnicos con el objetivo de debilitar las acciones defensivas del contrario.
- Aumento de la estatura de los equipos.

Por lo que la comisión nacional de voleibol en sus demandas tecnológicas 2015 (epígrafe m) plantea la no existencia de perfiles técnicos y físicos de movimiento de los atletas, que garantice el dominio efectivo de las técnicas deportivas.

Durante la investigación se realizaron observaciones a diferentes partidos de voleibol. Se pudo apreciar que:

- Durante las defensas de campo con dos manos por abajo se realizaba el contacto con el balón con los antebrazos y con las manos.
- No existe en la bibliografía consultada ningún documento que describa la ejecución técnica de la defensa por abajo, cuando el contacto con el balón se realiza con las manos.
- Borroto (1990) plantea que, hasta la década del 1950 y principios del 1960, la defensa del remate se realizaba con el borde superior de las manos articulando las muñecas y que el contacto se realiza con las manos. No menciona nada referente a la técnica de su ejecución, la forma de ponerla que permitiera amortiguar la velocidad del balón, como se entrelazaban los dedos, si existía alguna flexión de estos.
- En los contenidos de los diferentes programas de asignatura en las carreras para licenciados en cultura física y deporte o profesores de educación en las asignaturas de voleibol básico, el deporte voleibol no aparece como variante técnica de la defensa de campo, ni su descripción.
- Los programas de preparación del deportista, en sus diferentes versiones 2002, 2006, 2012 y la vigente 2016 al 2020, brindan características del voleibol cubano, explicación de la escuela cubana del voleibol, breve caracterización de la categoría de las diferentes categorías, sus perfiles psicológicos, objetivos, sistema de conocimiento, habilidades, de evaluación, indicaciones metodológicas pero no como entrenar los diferentes elementos de juegos y sus variante ni la descripción de los mismos.

Durante este proceso lo referente a los contactos para defensa con relación al contacto con las manos se encontró los siguientes criterios:

Borroto (1990) en el capítulo referente a la técnica plantea que la técnica de la defensa de campo, segunda fase punto dos, según la clasificación que da: *...contacto con la parte más ancha de los brazos con el balón desde la posición profunda.*

Se pudo constatar que todos los autores que han realizado estudio sobre el tema indican que el contacto del balón durante la ejecución de la defensa de campo con dos manos por abajo se realiza con el área de los antebrazos. Ejemplo de esto es:

Ureña (1993) expresa que, durante el contacto, la velocidad del ataque requiere que la acción de los brazos se produzca en el mismo sentido que el balón para conseguir amortiguación. Más adelante manifiesta que se producirá en la mitad superior de los antebrazos y su cara anterior. La defensa de antebrazo permite al jugador recoger un remate potente. Esto infiere que el contacto del balón durante la defensa se realiza con los ante brazo.

Frohner (2004) afirma que el golpe de abajo se realiza con las dos manos delante del cuerpo. Rosa (2013) con relación a la técnica de la defensa plantea que el toque de antebrazos consiste en tocar la pelota con los antebrazos.

Uno de los primeros documentos que describe la técnica de la defensa de campo con dos manos por abajo es el de Fidler(1980), quien define que, en defensa con dos manos desde la posición, ellos se mantendrán más elásticos mientras más fuertes sea el golpe.

Las manos se flexionan hacia abajo y se unen para asegurar un giro supino de los antebrazos y lograr de esa forma la misma altura de ambos. Al realizar una flexión de las manos hacia abajo solo queda la opción del contacto con el balón con los ante brazos.

Vargas (2002) plantea que cuando se defienden pelotas que llegan con poca fuerza, la técnica es prácticamente la misma que la utilizada en la recepción del servicio, el contacto con los ante brazo.

Klesshev (1984) señala una clasificación de los ejercicios que se aplican en la enseñanza y el perfeccionamiento con los jóvenes voleibolistas además la secuencia en la enseñanza de los fundamentos técnicos y las acciones tácticas a partir de una clasificación. Refiere diferentes ejercicios para la enseñanza de los elementos de juegos, pero no describe su técnica de ejecución.

Ivoilov (1981) realiza un análisis de diferentes elementos de juegos, pero tampoco

señala por dónde se realiza el contacto del balón con las manos. Navelo (2004) propone un modelo alternativo (técnico-táctico) para la enseñanza del voleibol, estableciendo una clasificación de ejercicios (ejercicios para la enseñanza y el perfeccionamiento), pero no describe cómo se debe realizar la técnica de los diferentes elementos de juego.

Cuando la fuerza de llegada de la pelota aumenta, es fundamental realizar un pequeño movimiento hacia atrás de los dos brazos en el momento de golpear el balón para amortiguar y poder, de esta manera, controlarlo.

El defensor podrá utilizar la defensa con un solo brazo con caída cuando la pelota cae lejos de su posición y, la plancha cuando la velocidad del balón o el lugar de caída no permiten utilizar ninguna de las técnicas anteriores.

En situaciones de control difíciles se puede rechazar el ataque e levando mucho la pelota, lo que dará tiempo a que otro compañero la coloque con mayor tranquilidad y reinicie.

Shelmiket (2000) plantea que el balón se juega hacia delante como en el pase de manos bajas, con el primer tercio de los antebrazos. La defensa de antebrazo permite al jugador recoger un remate potente. Esto infiere que el contacto del balón durante la defensa se realiza con los ante brazo. Durante el punto con relación con el contacto con dos manos por abajo señala...el contacto se realiza con la parte más ancha de los brazos.

Toque de antebrazos: se utiliza para recibir la pelota después del saque o de un remate. Acostumbra a ser el primer toque del equipo que recibe el servicio y consiste en tocar la pelota con los antebrazos para elevarla y pasarla al colocador.

Se puede afirmar que no existe una descripción de esta variante técnica de juego que les permita a los jugadores aumentar su arsenal técnico-táctico y elevar sus resultados deportivos durante las competiciones, aspecto deficitario en las características generales del voleibol internacional cubano.

Se encuentran algunas referencias en cuanto a la defensa por arriba con dos manos con caída. Ivoilov (1981) no hace referencia ni analiza este elemento de juego.

En la búsqueda de los documentos analizados, en los cuales se tuvo acceso sobre la defensa de campo con dos manos por abajo con el contacto con las manos, no se encuentran referencias en cuanto a su descripción técnica.

Para el estudio de los movimientos es imprescindible evaluar la ya existente, los cuales están dirigidos a la ejecución correcta de las diferentes variantes. Por lo se debe definir la técnica como:

La realización de un ejercicio, su curso amparado en las reglas oficiales del voleibol y con una economía de energía en los movimientos antes, durante y después del contacto con el balón y paralelamente la interrelación de la táctica como acción terminal, teniendo en cuenta nuestras características y las del contrario, automatizando la acción (habilidad) mediante una percepción visual, un análisis mental y la posterior solución motora. Por ello, su grado de realización plantea efectuar una acción motora de acuerdo a nuestras posibilidades y las debilidades o fortalezas del contrario.

Acosta (2000) plantea que la preparación técnica del deportista al proceso pedagógico de dominio y perfeccionamiento de los procedimientos técnicos de un tipo de deporte (el conjunto de estos procedimientos correctos, constituyen precisamente la técnica del tipo específico del deporte).

Según Vigotsky (1999), la transmisión y asimilación de la técnica y la táctica deportiva en una unidad dialéctica, de manera que el jugador logre de forma efectiva la solución de las tareas motrices en el juego. Se cumple el desarrollo, estabilización y perfeccionamiento de los hábitos, habilidades o destrezas deportivas, tomando en consideración la ejecución de trabajo según el postulado de zona de desarrollo próximo.

Existen otras definiciones la técnica es el conjunto de procedimientos de que se sirve una ciencia o arte. Pericia o habilidad para aplicar esos procedimientos. Esta

acepción es considerada de igual forma por el Diccionario Enciclopédico Marín (1990).

El modelo ideal de un movimiento relativo a la disciplina deportiva. Este movimiento ideal se puede describir, basándose en los conocimientos científicos actuales y en las experiencias prácticas verbalmente, de forma gráfica, matemática biomecánica- anatómica - funcional y de otras formas.

Ozolin (1983) destaca que para el logro de mejores resultados en el deporte se requiere una técnica perfeccionada, es decir, el modo más racional y efectivo posible de realización de ejercicios.

En el marco reflexivo sobre técnica Matveev (1983) diferencia dos significados. En primer lugar, el modelo ideal de la acción de competición (su modelo verbal gráfico, matemático u otro), elaborado basándose en la experiencia práctica o teórica. En segundo lugar, el modo de formación (o ya formado) en el deportista, que se caracteriza por el grado de utilización eficaz para alcanzar el resultado deportivo.

Bayer (1986) expone que la técnica individual representa para cada una de las diferentes especialidades deportivas, todo un repertorio de gestos propios, producto de la historia y la evolución de cada juego deportivo y que llega a constituirse en un patrimonio propio de cada uno de ellos.

También se señala algunas reflexiones de Hernández (1998) sobre la técnica, desde el punto de vista de otros autores y que se retoman, ejemplo: Theodorescu (1977) la define como *“el conjunto de aprendizajes motores específicos por los participantes en un deporte con eficacia máxima de juego”*.

Ferignal (1965) lo define *“como una necesidad de adaptación del jugador, y como un modo de resolución de los problemas concretos e inmediatos...”*

Hernández (1994) considera la técnica como *“uno de los parámetros definidores o determinantes de la acción de juego de los deportes de equipos, haciéndolo desde la perspectiva en que la misma está integrada como un todo en el proceso estratégico”*.

En ese sentido también lo hace Theodorescu (1977), quien considera que las acciones individuales constituyen procedimientos técnicos integrados que tienen su estructura específica que se desarrolla bajo la égida de un proceso diferenciado de pensamiento estratégico (considerado pensamiento táctico).

Vankersschaver (1982) señala que un jugador al efectuar un gesto técnico en el transcurso de un encuentro, lo hace siempre en función del contexto. Su acción es portadora de sentido para los otros jugadores que tienen en cuenta los desplazamientos de compañeros y adversarios.

Grosser (1986), Matveet (1983) y Harre (1973) definen la técnica como el modelo ideal de un movimiento para realizar un objetivo motor. En tal sentido, defienden los elementos estructurales y biomecánicos de las acciones de juego.

Las definen por la estructura temporal espacial y la dinámica del movimiento, donde es preciso tener en cuenta las fases del movimiento y los elementos estructurales esenciales que comparan los resultados deportivos logrados a partir del modelo técnico.

Según Grosser y Neumaier (1990), la preparación técnica se reconoce como *“la imagen ideal de un movimiento basada en conocimientos científicos, reflexiones teóricas y experiencias prácticas a las que el deportista pretende llegar armonizando las fuerzas internas y externas”*.

Morales y Álvarez (2000) plantean que es *“el proceso encaminado a la enseñanza y perfeccionamiento de las principales posiciones, movimientos y acciones propia del deporte específico”*.

Andux (1998) realiza una propuesta didáctica que se sustenta en las etapas de formación de las estructuras de las situaciones contextuales de juego y no de los deportistas de modo individual. Explica que en la formación heterogénea que pueda presentar cada individuo se funde la acción resolutoria del contexto grupal que muestra la situación contextual del juego.

Pérez (2015) recoge los siguientes criterios: concepto de técnica que no es más que la realización de un ejercicio, su curso, amparado en las reglas oficiales del

voleibol y con una economía de energía en los movimientos antes, durante y después del contacto con el balón y paralelamente la interrelación de la táctica como acción terminal, teniendo en cuenta nuestras características y las del contrario, automatizando la acción (habilidad) mediante una percepción visual, un análisis mental y la posterior solución motora. Por ello su grado de realización plantea efectuar una acción motora de acuerdo a nuestras posibilidades y las debilidades o fortalezas del contrario.

El autor considera la técnica en estrecha vinculación con la táctica deportiva, como un medio común de unir el conjunto de acciones dadas a fin de alcanzar el objetivo de competición. También alrededor de estas consideraciones se observa a la técnica como algo inseparable de la táctica lo que se expresa en el concepto ya generalizado en Cuba de preparación técnico- táctica.

La técnica del movimiento:

Los movimientos del cuerpo humano son desplazamientos, en el espacio y en el tiempo, que se ejecutan por las articulaciones con la ayuda de músculos y ligamentos siendo los movimientos de las articulaciones por su forma y características muy variados.

Méndez (1999) expresa que la exigencia de precisión en los movimientos y regularidad están dado precisamente por las habilidades desarrolladas permitiendo lo que permite un rendimiento, no basta simplemente devolver el balón a un compañero o la cancha contraria, esta devolución deben tener precisión, una correcta ejecución repitiendo los diferentes movimientos con regularidad y eficacia, todo esto bajo condiciones variables que pueden realizarse en diferentes situaciones donde pueden existir una ejecución de la técnica, saltos, anticipaciones, diferentes tipos de movimientos o cambios de dirección.

2.2 Muestra

La población está compuesta de 13 atletas de la categoría escolar 13 -15 años masculino de la EIDE Jorge Agustini de la provincia de Cienfuegos, como muestra se utilizó un equipo completo de 10 jugadores para el 77% del equipo para la observación de campo. Las cuales se realizaron durante la etapa clasificatoria y final correspondiente a los JENAR.

La primera etapa se realizó en el mes de noviembre en la provincia de Pinar del Río y la segunda etapa junio en Villa Clara, Santa Clara.

En la clasificación se jugó un total de 6 partidos en la EIDE de esta provincia donde participaron un total de 8 equipos, jugándose en dos grupos de 4 donde clasificaban para la final los dos primeros lugares de cada grupo.

Para la fase final se clasificaban los tres primeros lugares. En esta fase se logra el 2do lugar.

La fase final participaron los equipos de de La Habana, Cienfuegos, Pinar del Rio, Villa Clara, Isla de la juventud, Matanzas, Artemisase jugó en dos grupos uno de 3 y otro de 4 clasificando los dos primeros lugares para una final cruzada. Donde se logró el 4to lugar nacional.

Podemos afirmar que este equipo contaba con un buen nivel técnico-táctico. Tomándose como muestra solo aquellos partidos donde el equipo de Cienfuegos tuvo participación.

Para la confección del instrumento se seleccionaron a cinco especialistas, para esto se tuvo en cuentas que los especialistas seleccionados tuviesen varias características los cuales tuviesen más de 15 años de experiencia y dentro de la especialidad o fuesen profesores universitarios con categoría docente de asistente, que al menos 3 de estos tuviesen categoría docente por lo que impartiesen clase en el nivel superior, entrenadores del alto rendimiento con

resultados deportivos significativos como medallistas en los mismo y comisionado provincial.

Un segundo grupo los cuales nos permitiese realizar el pilotaje y por último se le aplicaría la encuestas cinco entrenadores.

Por último para determinar los músculos que participan en cada uno de los movimientos que realizan los brazos durante la acción de defensa nos apoyamos en la Msc y profesora de Morfología de la facultad de Cultura Física de la Universidad de Cienfuegos.

2.3 Características de los métodos y técnicas a emplear:

Otro aspecto importante en el diseño son los sujetos sobre los que se mide y las medidas

- Fiabilidad
- Validez (sensibilidad y especificidad)
 - Validez Interna. Contestar la pregunta de investigación y tener exactitud en las conclusiones.
 - Validez Externa. Posibilidad de generalizar conclusiones

Para hallar el índice de fiabilidad entre observadores (confiabilidad), se utilizará la fórmula que han utilizado otros investigadores (Siedentop, 1983; Pieron, 1988; Anguera 1987):

Acuerdos

$$\frac{\text{Acuerdos}}{\text{Acuerdos} + \text{Desacuerdos}} \times 100 = \% \text{ acuerdos}$$

Acuerdos + Desacuerdos

Encuesta: Se utilizará para determinar el conocimiento, dirección metodológica que tienen los entrenadores para el trabajo de la defensa de campo con dos manos por abajo con el contacto con las manos.

Observación: Se utilizará para evaluar el accionar técnico - táctico defensivo durante la aplicación de la variante técnica individual de los integrantes del equipo

estudiado, se podrá determinar la efectividad y participación de la misma durante el juego.

Triangulación: Se utilizará para mejorar y concretar el diagnóstico, sintetizando los resultados desde distintos ángulos a fin de contrastarlos e interpretarlos válidamente y coherentemente.

Criterio de especialistas: Se utilizará para la validación teórica de algunos elementos necesarios para conformar y trabajar la variante técnica de la defensa de campo con dos manos por abajo cuando el contacto se realiza con las manos.

Para la validación de la encuesta

- Validar el instrumento por especialistas
- Realizar una prueba piloto.

También utilizaremos el método Histórico-lógico, el cual nos permitirá establecer los antecedentes, de esta técnica de juego.

El análisis de contenido, el cual se realizará a distintos documentos, y nos permitirá profundizar acerca de los diferentes tests para conocer nivel técnico-táctico a nivel mundial y en nuestro contexto.

Por último el procesamiento estadístico.

2.4 Técnica de los procesamientos de los datos:

Se utilizaron tablas estadísticas que permitieron una mayor interpretación de los resultados.

Media aritmética: Permite establecer la cantidad de metros que recorren los jugadores delanteros.

$$\bar{x} = \frac{\sum x_i}{N}$$

Desviación típica: Para conocer la dispersión que existe entre los metros que se proponen en la prueba y lo real, o sea, para calcular la desviación con respecto a la media.

$$S = \frac{\sqrt{\sum(x_1 - x_2)^2}}{N - 1}$$

El Coeficiente de variabilidad: Para ofrecer una idea cuantitativa más exacta que tiene la desviación estándar y conocer cómo se dispersan los datos de la media, es necesario conocer su valor relativo con respecto a la media.

$$Cv = \frac{S \times 100}{x}$$

Efectividad: Para brindar la efectividad de cada una de las defensas durante su participación en las competencias.

Acciones positiva por cien dividido en total de acciones.

$$E = \frac{\text{Acciones}(+) \times 100}{\text{Total de acciones}}$$

Participación: Nos brinda en porcentaje la participación de las defensas con relación del total realizadas por las mismas.

La suma de las acciones positiva y negativas de una defensa por cien dividido en total de acciones.

$$P = \frac{\sum \text{Acciones}(+)(-) \times 100}{\text{Total de acciones}}$$

Para la valoración de los resultados obtenidos se utilizó la escala evaluativa de Zatsiosorsk (Zatsiosorsk.V.M.1989) la cual expresa tres intervalos.

0 – 10 Pequeña.

11 – 20 Media.

Más de 20 Grande.

Todo este procesamiento se realizó con el programa estadístico SPSS.

2.4.1 Métodos Estadísticos:

Para analizar los resultados de las encuestas se utilizaron en los estudios el cálculo porcentual. Además de, hojas de cálculo en Microsoft Excel de la versión 2003 del Office.

El método estadístico más (+) menos (-)

- Características del sistema.

1. Es el método más sencillo.
2. Permite observar el comportamiento técnico – táctico del equipo durante el juego.
3. Lo puede llevar el propio entrenador.
4. Solamente se utiliza los valores terminales, mas (+) se logra el punto, menos (-) se pierde el punto.
5. En el mismo se tiene en cuenta el comportamiento proporcional de las acciones ofensivas, defensivas e intermedias.

En el caso de las defensas están dentro de las acciones defensivas.

Desventajas.

1. No se cuantifican las acciones intermedias.

- Principios del sistema.

1. Las estadísticas tienen que servir a los intereses del rendimiento del equipo.
2. No se debe sumar las deficiencias del equipo contrario, independientemente de nuestra acción directa.
3. Todas las faltas del equipo deben anotarse.
4. Se debe evaluar atendiendo a las funciones.

- Ventajas y desventajas del sistema.

1. No se necesita grandes recursos para su realización.
2. La puede llevar una sola persona.
3. le sirve de instrumento de trabajo a nuestros entrenadores.

Desventajas.

1. No se lleva las acciones terminales.

- Valoración de las acciones.

Las mismas se van a dividir en:

- Ofensivas. Las que permiten logra o perder un punto. Ejemplo Ataque, finta.
- Defensivas. Las mismas no permiten ganar punto. Ejemplo recibo, defensa.
- Intermedias. Las mismas no permiten ganar punto, aparecen entre las ofensivas y las defensivas. Ejemplo. Pase, envió.

Orientaciones metodológicas del registro o control de rendimiento.

1. Se debe fijar claramente el objetivo del registro que se realizara.
2. No se debe registrar todo a la vez.
3. Ser mantendrá la igualdad de condiciones.
4. Se comenzara durante cada partido.
5. Utiliza los mismos medios auxiliares.

2.5 Análisis de los resultados

Anexo 1

Para demostrar la realización de dos tipos de defensas de campo diferentes, una cuando se realiza el contacto con los antebrazos, la que se ejecuta de forma tradicional y aparece en las diferentes bibliografías estudiadas y la que se realiza cuando el contacto se realiza con las manos se realizaron dos observaciones en los juegos escolares y su clasificación donde se pudiera demostrar planteado.

Tabla 1

En esta competencia tiene una gran importancia ya que la misma clasifica a los equipos a la fase final y discusión de las medallas. En la misma se realizaron un total de 144 de defensas de campo, de estas un total de 97de forma tradicional o el contacto con los antebrazos para un 67,36% de participación en la competencia y a su vez se realizaron un total de 47 de las defensas con las manos para el 32,61% de participación de las cuales 20 fueron positivas para el 42,5 % de efectividad.

Tabla 2

Durante la segunda fase o final del campeonato se realizaron un total de 142 defensas de campo muy semejante en cuanto a la cantidad total de defensas realizadas en ambas competencias, de las mismas se realizaron un total de 93 con el contacto con los antebrazos para un 65.49% de participación y 49 defensas con el contacto con las manos, superior a la competencia precedente para el 34,50% con una efectividad de

Con estos resultados se puede apreciar la participación de la defensa en estudio durante los juegos de voleibol.

Tabla 3

Por último tenemos el análisis del comportamiento de las defensas en ambas competencias, donde se realizaron un total de 296 defensas de estas 190 de forma tradicional para 64, 1 % de participación y se realizaron un total 96 con el contacto con las manos para el 32,4 % de participación con una efectividad del 48,95 %.

Debemos señalar que este tipo de variante se utiliza en los momentos más difíciles dentro de los diferentes pasajes de juego a la defensa, esta se realiza generalmente cuando ocurre un ataque de gran fortaleza y más distante del jugador por lo que se ve obligado a utilizarla cuando se producen acciones más difíciles. Por este motivo la menor participación en el juego.

Podemos agregar que se realizaron un total de 6, 8 defensas de campo con el contacto con las manos.

Para concluir podemos afirmar con relación a la participación y efectividad de las defensas de campos que durante los juegos ambas defensas tienen participación, siendo la defensa tradicional la más utilizada por parte de los jugadores, pero si es innegable la participación de la defensa de campo con el contacto con las manos con un menor porcentaje de participación pero si como una variante más de defensa en la realización del complejo II y permitiendo una mayor transición al contra ataque.

Anexo 2

Tabla descriptiva competencia Clasificatoria.

Para el análisis de esta tabla se utilizó la escala de Zatsiorskya la cual nos permitió la valoración de los comportamientos de las diferentes acciones de las defensas de campo, en este caso a excepción de acciones negativas de la defensa con las manos con un valor de 15,9 % evaluada de Media, es la única que sus valores son más homogéneos ya que las demás acciones con valores de 53,6 %, 57,5 % y 49,4 % tienen una gran dispersión.

Tabla descriptiva competencia Final.

Con relación a esta etapa los resultados son mucho más discretos ya que todas las acciones de las diferentes defensas son evaluadas de Grande, existiendo una gran dispersión sección en cada una de ellas siendo los porcentajes de 47,1 - 30,6 - 60,9 y 50,8%

Tabla descriptiva ambas participaciones.

En la sumatorias del comportamiento en ambas competencias también se puede apreciar que la dispersión es muy grande con la excepción de acciones negativa de la defensa tradicional con él % más bajo de 25,8 la cual es la más cercana a Media, las demás su dispersión es significativamente grande. Con 46,3 – 58,5 – 51,4 y 41,3 %.

Este comportamiento está dado fundamentalmente a las propias acciones del juego, como se ha planteado las acciones defensivas en el voleibol son más las difíciles y de menos posibilidades de llevar a cabo por el gran grado de dificultad para realizarlo entre otros aspectos, la velocidad que viaja el balón cuando es golpeado, el espacio a defender por cada jugador a la defensiva, la velocidad de las acciones ofensivas del voleibol actual.

2.6 RESULTADO DE LAS ENCUESTAS

Para la validación de la encuesta se tomaron cinco especialistas los cuales poseen 31, 5 años de trabajo y 26,8 años de experiencia en la especialidad deportiva, existiendo casos donde se pone de manifiesto entrenadores a nivel

nacional, campeones nacionales además de ver impartido docencia en el nivel superior, los casos los cuales no se han desempeñado a este nivel son o fueron metodólogos del deporte a nivel provincial por muchos años, la mayoría con resultados deportivos internacionales.

2.7 Valoración de la validación de la encuesta:

El primer resultado sobre primera proposición de encuesta fue la siguiente:

Se corrige la pregunta 1 inciso 5 y se propone defensa por abajo con el contacto con las manos.

Los encuestados no tuvieron una comprensión adecuada de la cuarta interrogante, proponiendo ser mejorada la misma.

Con relación a las pregunta 2 y 3 dieron su aprobación.

En cuanto a la segunda versión. Se reelaboro estas interrogantes para el pilotaje (ANEXO 3) al aplicar este también arrojó el mismo criterio, aprobaban las tres primeras interrogantes, pero expresaron dudas con relación a la cuarta, por lo que se volvió reelabora por tercera vez, quedando aprobada por parte de los especialistas y de esta manera quedo confeccionada la encuesta para su aplicación a los entrenadores seleccionados. (ANEXO 3)

2.8 Resultado de la encuesta a entrenadores. (ANEXO 4)

Su valoración no se aplicó por pandemia.

2.9 COMPARACIÓN DESDE EL PUNTO DE VISTA MORFOLÓGICO

En Anexo 5 se puede ver el movimiento del antebrazo y la mano durante el contacto, la flecha nos indica la dirección del balón cuando va hacer contacto. El A es el contacto es con los antebrazos y el B con las manos se puede apreciar la flexión de la mano en cada caso, en A defensa con los antebrazo el B con las manos.

Al realizar un el análisis morfológico se pudo apreciar que son dos movimientos diferentes. Los músculos que participan en la defensa con el contacto con las manos son los siguientes.

1-Situación

(Músculos agonistas)

Abducción radial

- Músculo Palmar mayor
- Músculo Primer radial
- Músculo Segundo radial Trabajo concéntrico
- Músculo extensor largo del pulgar
- Músculo abductor largo del pulgar
- Músculo Tríceps braquial (cabeza largo y corto).
- Músculo braquial.
- Músculo braquial radial.
- Músculo Pronador redondo.
- Músculo radial.
- Músculo Palmar mayor.

Estos músculos son antagonistas durante este tipo de movimiento y al pasar al contacto con las manos entonces pasan agonistas en la variante que se propone. Por lo que podemos afirmar que son dos movimientos completamente diferentes desde el punto de vista morfológico. ANEXO 5

3.1. CONCLUSIONES

En la práctica se pudo apreciar que durante la celebración de un juego de voleibol se realiza la defensa de campo con dos manos por abajo con el contacto con los antebrazos y con las manos.

Queda demostrado que desde la práctica se realiza la defensa de campo con dos manos por abajo con contacto con las manos con un gran porcentaje de participación y efectividad durante la celebración de los juegos de voleibol.

Desde el punto de vista morfológico los músculos que participan en cada movimiento son diferentes por lo que podemos afirmar que son dos movimientos técnicos totalmente diferentes.

3.2. RECOMENDACIONES

- Continuar la investigación de las influencias de la defensa de campo por abajo con contacto con las manos a la transición en el contra ataque por parte de los equipos de voleibol.
- Continuar el estudio sobre la descripción técnica de esta variante de juego y establecer una metodología para su enseñanza.

Referencias Bibliográficas

- Acosta, M. E. (2000). Psicología del Entrenamiento y la Competencia Deportiva. La Habana, Cuba: Pueblo y Educación.
- Andux. (1988). Programa de preparación del deportista. La Habana, Cuba: Pueblo y Educación.
- Bayer. (1986). La enseñanza de los juegos deportivos colectivos. Barcelona, España: Hispano Europeo.
- Borroto, E. (1990). Voleibol 1. La Habana, Cuba: Pueblo y Educación.
- Borroto, E. H. (1992). Ejercicios para la enseñanza de la defensa de campo en voleibolistas de la categoría 11-12 años. La Habana, Cuba: Pueblo y Educación.
- Cabello, N. (2004). El joven voleibolista. Manual para el entrenamiento de voleibol. Nivel 2. La Habana, Cuba: José Martí.
- Cervantes. (1990). Diccionario manual de la lengua española. La Habana, Cuba: Pueblo y Educación.
- Ferignal. (1965). Descripción de metodos y técnicas a emplear en el deporte baloncesto. La Habana Cuba: Pueblo y Educación.
- Fidler, M. (1980). Voleibol. La Habana, Cuba : Pueblo y educación.
- Frohner, B. (2000). Juegos para el entrenamiento. En B. Frohner, Juegos para el entrenamiento (pág. 165). EE.UU: Stadium.
- Grosser. (1986). Técnicas del entrenamiento. Teoría y práctica de los deportes. Barcelona, España: Martinez Roca.
- Guelmes, O. (1997). Análisis del rendimiento competitivo de los voleibolistas participantes en los Juegos Nacionales Escolares en 1996. Tesis de pregrado, Universidad de Las Villas. Villa Clara, Cuba.
- Guzmán. (1995). Análisis del rendimiento de la competencia JENAR. La Habana, Cuba.

- Harre. (1973). Revisión de conceptos de técnica deportiva desde la perspectiva biomecánica del movimiento. La Habana, Cuba : científico-técnica.
- Hernández. (1998). La iniciación deportiva al fútbol vista desde la Praxiología Motriz. Barcelona, España: Martinez Roca.
- Hernández Moreno, J. (1994). Fundamentos del deporte. Barcelona España: INDE.
- Herrera, G. y. (2005). Conferencia 1 de "Control de Rendimiento" tema "Control de Rendimiento en los voleibolistas del ISCF Manuel Fajardo". La Habana Cuba
- Ivoilov. (1981). Ensayos biomecánicos y metodológicos del entrenamiento. La Habana, Cuba: Científica-teécnica.
- Lucas, J.(2000). Recepción, colocación y ataque en el voleibol. Barcelona, España: Paidotribo.
- Klesshev. (1988). Voleibol. La Habana, Cuba: Científico-técnico.
- Martin, J. (2008). Voleibol Táctico. Barcelona España: Paidotribo.
- Matveev. (1983). Fundamentos de la preparación de los jóvenes deportistas. Moscú, URSS
- Neumanier, G. y. (1990). Técnicas de entrenamiento. Barcelona España: Martinez Roca.
- Ozolin. (1990). Principios del Entrenamiento Deportivo.La Habana, Cuba: Pueblo y Educación.
- Peiró, D. y. (1995). Enseñanza de los deportes de equipo en la iniciación de los juegos deportivos. Barcelona, España: INDE.
- Peña, S. (2013). Ejercicios especiales para el mejoramiento de la técnica de fildeo de los beisbolistas del cuadro de la categoría sub-15. Tesis de pregrado.Universidad de La Habana , La Habana, Cuba.

- Pérez. (2015). Ejercicios técnico-táctico para el mejoramiento de la defensa de campo de los jugadores líberos de voleibol. Tesis de pregrado, Universidad de las Villas, Santa Clara, Cuba.
- Ramos, J. (1993). Fundamentos técnicos de voleibol. Obtenido de <http://www.geocities.com>
- Rosa, D. (2013). Ataque y defensa en el voleibol. La Habana, Cuba: Pueblo y Educación.
- Shelmiket. (2000). Técnica y táctica del voleibol. Barcelona, España: INDE.
- Gil, J. T. (1989). Análisis del rendimiento técnico-táctico de los voleibolistas de la categoría 15-16 años. Participantes en los Juegos Escolares de alto Rendimiento de 1988 mediante el método estadístico más (+)menos(-). Tesis de pregrado. Universidad de la Villas. Villa Clara, Cuba.
- Theodorescu. (1977). El entrenamiento diario funcionado. Rev. Entrenamiento deportivo. Moscú, URSS.
- Ureña, A. (1993). Artículos técnicos del voleibol. Técnica segunda parte descripción de los elementos de juego. Obtenido de www.prquevoley.com
- Vankersschaver. (1982). Análisis de las estructuras del Juego Deportivo. La Habana, Cuba : Pueblo y Educación.
- Vargas, R. S. (2002). Comportamiento del saque en equipos nacionales masculinos de voleibol en eventos internacionales de primer nivel. Tesis de pregrado. Universidad de La Habana. Cuba
- voleibol, F. c. (2002). Programa de preparación del deportista . La Habana, Cuba: Pueblo y Educación.
- voleibol, F. c. (2002). Programa de preparación integral del deportista. Voleibol. Ciclo Olímpico 2013-2016. La Habana, Cuba: Pueblo y Educación.
- voleibol, F. c. (2006). Programa de preparación del deportista. La Habana, Cuba: Pueblo y Educación.

voleibol, F. c. (2012). Programa de preparación integral del deportista.ciclo olimpico. 2013-2016. La Habana, Cuba: Pueblo y Educación.

Vigostky. (1999). El desarrollo de los procesos psicológicos superiores. Barcelona, España: Crítica.

ANEXOS

ANEXOS 1.

Tablas de por ciento de efectividad y participación por cada tipo de defensa.

Tabla1.

Competencia Clasificatoria					
Técnicas	Resultados			% de participación en el juego	% de efectividad en el juego
	+	-	T		
D. Tradicional	57	40	97	67,36	58.7
D. Manos	20	27	47	32.61	42.5
T. Defensas	77	67	144		

Tabla 2.

Competencia Final					
Técnicas	Resultados			% de participación en el juego	% de efectividad en el juego
	+	-	T		
D. Tradicional	66	27	93	65,49	70.96
D. Manos	27	22	49	34,50	55,10
T. Defensas	93	49	142		

Tabla 3.

Totales en ambas competencias					
Técnicas	Resultados			% de participación en el juego	% de efectividad en el juego
	+	-	T		
D. Tradicional	123	67	190	64,1	64,7
D. Manos	47	49	96	32,4	48.95
T. Defensas	170	116	296		

ANEXOS 2.

Tablas descriptivas.

Competencia Clasificatoria							
	D Tradicional		D. Manos		Total		TOTAL
	Acciones Positivas	Acciones Negativas	Acciones Positivas	Acciones Negativas	Acciones Positivas	Acciones Negativas	Acciones
Media	9,5	6,2	3,3	4,5	12,8	10,7	23,5
Desv	5,1	1,0	2,1	2,6	6,3	2,5	6,3
Coef Var	53,6	15,9	62,0	57,5	49,4	23,5	26,7

Competencia Final							
	D. Tradicional		D. Manos		Total		TOTAL
	Acciones Positivas	Acciones Negativas	Acciones Positivas	Acciones Negativas	Acciones Positivas	Acciones Negativas	Acciones
Media	11,0	4,5	4,5	3,7	15,8	9,7	25,5
Desv	5,2	1,4	2,7	1,9	6,2	4,8	8,0
Coef Var	47,1	30,6	60,9	50,8	39,2	50,1	31,3

Totales de Participación							
	D. Tradicional		D. Manos		Total		TOTAL
	Acciones Positivas	Acciones Negativas	Acciones Positivas	Acciones Negativas	Acciones Positivas	Acciones Negativas	Acciones
Media	10,3	5,3	3,9	4,1	14,3	10,2	24,5
Desv	4,7	1,4	2,3	2,1	5,9	3,6	6,6
Coef Var	46,3	25,8	58,5	51,4	41,3	35,0	27,1

ANEXO 3.

Pregunta 4 análisis y cambios que se fueron realizando en cada uno de los momentos de su validación.

1. En qué momento del juego sus atletas utiliza cada una de las variantes.
2. En qué momento de las acciones técnico – tácticas durante el entrenamiento y posteriormente en el juego utilizarías cada variante de juego.
3. De los siguientes ejemplos marque con una **B** aquellos ejercicios que utilizarías para la enseñanza o perfeccionamiento de la defensa de campo con el contacto con los antebrazos y con una **M** en caso del contacto sea con las manos. En caso necesario señale según sus criterios cualquier aspecto con relación a la metodología de ejecución o en la estructura del ejercicio.
 - a _____ Individual. Sobre un balón colgado, se ejecuta el movimiento técnico.
 - b _____ En pareja, uno lanza el balón y el otro realiza la defensa.
 - c _____ En pareja, uno ejecuta ataque en cualquier dirección y el otro realiza defensa.
 - d _____ En pareja, ataque y defensa continuo.
 - e _____ En pareja, uno de frente a la pared, el otro lanza el balón contra ésta, al rebote ejecuta la defensa.
 - f _____ Defensa por zona uno (1) con ataque libre desde zona dos.
 - g _____ Defensa por zona 5 con ataque a los laterales.
 - h _____ En cuarteto ataque y defensa, ataque de zona dos (2) a zona uno (1) defensa a zona (3-2) este pasa a zona dos (2).

ANEXO 4.

ENCUESTA APLICADA A LOS ENTRENADORES.

GUÍA DE PREGUNTAS QUE SE ESTRUCTURAN LA ENTREVISTA A ESPECIALISTAS DEL VOLEIBOL.

Con el objetivo de mejorar la efectividad de la defensa de campo en el voleibol, tanto desde el conocimiento teórico para los egresados en la carrera de cultura física y el deporte, como para el desarrollo del mayor nivel técnico – táctico de nuestros jóvenes voleibolistas está encaminada dicha encuesta por lo que usted ha sido seleccionado para colaborar en el estudio por ser un especialista con varios años de experiencias.

Centro de trabajo:

Categoría docente:

Años de graduados:

Años de experiencia en la especialidad:

Labor que desempeña:

Resultados deportivos más significativos:

1. Marque con una X.

- Teniendo en cuenta el contacto con el balón cuantos tipos de defensa conoces.

_____ Defensa por abajo con el contacto con los antebrazos.

_____ Defensa con caída al frente.

_____ Defensa por arriba con las manos.

_____ Defensa con caída lateral.

_____ Defensa por abajo con contacto con las manos.

_____ Defensa otra defensa que conozca.

2. Existen dos tipos de defensa de campo con dos manos por abajo, una cuando el contacto se realiza con los antebrazos y otra con las manos. Según su criterio en que consiste la diferencias con relación al trabajo de las muñecas y el contacto del balón.
3. Durante la preparación de su equipo. ¿Trabaja por separado ambas defensas? Argumente.
4. De los siguientes ejemplos marque con una **B** aquellos ejercicios que utilizarías para la enseñanza o perfeccionamiento de la defensa de campo con el contacto con los antebrazos y con una **M** en caso del contacto sea con las manos. En caso necesario señale según sus criterios cualquier aspecto con relación a la metodología de ejecución o en la estructura del ejercicio.
 - a _____ Individual. Sobre un balón colgado, se ejecuta el movimiento técnico.
 - b _____ En pareja, uno lanza el balón y el otro realiza la defensa.
 - c _____ En pareja, uno ejecuta ataque en cualquier dirección y el otro realiza defensa.
 - d _____ En pareja, ataque y defensa continuo.
 - e _____ En pareja, uno de frente a la pared, el otro lanza el balón contra ésta, al rebote ejecuta la defensa.
 - f _____ Defensa por zona uno (1) con ataque libre desde zona dos.
 - g _____ Defensa por zona 5 con ataque a los laterales.
 - h _____ En cuarteto ataque y defensa, ataque de zona dos (2) a zona uno (1) defensa a zona (3-2) este pasa a zona dos (2).

ANEXO 5

(A)



(B)

