

ASPECTOS PEDAGOGICOS

ÉL POR QUÉ Y ÉL PARA QUÉ DE LA TÉCNICA.

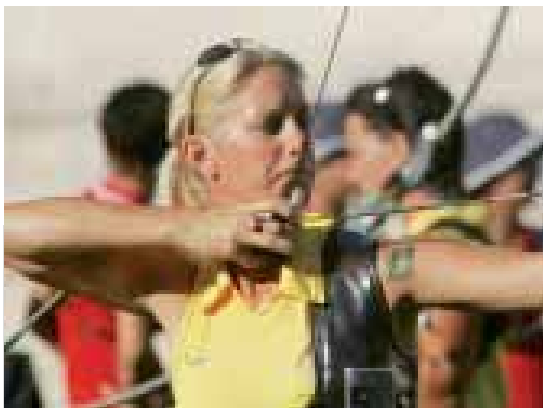
(I)

Antonio Muñoz Pérez

Estamos acostumbrados (generalizando, hay excepciones) dentro de la formación de técnicos especialistas en nuestro deporte, a ser espectadores pasivos en lo que comprende a la exposición de la técnica de tiro, indistintamente si se trata de arco recurvo o compuesto, en unos términos que se centran en mostrar básicamente la posición de elementos, posición de mano del arco, apertura, mano de cuerda, anclaje, etc. sin una justificación de su ¿porqué?, y ¿para qué?. La mayoría de las veces sin alternativas diferenciadoras que permitan contemplar variantes de adaptación, como las inevitables diferencias morfológicas y otras.



Lo que trato de escribir en este artículo, son en inicio, unas bases pedagógicas que traten de dar una explicación para la mejor comprensión, para el entendimiento sobre lo que denominamos técnica deportiva y nos capacite para saber distinguir los pro y los contras de un abanico de posibilidades que se presentan y la adaptación de partes o conjunto, para una adaptación personalizada.



No quiero caer en el error de estar en posesión de toda la verdad, y no soy yo quien lo tiene que juzgar, el lector lo podrá hacer a través de mis trabajos en este y otros artículos, en los que pretendo dar herramientas de trabajo y orientaciones, principalmente al conjunto técnico y como posibilidad de formación para todo practicante de nuestro deporte en su faceta competitiva.

Sí la técnica es en si, como se define en una de las que hemos escogido, la **forma y manera de ejecutar un movimiento deportivo eficaz y eficientemente**, también es verdad, que este movimiento o gesto motriz, debido a que cada persona es diferente a otra, incluso estando dentro de unos parámetros de corrección, se puede ejecutar de múltiples formas diferentes, al ser adaptadas a las limitaciones propias de cada individuo, sus dimensiones anatómicas, sus capacitaciones de fuerza, sus habilidades psicológicas y coordinativas, etc.

También es verdad que la técnica en nuestro deporte, aislada y separada de por sí misma, no garantiza de por sí unos resultados óptimos en el rendimiento, ya que se han conseguido marcas y triunfos excelentes, con el empleo de técnicas consideradas “malas”, “muy malas” y hasta diríamos que inconvenientemente desastrosas.



Por lo que podemos deducir que la técnica en el tiro con arco no es característica única de rendimiento.

Es por lo tanto que la “técnica” en sí aislada de todo el contexto que configura las perspectivas de rendimiento, no persigue en sí mismo unos objetivos inmediatos, lo que sí persigue es “El aprovechamiento óptimo de nuestras aptitudes y tiempo disponible, permitiendo unos logros más amplios, duraderos y repetitivos, con la misma cantidad de trabajo que nos es posible desarrollar y que debe estar muy de acuerdo con las características intrínsecas y extrínsecas del deportista.



Con esta explicación quiero expresar y justificar ¿el porqué? De la técnica, espero que con este resumen aclare, aunque sea de forma somera, los motivos y las ventajas, de la diferencia entre empleo de una buena a una mala. Que podamos resumir en que, con una mala técnica, podemos llegar a conseguir un alto rendimiento, pero con un techo limitado y una gran

proporción de entrenamiento, mientras que con una buena técnica se pueden alcanzar mayores cuotas, encauzando el entrenamiento a aspectos más rentables y por lo tanto con más posibilidades de rendimiento.

CONCEPTO GENERAL DE TÉCNICA.

La palabra “técnica” desde el punto de vista general, se puede definir de dos formas distintas:

- 1.- El conjunto de procedimientos de un arte o ciencia.
- 2.- La destreza para usar uno de esos procedimientos.

En la primera, podemos encuadrar todos aquellos elementos que de forma generalizada, configuran el modelo técnico.

En la segunda, encuadramos el dominio que muestra el deportista para hacer posible que dicha ejecución, sus capacidades físicas, el dominio de sus habilidades



psicológicas, sobre condicionantes internos y externos, para producir un aislamiento y concentración sobre aquello que debe de hacer y su ejecución no sea ni entorpecida, ni distorsionada.

DEFINICIÓN



Existen, en el ámbito de los deportes numerosas definiciones generalizadas y sin concretar dentro de los requerimientos de la versión específica, tantas como autores se han dispuesto a describirlas.

A continuación doy algunas de ellas, teniendo en cuenta que han sido dentro de un contexto globalizado del deporte y desde distintos ámbitos: entrenamiento deportivo, biomecánico, didáctico, etc.

- Modelo ideal de un movimiento deportivo, definido por los conocimientos científicos y experiencias prácticas. (Grosser y Neumaier, 1.986)
- Una técnica racional capacita al deportista para que emplee de modo económico y óptimo su capacidad física. (Harre, 1.987)
- Habilidad motriz (motor skill) es una serie de movimientos voluntarios dedicados a conseguir un objetivo específico. Ejecución (performance) es la manera que los movimientos que componen una habilidad motriz son ejecutados. Resultado es la media de la consecuencia de una ejecución. (Hay y Reid, 1.982)
- Forma de ejecutar un ejercicio deportivo. (Starosta, 1.991)
- Técnica perfeccionada o el modo más racional y efectivo posible de realización de los ejercicios. (Ozolin, 1.970)



Propongo mi definición propia y específica para el tiro con arco, (propongo, que no impongo) ya que no conozco ninguna que haya aparecido en ningún libro o revista especializada en nuestro deporte. Creo que puede servir para todas las especialidades y modalidades.

- Conjunto de posicionamientos, movimientos, y decisiones encaminados a la consecución de un objetivo determinado, el mayor número de veces, con la máxima precisión (centro).

Antonio Muñoz Pérez

Este artículo tiene continuación en ASPECTOS PEDAGOGICOS: ÉL POR QUÉ Y ÉL PARA QUÉ DE LA TÉCNICA (II)

