



Entrenamiento de la preparacion fisica en la defensa integral deportiva (did) como arte marcial mixta

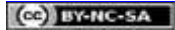
Physical capacities in the training of the sport integral Defense as Mixed Martial Art

Hugo Hernández-López ^{a*}, Jaime José Téllez-González ^{b*}, Fernando Larrua-Quevedo ^{c**}

- a. Combinado Deportivo 9 de Abril, Minas, Camagüey, Cuba
- b. Combinado Deportivo Juruquey-Bella Vista, Camagüey, Cuba
- c. Departamento de Educación Física, Universidad de Camagüey, Cuba

*Autor para la correspondencia: hugohl76@nauta.co.cu

Este documento posee una [licencia Creative Commons Reconocimiento-No Comercial Compartir igual 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)



Recibido: 12 de junio del 2020

Aceptado: 11 de noviembre de 2020

Financiamiento: ninguno
Conflicto de interés: no se declara

RESUMEN

El presente artículo está destinado a los entrenadores y practicantes de las Artes Marciales Mixtas para orientar mediante la Defensa Integral Deportiva (DID) cómo planificar el entrenamiento de la preparación física, técnica y táctica. Esta disciplina es interés de los profesores de las Artes Marciales Mixtas en Camagüey por las relaciones generales de las actividades competitivas de estos deportes, por tal motivo se declara como objetivo, implementar orientaciones metodológicas para la dirección del proceso de entrenamiento para los técnicos y entrenadores en la iniciación de la Defensa Integral Deportiva en las Artes Marciales Mixtas de Camagüey. Para lo cual fue necesario emplear varios instrumentos de la investigación, dando al autor la iniciativa de crear un sistema de combate que les permita mediante la evidencia documental describir las características de las acciones físicas, técnicas, psicopedagógicas y educativas. Estas orientaciones metodológicas develaron la clasificación en diferentes eventos nacionales como el Taekwondo y el Kickboxing, destacándose el sexo femenino, con aportes a la EIDE para el Taekwondo.

Entrenamiento de la preparacion fisica en la defensa integral deportiva (did) como arte marcial mixta.

Hugo Hernández-López, Jaime José Téllez-González, Fernando Larrua-Quevedo.



Palabras Claves: Entrenamiento, preparación física, artes marciales.

ABSTRACT

The present article is dedicated to the trainers and practitioners of the Mixed Martial Arts to guide by means of the Sport Integral Defense (DID) how to plan the training of the physical preparation, technique and tactics. This discipline is the professors' of the Mixed Martial Arts interest in Camagüey for the general relationships of the competitive activities of these sports, for such a reason it is declared as objective, to implement methodological orientations for the address of the process of training for the technicians and trainers in the initiation of the Sport Integral Defense in the Mixed Martial Arts of Camagüey. For that which was necessary to use several instruments of the investigation, giving the author the initiative of creating a combat system that it allows them by means of the documental evidence to describe the characteristics of the physical, technical actions, psicopedagógicas and educational. These orientations methodological to visualizing the classification in different national events as the Taekwondo and the Kickboxing, standing out the feminine sex, with contributions to the EIDE for the Taekwondo.

Keywords: Training, physical preparation, martial arts.

INTRODUCCION

Las raíces atribuidas a las modernas Artes Marciales Mixtas llegan hasta los antiguos Juegos Olímpicos realizados por los griegos, donde existían sistemas de combate más antiguos y documentados como el Pankration, esta forma de combate era abierto con pocas reglas y se introdujo en los Juegos Olímpicos Antiguos en el 708 a. c.

Algunos espectáculos de combates sin reglas se realizaron a finales del siglo XIX, representando un amplio abanico de estilos de combate, incluyendo Jiujiitsu, lucha libre, lucha grecorromana y otros en torneos y desafíos a lo largo de toda Europa.

A medida que las competiciones de Artes Marciales Mixtas se hacían más comunes, aquellos luchadores con una base de disciplinas de golpe se hicieron más competitivos cuanto más se conocían los agarres, presas (contra agarre) y combate en el suelo, dando lugar a notables sorpresas contra los luchadores de agarre dominantes, consecuentemente, los luchadores de agarre aprendieron de los puntos fuertes de sus rivales y comenzaron a incrementar su entrenamiento en los golpes.

Entrenamiento de la preparación física en la defensa integral deportiva (did) como arte marcial mixta.

Hugo Hernández-López, Jaime José Téllez-González, Fernando Larrua-Quevedo.



Este aumento general del entrenamiento cruzado resultó en luchadores mucho más polifacéticos, gracias a la difusión y popularización del deporte de las Artes Marciales Mixtas por el mundo, las cuales están en constante evolución. A medida que es aceptado en varios países, aumenta su repertorio debido a las diferentes artes marciales que son autóctonas de tales territorios como por ejemplo: en la India se empezaron a ver técnicas en las competiciones AMM del Kalaripayatu arte marcial propio de ese país, también en Filipinas con la Esgrima, en Indonesia con el Pencak Silat, en Francia con el Savate, entre otros.

El actual deporte de combate que permite el uso de Artes Marciales Mixtas (AMM) es el de mayor contacto que existe ya que permite el uso de golpes, patadas, llaves (luxaciones articulares), estrangulaciones, y técnicas provenientes de una gran variedad de otras disciplinas de combate y Artes Marciales como Kicksul, Karate, Kickboxing, Boxeo, Muay Thai, Judo, Lucha libre, Lucha grecorromana, Jiu jitsu, Jiu jitsu brasileño, Wushu, San Da, Sambo, Taekwondo, entre otras.

Dentro de las disciplinas más populares entre los practicantes de Artes Marciales Mixtas se encuentran las siguientes:

Kickboxing	Jiu-jitsu brasileño	Muay thai	San Da	Judo
Boxeo	Kyokushinkai	Sambo	Taekwondo	

Estas Artes Marciales dieron origen a la creación de otros sistemas híbridos de combate, que fueron desarrollados por luchadores veteranos basados en sus experiencias deportivas, tomando lo mejor de cada estilo y complementando sus carencias técnico-tácticas con aportes de otros estilos diferentes, resultando en sistemas híbridos de mayor efectividad.

En Cuba, también se han creado sistemas de combates híbridos de estas Artes Marciales Mixtas como el Okito, Puño continuo, Shinkaido Ryu y la Defensa Integral Deportiva (DID), esta última creada por el Cinturón Negro 1er Dan, especialista de Artes Marciales, instructor en armas blancas y Licenciado en Cultura Física Hugo Hernández López, el cual refiere que la DID está fundamentada en el proceso de enseñanza - aprendizaje conjunto al Proceso Docente Educativo (PDE) y contextualizado en las Artes Marciales Mixtas.

Específicamente en Camagüey se practican las Artes Marciales Mixtas, entre ellas la más conocidas son el Full Contact, Kickboxing, Muay Thai, K-1 y la Defensa



Integral Deportiva (DID) esta nueva disciplina, (DID), sirve de modelo para tener en cuenta la planificación del proceso de entrenamiento en dichas disciplinas, estas se caracterizan por presentar un alto volumen de elementos técnicos, téngase en cuenta, que se trata de deportes con finalidad táctica, el contenido se puede dividir en dos categorías fundamentales: ofensivos y defensivos, las cuales a su vez agrupan en otras situaciones tácticas, un gran conjunto de acciones de diferentes modalidades mixtas.

MATERIALES Y MÉTODOS

Actualmente existen numerosos maestros e instructores, pero muy pocos son Licenciados en Cultura Física, por lo que el proceso enseñanza-aprendizaje se imparte de forma empírica, pues no existe un programa que oriente la dirección de dicho proceso, ni son suficientes las fuentes bibliográficas para enriquecer el conocimiento de los técnicos y entrenadores que se encargan de la formación de las nuevas generaciones de practicantes de las Artes Marciales Mixtas.

Para la planificación de dicho proceso ha sido necesario apoyarse en los Programas Integrales de Preparación del Deportista de deportes de combate como la Lucha, Boxeo, Taekwondo, Judo los cuales son reconocidos por el INDER y se integran al Proceso Docente Educativo (PDE) para el entrenamiento de las Artes Marciales Mixtas en Camagüey.

El entrenamiento deportivo de las Artes Marciales Mixtas en Camagüey, necesita las transformaciones de un proceso pedagógicamente complejo, con aspectos muy variados, con una forma específica de organización, lo cual lo convierte en una acción sistemática y global, didácticamente organizada, que responde a leyes y categorías pedagógicas.

M. Echavarría. (2008) aborda en este sentido que ***“(...) el entrenamiento deportivo; es un proceso eminentemente pedagógico, que se ocupa del proceso de instrucción y educación de los deportistas (...)”***

Sin embargo, aun cuando la mayoría de los autores de la esfera deportiva plantean, que el proceso de preparación tiene una esencia eminentemente pedagógica, uno de los problemas de mayor trascendencia que enfrenta la enseñanza actual está relacionado con los criterios de selección y organización de la información científico técnica en planes y programas de estudio, con la selección de las vías y los métodos con fines de aprendizaje. De aquí, que una de las cuestiones ineludibles al



organizar y realizar el proceso de enseñanza sea, el de la determinación de los contenidos, su selección, estructuración, sistematización, su ordenamiento según determinados criterios y su dosificación.

.Al respecto, H. M. Dopico. (2011) argumenta que, ***“(...) la función esencial de la educación para el desarrollo permanente y continuo del entrenador deportivo, se caracteriza por indicadores de calidad y nada mejor que los procesos de formación y superación para ayudar a complementar dichos objetivos.”*** Por lo cual resulta de vital importancia que la superación de los entrenadores de forma general sea sistemática y se incremente paulatinamente.

Para las Artes Marciales Mixtas en cuanto a la planificación y dosificación de cargas, se tiene en consideración lo referido por C. M. Álvarez de Zayas (1996), J. Añorga (1989) y M. Fernández (1989), cuando hacen énfasis en la importancia del desarrollo profesional ya que este requiere del dominio del pensamiento lógico de la profesión y de la ciencia.

La superación de los técnicos y entrenadores debe ser un proceso ininterrumpido y consecuente, tanto en lo referido a la instrucción teórica como a la experiencia práctica, al aprender cómo orientar a sus atletas hacia el logro de hábitos y habilidades y al desarrollo de sus capacidades físicas y psíquicas, sobre todo en la etapa de iniciación.

Las Artes Marciales Mixtas son aquellas artes que se llevan a cabo mediante un combate sin armas, sujeto a las limitaciones aplicables establecidas con unas reglas y normas unificadas de la Comisión de aplicación de las mismas, mediante combinación de técnicas de distintas disciplinas de las Artes Marciales, incluyendo, sin limitación, el grappling (lucha cuerpo a cuerpo mediante agarres), las sumisiones, los golpes y las patadas.

Para realizar la enseñanza en las Artes Marciales hay que conocer los principios de ellas, porque basados en ellas se educa al alumno desde su iniciación en función de la ética, la honradez, el respeto, el compañerismo, el patriotismo, entre otros valores formativos y las Artes Marciales Mixtas, no son una excepción, para ello el entrenador debe saber trabajar con las diferencias individuales de cada peleador de acuerdo al sexo, temperamento, carácter, posibilidades y hacer énfasis dentro del conglomerado recurso técnico que forman parte del entrenamiento y de las habilidades más sobresalientes del alumno.

La mayoría de los autores de la esfera deportiva plantean, que el proceso de preparación tiene una esencia eminentemente pedagógica. "uno de los problemas



de mayor trascendencia que enfrenta la enseñanza actual está relacionado con los criterios de selección y organización de la información científico técnica en planes y programas de estudio, con la selección de las vías y los métodos con fines de aprendizaje.

En cuanto a la formación de técnicos, especialistas y entrenadores, visto ya desde el caso específico del deporte, es importante que se tenga en cuenta lo declarado por la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. UNESCO, (1968) cuando aborda que **“La situación del personal docente debería reconocerse; que el progreso de la educación depende en gran parte de la formación y de la competencia del profesorado, así como de las cualidades humanas, pedagógicas y profesionales de cada educador”**.

Los principios pedagógicos internacionalmente no están claramente definidos como los deportes de combates del calendario olímpico. Los principios de la enseñanza en las escuelas de las Artes Marciales Mixtas, constituyen en el contexto escolar un proceso de interacción e intercomunicación de varios sujetos, en el cual, el profesor ocupa un lugar de gran importancia como pedagogo que lo organiza y conduce, en el cual no se logran resultados positivos sin el protagonismo, la actitud y la motivación del alumno. De los entrenadores de los deportes de combate Hernández, L. (2019) asume que el entrenador deportivo de Artes Marciales Mixtas, es:

“(...) el profesor que, conscientemente, dirige la preparación de sus pupilos en correspondencia con las exigencias y variables de los ejercicios competitivos, organizando una actividad pedagógica que se sustenta en las competencias profesionales de pronosticar, planificar, orientar y controlar el proceso de entrenamiento”.

En la provincia de Camagüey, las investigaciones relacionadas con las temática de planificación, organización, control y evaluación en las Artes Marciales Mixtas son insuficientes por lo que se ha hecho necesaria la búsqueda de vías coherentes para darle solución a las mismas, de ahí la necesidad de seleccionar, agrupar, estructurar en un orden lógico los componentes metodológicos que contribuyen a la dirección del entrenamiento deportivo para aplicar y comprobar su efectividad en los practicantes que se inician en la Defensa Integral Deportiva.

En este sentido Cortes, E. (2014), plantea que los entrenadores, **“son los directivos del proceso enseñanza-aprendizaje, a través de los procesos axiológicos de dirección y de dirección didáctico-pedagógica, los cuales**



contribuyen a la sistematización en la formación multilateral de los atletas en varios momentos de su formación deportiva”.

Para que esta dirección sea efectiva la enseñanza debe organizarse según la naturaleza, características y condiciones del aprendizaje que la condicionan y sus objetivos estarán encaminados a los objetivos generales, los cuales permiten:

1. Incrementar al máximo, los recursos técnicos durante el proceso de enseñanza-aprendizaje correspondiente a la iniciación deportiva e introducir elementos de la táctica como base fundamental para el desarrollo técnico-táctico del futuro competidor.
2. Detectar a los alumnos con perspectivas inmediatas y atenderlos con entrenamientos diferenciados, para garantizar su ingreso a las escuelas de iniciación deportivas (EIDE) con una buena calidad técnica y táctica.
3. Promover el desarrollo físico multilateral del alumno cuidando su salud por medio de cargas, cuyos estímulos estén acorde con las particularidades morfo funcionales de las edades.
4. Formar y ampliar las nociones de respeto a los significados positivos afectivos, emitiendo juicios de valor asociados al pensamiento abstracto con ejemplos concretos durante la práctica de la Artes Marciales Mixtas.

El análisis y valoración de las orientaciones metodológicas para la Defensa Integral Deportiva en las Artes Marciales Mixtas se devela en lo anteriormente abordado, permitió emplear para los talleres orientaciones metodológicas de preparación técnico-tácticas para entrenadores en la iniciación, el cual contribuyó a la unificación de criterios con respecto a dicha preparación lo cual se comprueba en los resultados de las observaciones a las clases. Se aplicó un cuestionario con el propósito de conocer el criterio, tanto de los especialistas como de los entrenadores con relación a las orientaciones metodológicas y su funcionabilidad.

Es preciso esclarecer que para la confección de dicha orientaciones metodológicas, la selección de los contenidos tienen como premisas las tendencias actuales del entrenamiento deportivo, las exigencias de las Artes Marciales Mixtas y las exigencias para la iniciación, contextualizados en el ámbito específico de la Defensa Integral Deportiva, lo cual propició realizar adecuaciones en el plano metodológico de la dirección de la preparación técnico-tácticas.

De forma general, se reconoce por parte de las profesionales el haber mostrado resistencia antes de impartirse los talleres, con relación a la terminología empleada para definir la preparación técnico-tácticas; sin embargo, una vez aplicados los



talleres e implementada las orientaciones metodológicas y comprobar su efectividad, se suscitó un cambio significativo.

Orientaciones metodológicas para la dirección del entrenamiento en la Defensa Integral Deportiva en las Artes Marciales Mixtas.

Estas orientaciones metodológicas dirigida a los entrenadores de las escuelas de las Artes Marciales Mixtas, enseñan los recursos necesarios para que el entrenador se ubique y planifique el entrenamiento fundamentado en los objetivos y contenidos fundamentales de la etapa en curso, que componen su plan de estudio, para dirigir con enfoque interdisciplinario y desarrollador el proceso formativo. Los entrenadores deben:

- Propiciar en el entrenamiento, el uso de la televisión, el vídeo, la computación y otros medios, en función del autoaprendizaje constante a fin de potenciar su crecimiento humano y el perfeccionamiento continuo de los elementos técnicos.
- Orientar la aplicación de los fundamentos científicos e investigativos que permiten identificar los problemas que plantea la práctica profesional en las diferentes modalidades en las escuelas de las Artes Marciales Mixtas de Camagüey, con vista a su solución por la vía de la investigación.
- Asesorar la actividad científica vinculada a estos problemas.
- Estimular el intercambio de experiencias y la presentación de trabajos a eventos científicos.

Teniendo en cuenta lo anteriormente planteado, es necesario para la planificación de las clases o actividades de los profesores que estos reconozcan la necesidad de utilizar los métodos tradicionales para la enseñanza en las escuelas de las Artes Marciales Mixtas, existen escasos usos de los métodos tradicionales de la enseñanza según el proceso docente educativo de nuestro país, por lo que en las orientaciones metodológicas para la iniciación en las escuelas de las Artes Marciales Mixtas en Camagüey constituyen la esencia para el desarrollo de las mismas.

Nivel de asimilación: Cada objetivo instructivo tiene que dejar explícito el nivel de asimilación de los contenidos que se quiere lograr, es decir, el grado de dominio de estos contenidos (conocimientos y habilidades) que se pretende lograr, entendiéndose por dominio, la apropiación completa del conocimiento y las habilidades que están vinculadas a dicho conocimiento, en determinadas



condiciones. Los niveles de asimilación contextualizadas en las escuelas de las Artes Marciales Mixtas son cuatro:

- Primer nivel- Familiarizar: Se pretende que los estudiantes reconozcan los conocimientos o habilidades presentados a ellos aunque no los puedan reproducir el objetivo: Definir, enunciar, enumerar, describir, identificar, etiquetar, seleccionar.
- Segundo nivel- Reproducir: Implica la repetición del conocimiento asimilado o del conocimiento adquirido. Cuando el estudiante repite prácticamente lo dicho o lo hecho por el entrenador. Pueden utilizarse los verbos: explicar, traducir, debatir, interpretar, distinguir, reproducir, manifestar.
- Tercer nivel- Producir: Los practicantes son capaces de utilizar los conocimientos y habilidades en situaciones nuevas. Esto constituye una enseñanza que lo prepara para saber usar lo aprendido. Pueden utilizarse los verbos aplicar, modificar, calcular, resolver, utilizar, mostrar, demostrar, descubrir, relacionar, preparar, explorar, inmovilizar, localizar.
- Cuarto nivel- Crear: Se refiere a la creación propiamente dicha y supone la capacidad para resolver situaciones difíciles para la que no son suficientes los conocimientos adquiridos. En este caso no solo no se conoce el método para resolver el problema sino que tampoco se dispone de todos los conocimientos imprescindibles para resolverlo, por lo que es necesario presuponer un elemento cualitativamente nuevo.

RESULTADOS Y DISCUSION

Se puede analizar, cómo antes de ser aplicados ambos cuestionarios, solo el 24,28% de los entrenadores estaba a favor la implementación de orientaciones metodológicas y luego de culminados los talleres y su implementación como material bibliográfico, hay un incremento al 90,5% en el criterio de las profesionales a favor de las temáticas abordadas en las orientaciones metodológicas de forma general y lo más significativo es que los aspectos relacionados están en relación con la contextualización y actualización de los conocimientos en función del desarrollo deportivo desde la iniciación como eslabón fundamental.

Los entrenadores a través del cuestionario lograron manifestar que:



- Antes de comenzar esta experiencia veían el trabajo de la preparación técnico-táctica bastante interesante y ahora lo ven muy interesante.
- La forma en que se elaboró las orientaciones metodológicas recoge aspectos esenciales para dirigir, organizar y controlar el proceso de enseñanza-aprendizaje por lo que considero muy válida su confección, su aplicación e implementación en los talleres como material bibliográfico y a su vez su aplicabilidad para la planificación de la preparación técnico-tácticas no solo para la iniciación sino también para las otras categorías.
- Las orientaciones metodológicas de preparación técnico-táctica, se convirtió en un referente bibliográfico muy válido tanto para los técnicos y entrenadores noveles como para los que trabajan en la iniciación.
- Tanto en los talleres para la consulta de las orientaciones metodológicas y búsqueda de elementos se convierte en una propuesta muy válida para la preparación metodológica de los entrenadores a partir de la iniciación en la práctica de la Defensa Integral Deportiva para las Artes Marciales Mixtas.

Todo lo anterior demuestra la factibilidad de los talleres metodológicos, así como la validez de las orientaciones metodológicas, ya que existió una modificación y cambio de actitud por parte de los entrenadores, y directivas del deporte en cuestión.

La orientación metodológica puede concretarse con la inclusión de tareas encaminadas a la dirección de la preparación técnico-táctica. Como se puede observar mediante el ejemplo expuesto, en este capítulo son explicadas diversas variantes de actuación por parte del docente, con el fin de que los entrenadores vayan apropiándose de modos de actuación profesionales. Ello devela, además, la importancia del trabajo colaborativo entre los entrenadores y la posibilidad de contextualizar las ideas expuestas en correspondencia con las tendencias actuales del entrenamiento deportivo y las exigencias de la Defensa Integral Deportiva y las Artes Marciales Mixtas.

Los resultados de la aplicación del criterio de las especialistas en los talleres, permitieron llegar a la conclusión de que tanto el modelo como la orientación metodológica fueron apreciados positivamente. Asimismo, ofrecieron recomendaciones, las cuales en algunos casos fueron considerados para la elaboración final de la propuesta y otras exigen una profundización posterior a partir



del diseño curricular, lo cual no ha estado al alcance del autor de esta tesis en el momento actual.

En el período en el cual fue llevado a cabo el pre-experimento los entrenadores asumen integralmente los contenidos de la preparación técnico-tácticas para la etapa de iniciación en Defensa Integral Deportiva para las Artes Marciales Mixtas, lo cual les permitió alcanzar la dirección de dicha preparación durante el proceso enseñanza-aprendizaje.

Se valoraron los resultados de la encuesta antes de aplicar el programa de ejercicios a los deportistas. El 100% de los especialistas consideran que es importante el conocimiento sobre la planificación del ejercicio físico en función de las habilidades así mismo, todos coinciden en que la progresión del ejercicio en tres etapas es correcta. El 95 % de los encuestados considera que el tiempo, duración y frecuencia de realización de los ejercicios es adecuado en relación con los contenidos seleccionados, mientras que el 97.5 % estima que el programa presenta una estructura adecuada y que los ejercicios seleccionados se encuentran bien planificados.

Todos opinan que el programa propuesto puede dar cumplimiento a los objetivos que se plantean. El 100 % comparte el criterio de que las modificaciones, no deben variar con la realización de los ejercicios físicos del programa, sin embargo, los ejercicios seleccionados tuvieron el 100% de aceptación entre los expertos;

El 100% de ellos considera que los entrenadores de Artes Marciales Mixtas de Camagüey pueden aplicar el programa de ejercicios propuesto, en cualquiera de las modalidades una vez realizado el adiestramiento y con previo estudio de las orientaciones metodológicas de ejercicios elaborado a los efectos.

En resumen, la enseñanza es el acto mismo de propiciar la asimilación activa de conocimientos, destrezas y valores que forman parte del contenido propio del deporte lo cual tributa a la metodología de la enseñanza ya que a nivel teórico es el conjunto de métodos, técnicas y procedimientos que debidamente relacionados optimizan la actuación del profesor.



CONCLUSIONES:

1. Para la confección de este proyecto se elaboró el orden de trabajo para el desarrollo de las capacidades físicas y habilidades técnicas durante las etapas de preparación del deportista, para lo cual se seleccionó, organizó, y diseño el programa de entrenamiento por grados técnicos del nuevo sistema de combate mixto, teniendo en cuenta las zonas válidas de puntuación, reglas y arbitraje.
2. Se evidencian debilidades en los elementos teórico-prácticos necesarios para que los entrenadores puedan asumir dicha preparación de manera integrada en la etapa de iniciación, de lo que se infiere que las instituciones formadoras ayudan a la conformación de una parte de su profesión y el resto lo otorga la propia práctica profesional, lo cual permitió corroborar la necesidad de buscar formas de superación creativas y directamente relacionadas con la sesión de entrenamiento (clase) que a su vez constituyan vías de retroalimentación para el entrenador en el proceso de enseñanza-aprendizaje.
3. El estudio realizado permitió la creación de un sistema de combate mixto que presenta en su programa de enseñanza los recursos necesarios para planificar de forma eficaz el entrenamiento, no es posible afirmar que el ejercicio competitivo de la Defensa Integral Deportiva (DID) será lo suficientemente atractivo, pero si será más intenso y perseverante en las técnicas aplicadas también muy parecido al combate real.
4. Las orientaciones metodológicas de superación para la dirección técnica en la iniciación de la Defensa Integral Deportiva para las Artes Marciales Mixtas que incluye diversos momentos: diagnóstico, planificación, ejecución y evaluación; siendo la tarea el elemento central para su concreción en los talleres metodológicos, en correspondencia con el modelo de dirección técnica, lo cual permite establecer una sinergia entre los diferentes procesos cuya calidad resultante es la sistematización metodológica del proceso de dirección para la preparación en la Defensa.



REFERENCIAS:

- Álvarez de Zayas, C. (1996) Educación superior y sociedad. El diseño curricular en la Educación Superior Cubana. La Habana: Ministerio de Educación Superior.
- Añorga Morales, J. (1989) El perfeccionamiento del sistema de superación de los Profesores universitarios. Tesis en opción al Grado Científico Doctora en Ciencias Pedagógicas. La Habana: ISP “Enrique José Varona”.
- Cortés, C. (2014). Estrategia de Superación Metodológica para la dirección de la preparación técnico-coreográfica en la etapa de iniciación del Nado Sincronizado. Tesis Doctoral. Universidad de Camagüey. Facultad de Cultura Física. Cuba. Inédita.
- Dopico, H. M. (2011). Estrategia psicopedagógica de formación continua para entrenadores, dirigida al tratamiento del componente psicológico en atletas escolares. Tesis Doctoral no publicada, Instituto Superior de Cultura Física, La Habana.
- Fernández, M. (1989). La profesionalización del docente. Madrid: Ed. Escuela española S.A.
- Hechavarría, M. (1994). La formación de experiencias pedagógicas en los estudiantes como base para la asimilación de conocimientos y habilidades para la disciplina Teoría y Metodología de la Cultura Física. Tesis Doctoral no publicada, Instituto Superior Pedagógico “Enrique José Varona”, La Habana.
- UNESCO/OIT. (1968). La situación del personal docente, recomendación internacional. Paris: UNESCO.

Conflicto de intereses:

Los autores declaran que no poseen conflicto de intereses respecto a este texto.