

Métodos para el entrenamiento de la 6ta parada circular y riposta en floretistas Pioneriles

Methods for the training of the 6th circular stop and riposte in pioneer floretists

Métodos para o treino da 6ª parada circular e resposta em atletas de florete Pioneer

MSc. Martin José Rodríguez-Paz*, <https://orcid.org/0000-0003-0128-7501>

martinjoserodriguez706@gmail.com

Lic. Mayrim Rodríguez-Guibert, <https://orci.org/0000-0002-6007-5877>

MSc. Reinier González-Foster, <http://orcid.org/0000-0002-5699-7458>

MSc. Alfredo Arística-Tavía, <https://orcid.org/0000-0002-6450-4166>

Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte (UCCFD) “Manuel Fajardo”, La Habana, Cuba

Recibido: febrero/2022

Aceptado: abril/2022

Resumen

El presente es un artículo didáctico y su metodología tiene que ver con los métodos lógico-deductivos; dado que lo extraído de la bibliografía especializada fue aplicado y generalizado en una acción técnica del florete en la categoría Pioneril que representa la problemática: Ofrecer medios y métodos precisos para la enseñanza y entrenamiento de estos floretistas pioneriles. El objetivo que se propuso fue la utilización de los métodos específicos de la esgrima, para el entrenamiento de la sexta parada circular y sus ripostas en este tipo de pionero. También está dirigido a los estudiantes de la especialidad Esgrima en las universidades de Cultura Física. La metodología de la enseñanza en la categoría pioneril, debe tributar al desarrollo intelectual, físico, técnico-táctico y al fomento de las cualidades volitivas: perseverancia, decisión, valentía, dominio de sí, soporte y superación de las exigencias deportivas, hacia el logro de sus propósitos. La utilización de métodos específicos para la enseñanza de la esgrima en esta categoría, es importante ya que permite optimizar el planteamiento y la solución de las tareas pedagógicas particulares en las condiciones que son adecuadas para la actividad especializada en esta área: Una buena combinación de parada y respuesta; considerada la segunda línea de defensa en la esgrima. En cada uno de los métodos específicos, se propusieron series de ejercicios técnico-tácticos para el perfeccionamiento del elemento propuesto. En este periodo el niño posee una elevada capacidad de aprendizaje y rendimiento en el aspecto motor y su diferenciación motriz fina se encuentra en alto desarrollo.

Palabras clave: Enseñanza de la Esgrima, Categoría Pioneril, Combinación Parada y Respuesta, Acción Técnica del Florete, Esgrimista Universitario, Sexta Parada Circular, Parada Circular y Riposta.

Abstract

This is a didactic article and its methodology has to do with logical-deductive methods; given that what was extracted from the specialized bibliography was applied and generalized in a technical action of the foil in the Pioneer category that represents the problem: Offer precise means and methods for the teaching and training of these pioneer foil players. The objective that was proposed was the use of the specific methods of fencing, for the training of the sixth circular stop and its ripostes in this type of pioneer. It is also aimed at students of the Fencing specialty at Physical Culture universities. The teaching methodology in the pioneering category must pay tribute to the intellectual, physical, technical-tactical development and the promotion of volitional qualities: perseverance, decision, courage, self-control, support and overcoming sports demands, towards achievement. of their purposes. The use of specific methods for teaching fencing in this category is important since it allows optimizing the approach and solution of particular pedagogical tasks in conditions that are suitable for the specialized activity in this area: A good combination of parry and answer; considered the second line of defense in fencing. In each of the specific methods, series of technical-tactical exercises were proposed for the improvement of the proposed element. In this period, the child has a high learning capacity and performance in the motor aspect and his fine motor differentiation is highly developed.

Keywords: Fencing Teaching, Pioneer Category, Parade and Response Combination, Foil Technical Action, University Fencer, Sixth Circular Parade, Circular Parade and Riposta.

Resumo

Este é um artigo didático e sua metodologia tem a ver com métodos lógico-dedutivos; tendo em vista que o que foi extraído da bibliografia especializada foi aplicado e generalizado em uma ação técnica do florete na categoria Pioneiro que representa o problema: Oferecer meios e métodos precisos para o ensino e treinamento desses floretes pioneiros. O objetivo que se propôs foi a utilização dos métodos específicos de esgrima, para o treino do sexto batente circular e suas réplicas neste tipo de pioneiro. Destina-se também a estudantes da especialidade de Esgrima das universidades de Cultura Física. A metodologia de ensino na categoria pioneira deve homenagear o desenvolvimento intelectual, físico, técnico-tático e a promoção das qualidades volitivas: perseverança, decisão, coragem, autocontrole, suporte e superação das demandas esportivas, rumo à realização de seus propósitos. A utilização de métodos específicos para o ensino da esgrima nesta categoria é importante porque permite otimizar a abordagem e solução de determinadas tarefas pedagógicas em condições adequadas à atividade especializada nesta área: Uma boa combinação de defesa e resposta; considerada a segunda linha de defesa na esgrima. Em cada um dos métodos específicos, foram propostas séries de exercícios técnico-táticos para o aprimoramento do elemento proposto. Nesse período, a criança apresenta alta capacidade de aprendizado e desempenho no aspecto motor e sua diferenciação motora fina é bastante desenvolvida.

Palavras-chave: Ensino de Esgrima, Categoria Pioneiro, Combinação de Desfile e Resposta, Ação Técnica de Florete, Esgrimista Universitário, Sexto Desfile Circular, Desfile Circular e Riposta.

Introducción

Los métodos para el entrenamiento de la 6ta parada circular y riposta: una acción compuesta de la esgrima, parada y respuestas y una importante combinación considerada la segunda línea de defensa y la acción técnico-táctica del florete, permiten un alto porcentaje de tocados.

Sin embargo, existe una situación problemática: La enseñanza y entrenamiento de esta combinación en los niños de la categoría Pioneril. Si se quiere que temprano se dominen los elementos técnicos más importantes, temprano se tiene que empezar a entrenarlos. No existe un método para entrenar una categoría específica. Ahora, sí debe variar un poco la forma o el medio en que se aplica en los mayores y en los niños.

Para adquirir destreza; considerada la cualidad típica de la esgrima, dice Campomanes (1993) "que se descubre y afina, y debe fomentarse entre los 6 y 13 años de edad. Mediante ejercicios específicos que ofrezcan al joven tirador el bagaje de aptitudes neuromotriz requerido en el deporte" (p.276). También sobre estas edades, aporta la Doctora Cañizares (2020) que "en este periodo el niño posee una elevada capacidad de aprendizaje y rendimiento en el aspecto motor, que su capacidad de diferenciación motriz fina se encuentra en un alto desarrollo"(p. 2).

Para el entrenamiento del elemento con estos niños, se utilizan los mismos métodos que en los adultos; métodos específicos del entrenamiento de la esgrima:

1. Entrenamiento sin contrario
2. Entrenamiento con medios auxiliares
3. Las clases individuales con el entrenador
4. Las clases con el compañero
5. Los asaltos de estudios y libres

Debido a todas estas consideraciones es que se propone como objetivo del trabajo, la selección de métodos específicos de la esgrima para el entrenamiento de la 6ta parada circular con su riposta en el florete Pioneril. Dirigido fundamentalmente a los estudiantes de la especialidad en las Universidades de Cultura Física.

Método y metodología

El presente es un estudio descriptivo, realizado para la enseñanza de un elemento técnico de la esgrima de florete en la categoría Pioneril. Para la determinación de los métodos más idóneos en la asimilación del elemento objeto de la presente publicación, se realizó una revisión bibliográfica, fundamentalmente a los clásicos del deporte; lo que permitió determinar la variedad de métodos existentes para utilizar en el estudio de esta técnica.

Mediante el análisis y síntesis, se estudiaron las características prácticas del elemento en cuestión desde todos sus aspectos y las formas de desarrollo del ejercicio que se utilizan en estos casos. Mediante la inducción-deducción y el análisis y síntesis; se determinaron las propuestas teóricas que fundamentan el deporte, la característica de los alumnos de esta categoría y los elementos objetos de estudio que contribuyen a la preparación de los profesores con relación a los métodos específicos del entrenamiento del deporte en estas edades, 11-12 años correspondientes a la categoría Pioneril.

Con los métodos global fragmentario y otros específicos para el entrenamiento de la esgrima, que son:

1. el entrenamiento
2. sin el contrario
3. entrenamiento con el contrario
4. con medios auxiliares
5. los entrenamientos en parejas
6. las clases individuales con el profesor
7. los asaltos de estudios y libres.

Resultados

Característica de la categoría Pioneril

El Programa Integral de Preparación del Deportista (PIPD 16-20), tiene como objetivo facilitar a los profesionales del deporte los elementos directrices programáticos de la preparación integral del esgrimista cubano.

La categoría Pioneril (11-12 años), tiene como objetivo general, la práctica sistemática de actividades como medio de formación integral y mantenimiento de salud. También se desarrollan en estas edades, hábitos de conductas e higiene acorde a los principios morales, éticos, de amor patrio; a capacidades de trabajo y a la plasticidad de sus movimientos. Tienen una secuencia lógica a la hora del estudio y consolidación de los elementos técnico-tácticos.

Al analizar estas pequeñas categorías, la Doctora Cañizares (2020) plantea que en Cuba el deporte escolar es la base del alto rendimiento, que se materializa en la llamada pirámide que va desde la iniciación deportiva basada en la educación física hasta el rendimiento en selecciones nacionales. Continúa su exposición de que en este periodo el niño posee una elevada capacidad de aprendizaje y rendimiento en el aspecto motor; su diferenciación motriz mejora y la percepción y respuesta a los estímulos sensoriales se ejercen con mayor precisión. Su coordinación motriz fina se encuentra en alto desarrollo.

Métodos específicos de la esgrima

La esgrima utiliza todos los métodos elaborados con fines docentes a la hora de la preparación de sus tiradores. Sin embargo, para lograr un nivel elevado técnico-táctico se utilizaron los presentados anteriormente. Es imprescindibles utilizar tales medios y modos que actuaron plenamente al perfeccionar las cualidades y los hábitos propios de la esgrima en estos pequeños floretistas.

Para el desarrollo del trabajo metodológico se tuvieron en cuenta (dado que se pretendía lograr un nivel elevado en la técnica y la táctica de los jóvenes tiradores) los métodos específicos del entrenamiento anteriormente mencionados (Tyshler, 1986, p.163).

Particularidad de la 6ta parada circular y su riposta

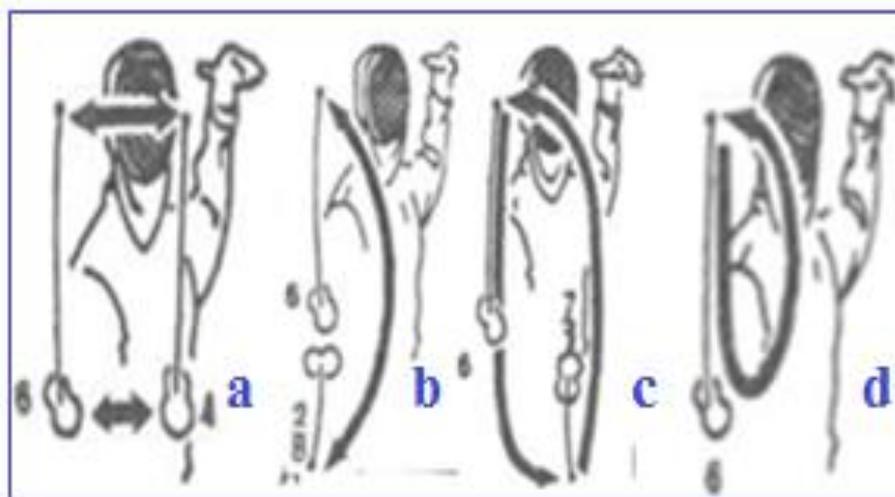
Las paradas circulares; también llamabas de contra, como expresa la profesora Cheris (2003), "son importantes cuando nos encontramos con el arma en el lado equivocado del hierro del adversario para poder usar la parada que hayamos elegido. La parada circular también protege en mayor medida nuestra superficie válida de los ataques del contrario." (p.99).

Son **las defensas**, define González (2013), en cuya realización la punta del arma describe un movimiento circular cerrado o casi cerrado y que son empleadas en los

mismos casos en que son utilizadas las defensas directas, además de esto, se usan frecuentemente para el rechazo de los toques con cambios y para dificultar al contrario el empleo de los ataques con engaños. En la realización de este tipo de defensa la mano y empuñadura, se quedan casi intactas. (p.162).

Al decir de Arkayev (1980), **la sexta posición** (Fig. 1a), "se encuentra en el tercer sector, el brazo armado semidoblado junto con el arma, se halla contra el límite derecho de la superficie válida. El antebrazo y la hoja forman una línea recta, dirigida hacia adelante y arriba"(p.122).

Fig. 1 Posiciones y sus cambios hacia 6ta

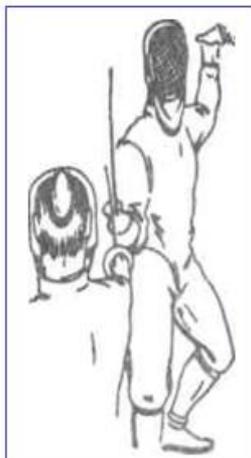


Fuente: Tomado de Arkayev (1980, p. 122)

Se llama **parada**, dice también Arkayev (1980), a la separación, realizada con su propia arma, del arma del contrario, es llevada a cabo por la contraposición de la región fuerte de su hoja sobre la región media de la hoja del contrario. En el florete son empleadas nueve tipos de paradas. De todas ellas las más utilizadas son la cuarta, la sexta, la séptima, la octava y la segunda, ejecutadas con movimientos tanto directos, semicirculares como circulares. (p.150).

La sexta parada directa (Ver Fig. 2) "es adoptada desde la cuarta y la quinta posición y desde los enlaces cerrados correspondientes. Defiende los sectores superiores de la superficie válida, y es realizada por la traslación del florete hacia la derecha y algo hacia adelante hasta asumir la sexta posición." (Arkayev 1980, p. 154).

Fig. 2 La 6ta parada directa

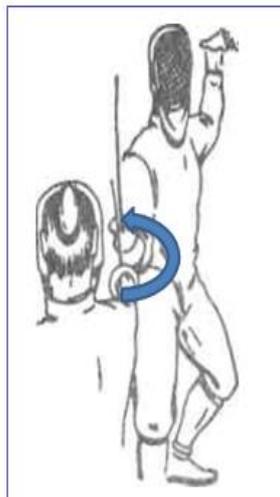


Fuente: Tomado de Arkayev (1980, p. 154)

La sexta parada semicircular es asumida desde las posiciones y enlaces inferiores. Desde la segunda y la octava posiciones, es realizada por un movimiento semicircular a favor de las manecillas del reloj, hasta asumir la posición de sexta (Fig. 1b y c). Desde de la séptima posición es ejecutada por la traslación suplementaria de todo el brazo; fundamentalmente de la mano y de extremo distal del antebrazo, describiendo el semicírculo siempre a favor de las manecillas del reloj hasta asumir la sexta posición (Úbeda, 2012, p.160).

La sexta parada circular (Ver Fig. 3) se realiza desde la sexta posición para rechazar el arma del contrario, cuando esta se encuentra dirigida hacia la línea alta de la zona válida. La hoja del florete realiza una curva cerrada hacia abajo y a la izquierda, después hacia arriba y a la derecha, hasta asumir la sexta posición, formando un círculo extendido hacia arriba y hacia la derecha. El eje del movimiento lo constituye la articulación de la muñeca y un punto de referencia, la cazoleta del florete. El diámetro de este círculo debe ser siempre lo más mínimo posible pero que proporcione la separación de la hoja contraria. (Arkayev, 1980, p.162)

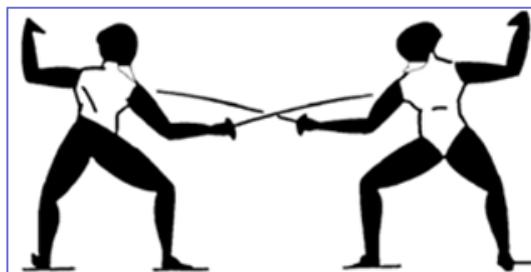
Fig. 3 La 6ta parada Circular



Fuente: Tomado de Arkayev (1980, p. 154)

La riposta es la acción ofensiva del tirador que ha parado un ataque del contrario. La mayoría de las veces se realiza con un ataque directo a la superficie válida del adversario después de la parada. Si se necesita que esta riposta sea precisa después de la parada, se regresa con la hoja a la posición de combate con la hoja y el antebrazo paralelo al suelo y se tira el ataque. La mayoría de las ripostas, plantea la profesora Chervis (2003), "se tiran a la línea alta de la zona válida. La superficie válida del florete (Fig. 4) es muy pequeña; hay que tocar con la punta del florete en la chaquetilla eléctrica". (p-104).

Fig. 4 Superficie válida en florete



Fuente: Tomado de Chervis (2003, p.169)

Discusión: El autor del artículo expondrá la significación práctica o teórica de sus principales hallazgos investigativos, interpretará sus resultados comparándolos con los de otros autores referentes ya publicados, para descubrir si los propios superan aquellos, lo igualan, se diferencian o tienen aspectos de coincidencia. En esta sección solo se discutirán los hallazgos demostrados en los resultados del artículo redactado y no otros.

Métodos específicos del entrenamiento en esgrima

El resultado final del proceso de preparación de los deportistas, plantean Sánchez y González (2004), depende de la correspondencia de los métodos seleccionados con respecto a las tareas del entrenamiento y del control de las interrelaciones entre los medios y los métodos utilizados. La utilización de los medios específicos permite optimizar el planteamiento y la solución de las tareas pedagógicas particulares en las condiciones que son adecuadas para la actividad especializada de los esgrimistas. (p.165).

En este caso, la investigación utiliza la esgrima a florete para el entrenamiento de los Pioneriles.

Normalmente se utiliza para la enseñanza y entrenamiento del elemento a desarrollar, el método de **Entrenamiento sin contrario**:

En este caso, el entrenamiento de la 6ta parada circular y riposta. Combinación útil e interesante, correspondiente a las defensas de la línea alta de superficie válida. Pertenece a la combinación de parada y respuesta, ya que se lleva a cabo para evitar que el adversario toque al esgrimista y a la vez permite al esgrimista tocarle. Como ya se explicó, es la segunda línea de defensa de la esgrima y se trata de una acción técnico-táctica que permite un alto porcentaje de tocados.

"Esta combinación es el comienzo para alcanzar niveles intermedio y avanzado aparte que hay que aprender temprano a defenderse o el adversario tendrá pocos motivos para atacarte siempre que quiera" (Cheris, 2003, p.100.).

Según Keller y Tyshler (1984), la parada circular de 6ta se ejecuta, describiendo un círculo con la punta de la hoja y terminando en la misma posición en la que empezó y la hoja del adversario termina en la línea opuesta a aquella en la que debería finalizar el ataque". (p.79).

Para la ejecución de la circular de 6ta (Fig. 3), el profesor tendrá en cuenta los siguientes pasos metodológicos:

1. El alumno moverá primero la punta del arma hacia la izquierda, pasándola por debajo del hierro adverso
2. Mantener la punta por encima de la cazoleta, más o menos al nivel de los ojos

3. Seguir en semicírculo como en el cambio de ligamento
4. Mantener firme la muñeca
5. Alcanzar con la punta del arma, la cazoleta y el antebrazo, la posición de 6ta simultáneamente.

Al emplear las paradas circulares, "es importante controlar la hoja; no usar el brazo, sino principalmente los dedos de la mano, manteniendo pequeña la parada. El movimiento circular debe ser fluido y detenerse a final del círculo" (Federación Cubana de Esgrima, 2021-2024, p. 102). No se debe perseguir la hoja del adversario si no la encuentra o si está fuera de la posición de 6ta, a menos que esa sea la orientación del entrenador para el entrenamiento y perfeccionamiento del elemento. La parada siempre debe realizarse con los dedos de la mano, con un ligero movimiento de la muñeca, manteniendo firme el tronco.

A continuación, se ofrecen ejercicios de corrección en la parada circular de 6ta:

1. Si realiza la parada demasiado amplia: Debe mover la punta del arma en uso de los dedos de la mano para describir pequeños movimientos circulares. Se tensará el brazo con energía y fiará la muñeca para detener el movimiento de la hoja a voluntad.
2. Si se utiliza el brazo y el hombro para realizar la acción (que es un error): Moverá primero la punta del arma (en uso de los dedos de la mano) para que la muñeca se desplace ligeramente. Se ha de mantener bajo el hombro y no permitirá que se levante ni se tense.
3. Si se levanta el codo separándolo del tronco hacia el exterior: Mantendrá el codo hacia adentro y apuntando hacia el suelo.

En el caso del **Entrenamiento con medios auxiliares** los dispositivos auxiliares de entrenamiento: espejos, plastrones, sacos o pelotas, representan un contrario condicionado. Ante esta interacción con los medios, crecen las exigencias para la exactitud de la ejecución de los elementos.

Estos medios tienen la particularidad de no tener un orden para ejecutarse. Los mismos suceden con todos los métodos específicos de la esgrima; se pueden realizar por turnos, en onda, como sea. Si se tienen los medios necesarios, se pueden realizar todos a la vez.

Se recomienda, luego de la enseñanza o el recordatorio del elemento del día, se vaya al espejo (Ver Fig. 5) para que el alumno personalice, fije y memorice la técnica o la acción. Con relación a la circular de 6ta con riposta y el espejo, después de dadas las orientaciones del entrenador y debido el diario entrenar, el joven tirador sabe qué hacer y cómo entrenar.

Fig. 5 El espejo como auxiliar en el entrenamiento



Fuente: Tomado de Arkayev (1980, p. 154)

Ejercicios para la práctica con espejo

1. Repetir varias veces punta en línea y velar que el antebrazo quede detrás de la cazoleta.
2. Tomar la posición de guardia como posición inicial y realizar varias puntas en líneas según las recomendaciones anteriores.
3. Desde la guardia, realizar varios cambios hacia la cuarta posición y regresar a 6ta con un ritmo más rápido que el de buscar la cuarta.
4. Desde las posiciones de 7ma primero, luego desde 8va o 2da, moverse a la 6ta posición con movimientos semicirculares.
5. Desde la 6ta posición realizar simulacros de 6ta parada circular, al inicio lento y al final, a la misma velocidad que si tuvieran en un asalto.
6. La riposta luego de cada uno de los simulacros de paradas, deben realizarse con mucho cuidado o un poco alejados del espejo para evitarle accidentes a los pioneros esgrimistas.

En el caso del Plastrón (ver Fig. 6) el propósito es obtener la precisión necesaria para familiarizarse con la posición del arma, con su manejo y con la distancia; así como aprender a extender el brazo armado sin tensar el hombro. Para el entrenamiento de la combinación planificada, comenzamos con el toque o ataque directo de la riposta. Para ello, póngase en guardia a distancia corta del plastrón. No se incline para conseguir la distancia correcta. Toque el plastrón con la punta

del arma. Lo hoja debe doblarse ligeramente hacia arriba en el tocado. Mantenga la muñeca, el codo, el hombro, la cadera, la rodilla y el pie adelantado en el mismo plano vertical.

Fig. 6 El plastrón



Fuente: Tomado de Arkayev (1980, p. 154)

Ejercicios para el entrenamiento en el plastrón

1. Toque directo desde distancia corta. Solamente extender el brazo con el arma y volver a la guardia, con intento de tocar los puntos numerados en la línea superior del blanco. 8 a 10 repeticiones.
2. Desde cuarta posición, buscar 6ta y tocar los puntos superiores del plastrón (tres distancias y 8 repeticiones).
3. Desde 8va posición, subir a sexta y tocar el blanco con paso y con fondo (8 repeticiones de cada uno).
4. Desde 6ta posición y distancia corta realizar contra de 6ta con paso atrás y tocar con fondo. Vuelta a la guardia y paso al frente (10 veces cada ejercicio).
5. Realizar combinaciones a gusto que terminen contra de 6ta y riposta.

El entrenamiento con compañero (también llamado **Entrenamiento en parejas**) se utiliza para dominar los manejos del arma durante el entrenamiento técnico-táctico; así como para perfeccionar las habilidades específicas ante una potencia activa del compañero, para ello, ambos compañeros de práctica deben hallarse vestido con indumentaria completa de esgrima durante todos los ejercicios.

En el caso de la circular de 6ta, se trabajará con el compañero; siempre desde la distancia corta. Se recomienda comenzar con ataques directos y algunas paradas directas de 4ta y 6ta directas.

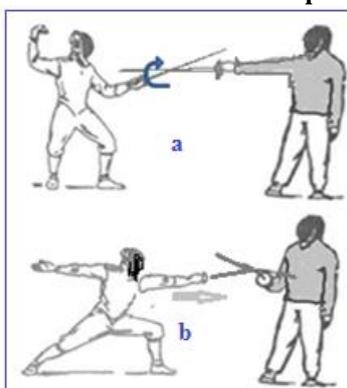
Ejercicios para el trabajo en parejas

1. Ataques al 4to sector desde las tres distancias. Sin acciones defensivas, ambos se dejan tocar (las repeticiones las orienta el entrenador).
2. Posición inicial de 4ta: Al ataque del compañero al 6to sector, parar 6ta directa y ripostar. El compañero se deja tocar 5 veces cada uno, luego otras cinco de manera alternas; se realizarán desde distancia corta, con paso y con fondo.
3. Posición inicial, la guardia. Al ataque del contrario al cuarto sector se realizará la parada con circular de 6ta y la riposta directa. Se dejan tocar 5 veces cada uno igual que en la anterior en las tres distancias. Cuando el ataque se realice con fondo, el compañero dará un paso atrás y ripostará a pie firme antes de que el compañero regrese a la guardia.

Clases individuales con el profesor (Fig. 7): En cuanto a las lecciones individuales, Arkayev (1980) plantea que estas:

Se presentan como uno de los métodos más importantes del estudio y entrenamiento del esgrimista. En estas, el profesor desarrolla los ejercicios por turnos con cada tirador, desempeñando el papel de contrario y creando determinadas condiciones para la ejecución de los elementos técnicos. Estas clases permiten concentrar la atención sobre las acciones de un esgrimista y teniendo en consideración sus particularidades individuales, trabajar estrecha y profundamente sobre su perfeccionamiento deportivo y prepararlo para la conducción del combate deportivo con diferentes contrarios. (p.394)

Fig. 7 Clase individual con el profesor



Fuente: Tomado de Arkayev (1980, p. 122)

Asaltos de estudios y libres: en este método, continúa Tyshler (1986)

El entrenamiento se aplica para perfeccionar los elementos y las acciones en las condiciones de una interacción activa. Este entrenamiento permite ampliar la

composición de las acciones, perfeccionar las cualidades volitivas y la habilidad para funcionar sus capacidades en las situaciones conflictivas por el contrario.

Este método de entrenamiento con el adversario crea las premisas para perfeccionar las acciones de los deportistas en las condiciones de una información limitada sobre las intenciones tácticas de este último con respecto al déficit de tiempo. Todo esto crea un fondo emocional elevado y una tensión grande, semejante a la actividad de las condiciones de competencias. (p.165).

El resultado final del proceso de preparación de los deportistas depende de la correspondencia de los métodos seleccionados con respecto a las tareas del entrenamiento y del control de las interrelaciones entre los medios y los métodos utilizados. La utilización de los métodos específicos permite optimizar el planteamiento y la solución de las tareas pedagógicas particulares en las condiciones que son adecuadas para la actividad especializada de los esgrimistas de la categoría Pioneril.

Conclusiones

- El resultado final del proceso de preparación de los deportistas depende de la correspondencia de los métodos seleccionados con respecto a las tareas del entrenamiento y del control de las interrelaciones entre los medios y métodos utilizados. Así mismo, la utilización de los métodos específicos permite optimizar el planteamiento y la solución de las tareas pedagógicas particulares en las condiciones que son adecuadas para la actividad especializada de los esgrimistas de la categoría Pioneril.
- La combinación de defensa y ripostas propuestas en el trabajo, crean el equilibrio necesario para cosechar éxitos en esgrima. A medida que el joven deportista domine estos movimientos, empezará a conseguir la confianza en sí mismo necesaria para controlar a cualquier adversario con el que pueda competir.
- Los tiradores principiantes y de nivel intermedio de todo el mundo atacan primero y piensan después. De hecho, algunos esgrimistas pueden perder la paciencia y atacar; otros atacan por miedo a ser tocado o por no saber qué hacer. Hay que aprender cuanto antes a defenderse, o el adversario tendrá pocos motivos para no atacar siempre que quiera.

Referencias Bibliográficas

- Arkayev, V. A. (1980). *La Esgrima* (1ra. Ed.). Orbe.
- Campomanes, G. J. (1993). *Esgrima*. Comité Olímpico Español.
- Cañizares, H. M. (2020). *El deporte escolar. Una mirada desde la psicología Aplicada*. La Bitácora del Dr. Ucha. <http://psicologiadeldeporte.space/>
- Cheris, E. (2003). *Manual de Esgrima. Claves paso a paso para dominar las técnicas con florete y espada*. Ediciones Tutor.
- Federación Cubana de Esgrima (2021-2024). *Programas Integrales de Preparación del deportista*.
- González, R. M. S. (2013). *La preparación psicológica y las percepciones especializadas: una reflexión necesaria*.
- Keller, V. y Tyshler, D. (1984). *El entrenamiento de los esgrimistas*. Editorial Científico-Técnica.
- Sánchez, A. M. E. y González, G. M (2004). *Psicología General del Desarrollo*. Deporte.
- Tyshler, D. A. (1986). *Manual para los Institutos Superiores de Cultura Física*. Editorial Científico-Técnica.
- Úbeda, V. (2012). *Las etapas del desarrollo deportivo*.

Declaración de Contribución

- *Martin José Rodríguez-Paz*: Desarrollo de la investigación
- *Mayrim Rodríguez-Guibert*: Traducciones y parte de la redacción
- *Reinier González-Foster*: Redacción y estilo científico
- *Alfredo Arística Tavía*: Revisión al estado del arte