



Argudo-Fuentes, C.; López-Gullón, J. M.; Bazaco-Belmonte, M. J.; Vegara-Ferri, J. M.; Angosto, S. (2020). Formación técnico-táctica de los luchadores olímpicos españoles. *Journal of Sport and Health Research*. 12(3):446-457.

Original

FORMACIÓN TÉCNICO-TÁCTICA DE LOS LUCHADORES OLÍMPICOS ESPAÑOLES

TECHNICAL -TACTICAL FORMATION OF SPANISH OLYMPIC WRESTLERS

Argudo-Fuentes, C.¹; López-Gullón, J. M.¹; Bazaco-Belmonte, M. J.²;

Vegara-Ferri, J. M.¹; Angosto, S.¹

¹*Faculty of Sports Science. University of Murcia*

²*Faculty of Education. University of Murcia*

Correspondence to:
Salvador Angosto Sánhcez
Faculty of Sports Science. University of Murcia
C/ Argentina s/n, 30720, Spain
Tel. +34 665485383
Email: Salvador.a.s@um.es

*Edited by: D.A.A. Scientific Section
Martos (Spain)*



Received: 24/09/2019

Accepted: 25/11/2019



RESUMEN

Objetivos. El objetivo de este estudio fue conocer cómo se ha llevado a cabo el trabajo técnico-táctico en el proceso de formación deportiva de los luchadores olímpicos españoles. **Método.** Se empleó una metodología cualitativa, realizando una entrevista semi-estructurada a 21 luchadores. **Resultados.** Los luchadores olímpicos estiman que no han trabajado adecuadamente los aspectos técnicos en la etapa de iniciación deportiva, y en menor medida los tácticos. La técnica propia en la mayoría p=15 se ha desarrollado el modelo clásico. Desde el año 2000 a criterio de los participantes p=9 están totalmente de acuerdo con el nuevo proceso de entrenamiento, que integra los componentes técnico-tácticos en una unidad lógica vinculada al rendimiento progresivo, incrementando notablemente los resultados en competición. **Conclusiones.** En el proceso de formación, los elementos primordiales del entrenamiento deportivo encontramos en primer lugar la técnica, simultáneo a la táctica como los componentes más importantes y determinantes en la alta competición para alcanzar la excelencia.

Palabras clave: lucha olímpica; formación deportiva; alto rendimiento; talento; técnica; táctica.

ABSTRACT

Objectives The aim of this study was to find out how the technical-tactical work has been carried out in the process of sports training for Spanish Olympic wrestlers. **Method.** A qualitative methodology was used, carrying out a semi-structured interview with 21 wrestlers. **Results.** The Olympic wrestlers estimate that they have not worked adequately the technical aspects in the stage of sports initiation, and to a lesser extent the tactics. The own technique in the majority p=15 has developed the classic model. Since the year 2000, according to the criteria of the participants, p=9 are totally in agreement with the new training process, which integrates the technical-tactical components in a logical unit linked to the progressive performance, increasing notably the results in competition. **Conclusions.** In the training process, the main elements of sports training we find in the first place the technique, simultaneous to tactics as the most important and determining components in high competition to achieve excellence.

Keywords: Olympic wrestling; sports training; high performance; talent; technique; tactics.



INTRODUCCIÓN

Las Luchas Olímpicas (LO) es una de las modalidades olímpicas más antiguas, a pesar de su larga historia en España se trata de un deporte minoritario. Actualmente los deportes de combate representan una cuarta parte de las medallas olímpicas (Ko, Kim y Valacich, 2010), siendo las Luchas Olímpicas la modalidad de combate que más medallas reparte (72 medallas) repartidas en sus tres especialidades (Grecorromana, Libre Olímpica y Lucha Femenina).

El comienzo de una disciplina deportiva se establece como base la iniciación deportiva, entendido esta como la primera etapa de socialización y desarrollo formativo de un deportista, donde este adquiere determinadas habilidades en un proceso de enseñanza-aprendizaje (Giménez y Castillo, 2001). En dicho proceso numerosos estudios postulan que la formación deportiva de un atleta depende de multitud de principios (pedagógicos, psicológicos, motrices, etc.) y no sólo la genética o la dedicación del deportista al entrenamiento (Lorenzo y Calleja 2010; Ruiz y Salinero 2010). Otros especialistas muestran el rendimiento deportivo como un proceso integrado influyendo en el mismo, aspectos contextuales, técnicos, tácticos, físicos y psicológicos (Robles, Robles, Giménez y Abad, 2016).

Diferentes estudios han constatado que además del rendimiento físico y psicológico, las habilidades técnico-tácticas que han adquirido los luchadores durante su proceso de formación son importantes para definir su nivel competitivo (García-Pallarés, López-Gullón, Muriel, Díaz e Izquierdo, 2011; Karnincic, Tocilj, Uljevic, y Erceg, 2009; López-Gullón et al. 2011; Song y Garvie, 1980). La utilización adecuada de los complejos técnico-tácticos depende en gran medida de la preparación física (Latyshev, Korobeynikov y Korobeinikova, 2014) entendida e integrada en el desarrollo de las cualidades físicas y coordinativas, permitiendo al atleta aplicar adecuadamente las acciones en su camino hacia la alta competición y obtener la victoria, (Trujillo, 2010).

Para el luchador es necesaria la preparación de los movimientos técnico-tácticos desde la lógica interna de la lucha, adaptándose a diferentes adversarios y situaciones (Bujak, Gierczuk y Litwiuk, 2013;

Tropin, Romanenko y Ponomaryov, 2016) que posibiliten un desarrollo multifactorial en la búsqueda de una adecuada adaptación de estas acciones. Por tanto, la potenciación del entrenamiento táctico de forma jugada en los deportes de combate posibilita una mayor aproximación a la situación real de competición de una manera más lógica y eficaz (Agostinho et al. 2015; Artioli, Saunders, Iglesias y Franchini, 2016; Tünneman, 2013).

El análisis deportivo parte de un planteamiento general, definiendo unas variables previamente, se ejecuta en consonancia al desarrollo para llegar a la mejor solución (Thorpe, Bunker y Almond, 1984). En este sentido, Hall (2003) establece que las variables definidas son conocidas y están relacionadas con el reglamento o elementos estructurales del deporte estableciendo qué se puede hacer y cómo se puede hacer, (Hoye, Smith, Nicholson y Stewart, 2015); variables relacionadas con las leyes físicas (León, Calero y Chávez, 2016; Özkaya, Leger, Goldsheyder y Nordin, 2016); variables relacionadas con el tipo de esfuerzo, tipo de interacción, y repetición de las acciones; (Hecimovich, King y Garrett, 2016; López-Gullón, 2010; Pallares, et al., 2016); y, finalmente, variables relacionadas con las características del deportista ya sean morfológicas, fisiológicas, cognitivo, sensoriales, volitivas o sociales (Baker, Cogley y Schorer, 2013; Calero, 2014; Morán-Navarro, Valverde-Conesa, López-Gullón, De la Cruz-Sánchez y Pallarés, 2015; Starosta y Rynkiewicz, 2011).

El objetivo de la Lucha Olímpica se manifiesta como un deporte de interacción motriz de contacto, que requiere una gran toma de decisiones, no solo influyen las acciones del luchador sino las del adversario y la disposición sobre el tapiz de combate. Un buen desarrollo técnico-táctico y una adecuada formación permitirá una mejor optimización en la toma de decisiones durante el combate que ayuden a alcanzar el éxito.

La técnica es el componente más importante dentro la Lucha Olímpica y resulta determinante en el desarrollo de un rendimiento óptimo (González, Aguilera, Pérez y Gamboa, 2014). La asimilación de la técnica deportiva, en la mayoría de los casos supone el dominio simultáneo de la aplicación táctica en las condiciones de competición. Sin embargo, la



progresión y el análisis de las características de la técnica en la lucha deportiva es un proceso complejo (López-González y Miarka, 2013; Tropin, 2013), en referencia al control que ejercen luchadores con un buen desarrollo técnico en la competición, a menudo superan a otros adversarios con una mejor condición física, denotando la importancia que tiene el trabajo técnico desde la base para equilibrar posiciones (González y Calero, 2014).

En base al conocimiento actual, son escasos los trabajos sobre las variables técnico-tácticas que integran los procesos de formación desde la base hasta alcanzar la élite en deportes de combate. Por tanto, el objetivo de investigación es analizar la magnitud y alcance de los distintos componentes del entrenamiento deportivo dentro de la preparación técnico-táctica en el proceso de formación de los luchadores olímpicos españoles.

MATERIAL Y MÉTODO

Diseño

El diseño del presente estudio tiene un enfoque cualitativo basado en la teoría fundamentada y etnográfico en el caso de la entrevista a los luchadores olímpicos, mientras que la historia de vida tiene un diseño narrativo (Hernández-Sampieri, Fernández-Collado y Baptista, 2014).

Muestra

La población de luchadores olímpicos españoles era de 36 deportistas, de los cuales 26 sujetos aún seguían vivos, representando el 76 % de la participación española en Luchas Olímpicas en toda la historia de los Juegos Olímpicos modernos (JJOO). La muestra del estudio fue de 21 luchadores, 19 hombres y dos mujeres teniendo en cuenta que la participación de las mujeres no se incorporó hasta 2004 en los JJOO de Atenas. No se pudo contactar con los otros cinco luchadores por motivos desconocidos.

Instrumento

El instrumento utilizado fue una entrevista semi-estructurada diseñada y validada por Robles et al. (2016) y adaptada a la lucha por tres especialistas expertos en Luchas Olímpicas. La entrevista estaba constituida por 52 preguntas agrupada en seis dimensiones a partir de las dimensiones establecidas con sus respectivos sistemas de categorías, los cuales

sirvieron para ir orientando las preguntas sobre las que se quería obtener información.

Este estudio analiza exclusivamente la dimensión técnico-táctica (DPs) de la entrevista, esta dimensión pretende conocer la importancia que el deportista le da a estos aspectos, si considera que ha trabajado correctamente el componente técnico-táctico durante su formación deportiva y en qué etapa considera necesario profundizar más en ello, la dimensión Técnico-Táctica estaba compuesta por las siguientes categorías: i) Importancia de la técnica; ii) Trabajo de la técnica; iii) Importancia de la táctica; iv) Trabajo de la táctica; y v) Características propias.

Procedimiento y Análisis de datos

En la realización de este estudio, en primer lugar, se realizó la búsqueda de luchadores olímpicos a través del “Buscador de Deportistas” del Comité Olímpico Español (COE; www.coe.es), verificándose el número de luchadores españoles que han sido olímpicos a lo largo de la historia de los JJOO. Una vez obtenido el listado de luchadores olímpicos se puso en contacto con los responsables de la Federación Española de Luchas Olímpicas y Deportes Asociados (FELODA) para poder localizar a dichos deportistas a través de las bases de datos de la propia federación.

Localizados los deportistas y con el consentimiento de los mismos se realizaron las entrevistas, once se realizaron presencialmente en diferentes espacios debidamente acondicionados, para que cada sujeto desarrollara la entrevista sin interrupciones y de la manera más cómoda posible. Mientras los otros diez sujetos se desarrolló la entrevista vía telefónica. Todos los sujetos tuvieron una entrevista en profundidad sin factor de tiempo.

Los datos obtenidos de la entrevista fueron organizados y manipulados, como propone Hernández-Sampieri et al. (2014), grabando cada entrevista con dos grabadoras diferentes para evitar posibles fallos o pérdidas de información. Se utilizó para aumentar la calidad y seguridad de la grabación un micrófono WORK con el software de grabación de sonido ATUBE, al tiempo que una grabadora digital. Pasando la transcripción a un procesador de textos posteriormente. La entrevista se dividió en seis dimensiones y, éstas a su vez se subdividen en categorías con sus respectivos códigos.



Una vez realizada la transcripción de las entrevistas en profundidad y de manera digitalizada, las analizamos con ayuda del programa informático ATLAS.ti. Algunos autores expresan las ventajas del uso del ATLAS.ti al tratarse de un programa de análisis cualitativo asistido por un software, permite al investigador asociar códigos para ser analizados significativamente con enfoques formales y estadísticos (Hwang 2007; Lewis 2004).

RESULTADOS

Los resultados de los aspectos técnico-tácticos analizados mostraron la importancia que les dieron los luchadores durante su proceso de formación deportiva, como desarrollaron la técnica y que etapas consideraban más importantes la profundización en la táctica o si el trabajo realizado tendía hacia los complejos técnico-tácticos. La dimensión técnico-táctica se dividió en cinco categorías que tuvieron 206 unidades de análisis (ua). Existió una ponderación creciente entre los cinco códigos: características propias, importancia de la táctica, trabajo de la técnica, trabajo de la táctica e importancia de la técnica, 36, 39, 42, 44, y 45 ua.

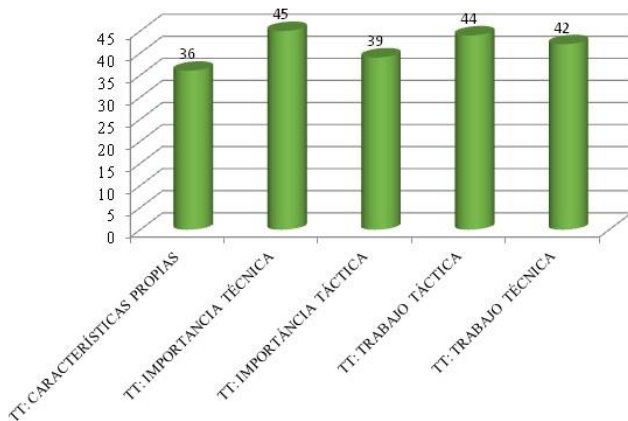


Figura 1. Dimensión Técnico-Táctica.

La gráfica hermenéutica de la dimensión aspectos técnico-tácticos (Figura 2), Los participantes P1 y P20, con 6 ua, P7 y P12 con 7 ua, señalaron una desviación centrípeta importante indicando escasos comentarios respecto a esta dimensión. Por el contrario, los puntos de extensión indicaron mayores aportaciones por participante como el P13 con 18ua o P2 y P10 con 15ua.

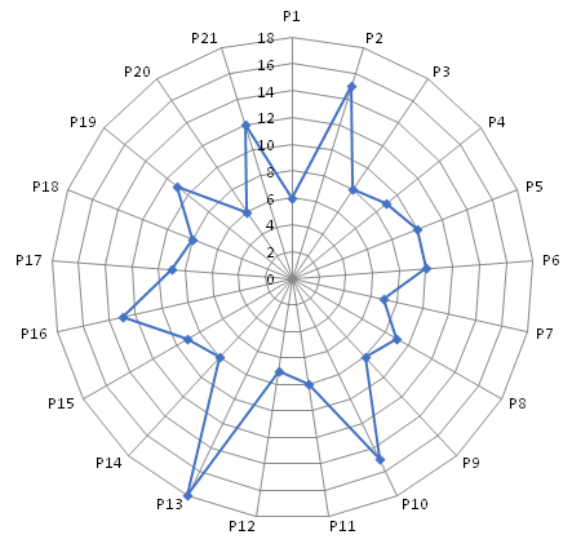


Figura 2. Gráfica hermenéutica de la dimensión Técnico-Táctica.

Categoría Importancia de la Técnica

Esta categoría analiza la importancia que le dan los luchadores a los aspectos técnicos durante el proceso de formación deportiva.

Los participantes entrevistados opinaron que la enseñanza y el aprendizaje de los grupos de técnicas establecidas en los programas para cada edad y la progresión por la complejidad fueron buenos. La importancia de la técnica fue la categoría que más atención tuvo por parte de los luchadores contando 45 ua (Figura 1). Sin embargo, algunos luchadores consideraron que este factor no era tan importante, sino se la técnica la fueron adquiriendo con la práctica. Todos estos aspectos pueden observarse en algunos de los comentarios que diferentes luchadores entrevistados:

"La lucha es un deporte meramente técnico, con lo cual cuando yo empecé la lucha había un retraso porque estábamos a años luz. La técnica es un apartado fundamental." (P2).

"Nosotros teníamos un pequeño abanico de técnica y llegábamos al alto rendimiento y ya lo otro que tenemos que aprender ya se nos pasó para coger las habilidades exactas, para automatizar técnicas que ya a ti te cuesta porque eres mayor, lo cogerás, pero ya no son habilidades que tú tienes dentro; tienes que ir aprendiéndolas poco a poco, más lento." (P5).

"No, qué va, qué va. Nosotros hemos ido aprendiendo. En el aspecto técnico pues es verdad que nosotros



empezamos la lucha con A B C, no sabíamos más. Venían aquí y nos explicaban cuatro técnicas y te quedabas alucinado. En la formación vas aprendiendo con luchadores de otros países en concentraciones. El aprendizaje que tenía que haber sido de joven no lo tengo." (P10).

"Yo creo que la cuestión técnica es fundamental, uno debe tener conocimiento de la disciplina que hace. Sobre la mesa hay grandes entrenadores que les está dando muy buenos resultados trabajar desde la especialización. En vez de más técnica, poca y muy especializada. Ese es el paradigma del alto rendimiento, trabajar pocas cosas y hacerlas perfectas." (P14).

Categoría Trabajo de la Técnica

En esta categoría quiere conocerse cómo han ido desarrollando la técnica los diferentes deportistas, teniendo una aportación de 42 ua. En este sentido los luchadores destacaron un gran dominio técnico-táctico a lo largo de su carrera se encamina hacia la perfección técnica y adaptación morfológica con el fin de alcanzar la maestría. Muchos entrevistados marcaron la importancia del desarrollo técnico a partir de los 12 años que ya hayan desarrollados unas adecuadas habilidades motrices. Los deportistas consideran que si tienen una formación de base en lucha desde jóvenes cuando lleguen a la etapa cadete el aprendizaje técnico sería mucho mejor teniendo una mayor absorción de los conocimientos. Algunos comentarios que apoyaron estos resultados fueron los siguientes:

"Hay una edad en la que los primeros años, hasta los 10 o los 12 años, que es difícil meter técnica. Pero yo creo que a partir de los 12 absorben, o antes, según los años que lleven haciendo la práctica deportiva. Hay niños que ya con 10 años absorben rapidísimo las técnicas y son capaces. Yo creo que a esa edad ya hay que hacer tecnificación, es una forma de que aprendan que hay muchas técnicas." (P17).

"Cuando eres cadete, sobre todo. Cuando eres más joven hay que profundizar en las técnicas, luego ya es todo táctica. Tú tienes que saber todas las técnicas y luego el aplicarlas, las variaciones para que te acoplen". (P21).

"La importancia de la técnica es primordial, para tú tener un gran arsenal de técnica y poder desarrollarla cuando llegues al alto rendimiento., para automatizar las técnicas propias de tus habilidades. el aprendizaje es gradual La técnica con los aspectos psicológico se integra no todos lo entrenan. Tener una capacidad técnico-táctico." (P1).

Categorías Importancia y Trabajo de la Táctica

Esta categoría pretendía conocer que opinión tenían los luchadores olímpicos españoles sobre la táctica en combate, el análisis obtuvo 39 ua relacionadas a este aspecto, mientras que el trabajo de la táctica tuvo 44 ua. El análisis de los resultados mostró que, aunque los entrevistados le dan una gran importancia al factor táctico, los antiguos luchadores no trabajaron mucho este factor. Sin embargo, consideran que el trabajo táctico debe ir junto con el aprendizaje técnico, es importante desarrollar primero la técnica antes que la táctica. En opinión de algún deportista, la táctica se aprende una vez existe una base técnica y van realizando combates que le ayuden a conocer los complejos técnico-tácticos existentes en categorías seniors.

En el alto rendimiento, el complejo técnico-táctico resulta muy importante a la hora de determinar el resultado de un combate, ya que en muchas ocasiones una buena táctica puede prevalecer sobre la técnica, por tanto, la formación táctica debe realizarse desde edad temprana de forma lúdica metiendo aspectos reglamentarios para que vayan asimilando las posteriores situaciones de combate real cuando lleguen a categoría absoluta. Los siguientes comentarios marcan la importancia de la táctica en la formación de los luchadores:

"El aspecto táctico tiene que profundizarse más cuando el alumno, el deportista, ya entra en la alta competición. Siempre el aspecto técnico-táctico tiene que ir de la mano. Tú enseñas la técnica y a la vez estás enseñando táctica, la manera de colocarte, la manera de colocar, al contrario. Pero luego este complejo técnico –táctico se hace más complicado cuando el practicante se acerca a la alta competición, entonces la táctica es muchas veces más importante que la técnica porque se supone que la técnica la tienes asumida, y tienes asumido el aprendizaje. Entonces te falta la forma de aplicar ese conocimiento técnico y aplicarlo de la forma adecuada, hay que insistir mucho en la táctica sobre todo cuando se acerca una competición." (P13).

"Está claro que cuando eres así chavalito, la táctica es lo último. No trabajas nada la táctica. Y sobre todo yo lo que veo es, incluso ni los júnior trabajan mucho la táctica, y la táctica viene en el sénior casi. Pero sí tienes que saber qué rival tienes para saber si es un rival que está todo el rato atacando, o es un rival que está esperando a que tú ataques para un contraatacar. La tecnología ha avanzado y ahora están los vídeos y sabes



que hay rivales que siempre van a hacer la misma, y aun así sabes que la van a seguir haciendo." (P6).

"Es importante, la táctica es importante. Es donde tú realmente puedes aplicar los principios técnicos en base a ella. Progresando en los entrenamientos, en los combates. Vas aprendiéndolo con tu propia experiencia que es lo que nos pasó a nosotros." (P4).

"los complejos técnico-tácticos se enseñan simultáneamente y en progresión a las características individuales y de las reglas." (P15).

Categoría Características Técnico-Tácticas Propias

Esta categoría recoge las consideraciones sobre características técnico-táctica propias del luchador olímpico, aportando 36 ua, los resultados mostraron opiniones contradictorias. La técnica propia en la mayoría se ha desarrollado el modelo clásico (n=15). En el s. XXI, los avances científicos y tecnológicos generaron nuevas corrientes de entrenamiento adecuándose nuevos procesos formativos de entrenamiento en España englobando los componentes técnico-tácticos en una unidad lógica vinculada al rendimiento progresivo, incrementando notablemente los resultados en la alta competición.

Respecto a las características propias de los luchadores, un 42,8% dieron mayor importancia a capacidad técnica, mientras que el 19% pensaron que la capacidad táctica era más importante, mientras el 33,3% consideraron que los complejos técnico-táctico son claves en competición. Un tercio de los luchadores olímpicos españoles valoraron la percepción técnico-táctica durante su proceso de formación muy positiva al considerar que tuvieron un buen entrenamiento de estas cualidades, por su parte, el resto consideró que su entrenamiento técnico-táctico fue deficiente. Algunos comentarios de los entrevistados que reflejan estos aspectos fueron los siguientes:

"Quizás tenía perfeccionado un par de movimientos técnicos que me gustaban, pero después tácticamente sí era una persona que tenía mucha condición física, yo he sido una persona, he sido un luchador que muriéndome he tirado adelante; y ha sido una capacidad de resistencia y de sacrificio total. Yo me considero como un luchador arraigado en el aspecto de que mientras hay vida hay esperanza, y hay que seguir." (P5).

"Mi trabajo, mis técnicas, podías o no desbordar al otro, no me he parado a analizar lo uno o lo otro, cómo le sale al otro. Intentar desbordar al otro. A veces eso ha sido un freno no plantearte, una involución, no me ha permitido conseguir el éxito. Si me hubiera parado y tomar algunas decisiones, por eso tener una persona detrás es importante." (P12).

"Yo he sido un hombre técnico tanto en judo como en lucha, lo que pasa es que no tenía una base buena de técnica, con lo cual mis conocimientos de la táctica eran menores. A medida que vas asimilando toda la técnica, la táctica la puedes desarrollar a la par." (P14).

DISCUSIÓN

El objetivo de la investigación fue analizar la magnitud y alcance de los distintos componentes del entrenamiento deportivo dentro de la preparación técnico-táctica en el proceso de formación de los luchadores olímpicos españoles. Respecto a los elementos técnicos, los encuestados estuvieron totalmente de acuerdo que la técnica es la estructura básica para el desarrollo de la Lucha Olímpica. La técnica requiere un proceso racional, eficaz y económico para posibilitar y optimizar el rendimiento deportivo en la competición, demostrando a menudo su prevalencia técnica sobre adversarios superiores en fuerza lo que denota que es muy importante el trabajo técnico desde la base para equilibrar posiciones (Bujak, Gierczuk y Litwiuk, 2013; Cecchini, 1989; Chiu y Regis, 2004; González y Calero, 2014; Tropin, Romanenko y Ponomaryov, 2016; Yamanenko, 2014).

El dominio técnico-táctico se realiza entre los 12 y 15 años, dirigido fundamentalmente a conseguir el control de las acciones técnico-tácticas del deporte, en el sentido que requiere un gran dominio de coordinación compleja (González, Aguilera, Pérez y Gamboa, 2014; Güllich, 2007; López-González y Miarka, 2013; Tropin, 2013; López-Gullón y García-Pallarés, 2016; López-Gullón y Martínez-Abellán, 2011; Rolle, 1988).

De forma, la técnica se puede considerarse sinónimo de aprendizaje motor, convirtiéndose en el modelo ideal del gesto. Los entrevistados estuvieron bastante de acuerdo que la preparación técnica de los luchadores, así como la preparación táctica se desarrollaba de forma paralela hasta alcanzar un gran dominio técnico con la correspondiente adecuación



de la condición física que desencadenaba en la maestría técnica-morfológica, en este sentido están de acuerdo la mayoría de los autores (Amador, 1995; Barbas, 2015; Berengüi et al., 2012; Blázquez, 1995; Bompa, 2000; Cecchini, 1989; Chiu y Regis, 2014; Fung, 1999; González, 2000; Kazarian, 2009; López-Gullón y García-Pallarés, 2016; Mazur, 1989; Petrov, 1995, 1997; Platonov, 2001; Robles, 2016; Rolle, 1988; Toledo, 2009; Tropin, 2013).

Con respecto a la metodología utilizada por los entrenadores están completamente de acuerdo en integrar las habilidades técnico-tácticas con cualidades físicas, y psicológicas de manera compuesta y relacionada, en un proceso integrado coincidiendo con lo planteado por diversos autores (Amador, 1995; Bompa, 2000; Chiu y Regis, 2014; González, 2000; López-Gullón y García-Pallarés, 2016; Platonov, 2001; Robles, 2016; Toledo, 2009; Tropin, 2013). Por el contrario, hubo luchadores que estimaron que han seguido una metodología clásica, basada en otros autores (Alijanov, 1986; Compte, 1968; Hunt, 1992; Kotarski y Sorokin, 1978; Pehlivan, 1984; Sasahara, 1982).

CONCLUSIONES

Los participantes dan mucha importancia a los complejos técnicos-tácticos, dado que la actividad del luchador está caracterizada por un eficiente arsenal técnico y un elevado desarrollo de la táctica para conseguir economizar sus energías y vencer al oponente de una manera eficaz.

La elección de las técnicas propias de los participantes a emplear en función de las soluciones tácticas adecuadas para cada situación de combate está profundamente relacionada con el pensamiento táctico y la preparación técnico-táctica durante el periodo de entrenamiento realizado.

La integración de los componentes técnico-tácticos en el proceso de formación, logran vincular el rendimiento progresivamente, incrementando el éxito en la alta competición.

Para los luchadores olímpicos en su proceso de formación los componentes primordiales del entrenamiento deportivo, en primer lugar se encuentra la técnica, simultáneo a la táctica como los componente más importantes y determinantes en competición, y en segundo lugar en conjunción la

condición física basada en el trabajo multifactorial variable en las cargas y predominando la fuerza en todas sus manifestaciones, seguido de la resistencia y en tercer lugar el aspecto psicológico que es clave en la etapa de alta competición si quieres alcanzar medalla y completar la excelencia deportiva.

REFERENCIAS

1. Agostinho, M. F., Philippe, A. G. Marcolino, G. S., Pereira, E. R., Busso, T., Candau, R. B. y Franchini, E. (2015). Perceived training intensity and performance changes quantification in judo. *The Journal of Strength and Conditioning Research*, 29(6), 1570-1577.
2. Alijanov, I. I. (1986). *Técnica de la lucha libre*. Moscú: Fisicultura y Esport.
3. Amador, F. (1995). La Iniciación Deportiva y el Deporte Escolar. In F. Amador, *La enseñanza de los deportes de lucha*. (pp. 351-368). Barcelona: Inde.
4. Artioli, G. G., Saunders, B., Iglesias, R. T. y Franchini, E. (2016). It is time to ban rapid weight loss from combat sports, *Sports Medicine*, 46(11), 1579- 1584.
5. Baker, J., Cobley, S. K. y Schorer, J. (2013). *Talent identification and development in sport. International Perspectives* (5 ed.). Routledge.
6. Barbas, I. (2015). The role of psychological preparation of wrestling male/female athletes. *Coach Journal DUTH*, 1(1), 82-85.
7. Berengüi, R., García-Pallarés, J., López-Gullón, J. M., Garcés, E. J., Cuevas, E. y Martínez- Abellán, A. (2012). Habilidades psicológicas fundamentales en las Luchas Olímpicas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12(29), 19-22.
8. Blázquez, D. (1995). *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. Barcelona: INDE.
9. Bujak, Z., Gierczuk, D. y Litwiniuk, S. (2013). Professional activities of coach of martial art a combat sport. *Journal of Combat Sporty Martial Arts*, 4(2).



10. Bompa, T. O. (2000). *Total training for young champions*. Champaign: Human Kinetics
11. Calero, S. (2014). Fundamentos del entrenamiento optimizado: Cómo lograr un alto rendimiento deportivo en el menor tiempo posible. *Primer Congreso de Fisioterapia y Deporte*. Universidad del Valle de México; Villahermosa, Tabasco, Estados Unidos Mexicanos.
12. Cecchini, J. A. (1989). *El Judo y su razón kinantropométrica*. Gijón: G. H. Editores.
13. Chiu, D. y Regis, N. (2014). *An Insider's Guide to Wrestling*. New York, EE.UU.: The Rosen Publishing Group.
14. Compte, F. (1968). *Colección Deportes Olímpicos (Citius, Altius, Fortius). Lucha Libre Olímpica*. Madrid: Editorial Compte.
15. Fung, T. (1999). *La habilidad deportiva su desarrollo*. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
16. García-Pallarés, J., López-Gullón, J.M., Muriel, X., Díaz, A. e Izquierdo, M. (2011). Physical fitness factors to predict male Olympic Wrestling performance. *European Journal of Applied Physiology*, 111(8), 1747-1758.
17. Gil-Madrona, P., Contreras, O. R., Díaz, A. y Lera, A. I. (2006). La educación física en su contribución al proceso formativo de la educación infantil. *Revista de Educación*, 339, 401-433.
18. González, S. (2000). *Desarrollo de las capacidades motrices en la lucha deportiva*. Editorial Félix Valera. La Habana.
19. González, S. A., Aguilera, A., Pérez, J. C. y Gamboa, N. (2014). Análisis de la ejecución del empujón al lado-abajo con agarre de cuello y tobillo en la lucha libre. *Lecturas: educación física y deportes*, 19(197), 1-6.
20. González, S. A. y Calero, S. (2014). Métodos y medios básicos para el desarrollo de la fuerza rápida en la Lucha olímpica. *Lecturas: educación física y deportes*, 19 (196), 1-9.
21. Güllich, A. (2007). *Training-Support-Success: Control-related assumptions and empirical findings*. Saarbrücken: University of the Saarland.
22. Hall, S. J. (2003). *Basic Biomechanics*. (4 ed.) Dubuque, Iowa; McGraw Hill.
23. Hecimovich, M., King, D. y Garrett, T. (2016). Accelerometric Analysis of Head Impacts in Amateur Wrestling. An Exploratory Analysis. *International Journal of Wrestling Science*, 6(2), 117-126.
24. Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C. y Baptista-Lucio, P. (2014). Selección de la muestra. En *Metodología de la Investigación* (6ª ed., pp. 170-191). México: McGraw-Hill
25. Hoye, R., Smith, A. C., Nicholson, M. y Stewart, B. (2015). *Sport Management. Principles and applications*. (4 ed.) Routledge.
26. Hunt, M. (1992). *Lucha Olímpica y Lucha Libre*. México (ED.) Octavio Colmeneros.
27. Karnincic, H., Tocilj, Z., Uljevic, O. y Erceg, M. (2009). Lactate profile during greco-roman wrestling march. *Journal of Sports Science y Medicine*, 8(3), 17-19.
28. Kazarian, S. (2009). *Wrestling. Manual for coaches*. Yerevan.
29. Ko, Y. J., Kim, Y. K. y Valacich, J. (2010). Martial arts participation: Consumer motivation. *International Journal of Sport Marketing and Sponsorship*, 11(2), 105-123.
30. Kotarski, V. P. y Sorokin, N. N. (1978). *La técnica de la lucha grecorromana*. Moscú: Fizcultura y sport.
31. Latyshev, S. V., Korobeynikov, G. V. y Korobeinikova, L. (2014). Individualization of training in wrestlers. *International Journal of Wrestling Science*, 4(2), 28-32.
32. León, S., Calero, S. y Chávez, E. (2016).



Morfología funcional y biomecánica deportiva, (2nd ed.). Quito: Editorial de la Universidad de las Fuerzas Armadas ASPE.

33. Lewis, R. (2004). 2.0 and ATLAS.ti 5.0: A comparative review of two popular qualitative data-analysis programs. *Field Methods*, 16(4), 439-464.
34. López-González, D. E. y Miarka, B. (2013). Reliability of new Time-Motion Analysis Model based on Technical-Tactical Interaction for wrestling competition. *International Journal of Wrestling Science*, 3(1), 21-34.
35. López-Gullón, J. M. y García-Pallarés, J. (2016). "Nano Nana", *practica grecorromana*. Murcia: Universidad de Murcia.
36. López-Gullón, J. M., García-Pallarés, J., Berengüi, R., Martínez-Moreno, A., Morales, V., Torres, M. D. y Díaz, A., (2011). Factores físicos y psicológicos predictores del éxito en lucha olímpica. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(2), 573-588.
37. López-Gullón, J. M. y Martínez-Abellán, A. (2011). Evolución del reglamento oficial de luchas olímpicas y sus consecuencias sobre las capacidades condicionales y habilidades técnico-tácticas. E-balonmano.com: *Revista de Ciencias del Deporte*, 7, 39-44.
38. Lorenzo, A. y Calleja, J. (2010). *Factores condicionantes del desarrollo deportivo*. Bilbao: Diputación Foral de Vizcaya. Dirección General de Deportes.
39. Morán-Navarro, R., Valverde-Conesa, A., López-Gullón, J. M., De la Cruz-Sánchez, E. y Pallarés, J. G., (2015). Can balance skills predict Olympic wrestling performance? *Journal of Sport and Health Research, Nutrition*. 7(1), 19-30.
40. Mazur, A. G. (1989). *Lucha Clásica. Manual metodológico*. Ciudad de la Habana: Científico-Técnica.
41. Özcaya, N., Leger, D., Goldsheyder, D. y Nordin, N. (2016). *Fundamentals of Biomechanics: Equilibrium, Motion, and Deformation*, (4 ed.). Springer.
42. Pallarés, J. G., Martínez-Abellán, A., López-Gullón, J. M., Morán-Navarro, R., De la Cruz-Sánchez, E. y Mora-Rodríguez, R. (2016). Muscle contraction velocity, strength and power output changes following different degrees of hypohydration in competitive. Olympic Combat Sport. *Journal of the International Society Sport Nutrition*, (13)1, 10.
43. Pehlivan, D. A. (1984). *Modern Free Style Wrestling Techniques*. FILA. Ankara, Turquía.
44. Petrov, R. (1995). *l'abc de la lutte*. Lausanne: Fédération Internationale des Lutttes Associées. Librairie et Editions Societé.
45. Petrov, R. (1997). *100 Ans de Lutte Olympique*. Lausanne: Fédération Internationale des Lutttes Associées. Librairie et Editions Societé.
46. Platonov, V. N. (2001). *Teoría General del Entrenamiento Olímpico*. Barcelona Editorial Paidotribo.
47. Robles, A. (2016). *El proceso de formación deportiva del judoka olímpico español*. Huelva: Tesis Doctoral. Universidad de Huelva.
48. Robles, A., Robles, J., Giménez, F. J. y Abad, M. T. (2016). Validación de una entrevista para estudiar el proceso de formación de judokas de élite. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, vol. 16 (64) pp. 723-738
49. Rolle, G. A. (1988). *Programa de preparación del deportista*. Ciudad La Habana. Dirección de alto Rendimiento.
50. Ruiz, G. y Salinero, J. J. (2011). El entrenador de alto nivel en triatlón: entorno próximo y cualidades fundamentales para el rendimiento. *International Journal of Sport Science*, 23(7), 113-125.
51. Sasahara, S. (1982). *Fila Wrestling Album Free Style*. Japan.



52. Song, T. M. y Garvie, G.T. (1980). Anthropometric, flexibility, strength, and physiological measures of Canadian wrestlers and comparison of Canadian and Japanese Olympic wrestlers. *Canadian Journal of Applied Sport Sciences*, 5 (1), 1-8
53. Starosta, W., y Rynkiewicz, T. (2011). List of tests for evaluation of motor ability level of advanced classical style wrestling. *Journal of Combat Sport and Martial Arts*, 2(1), 31-34.
54. Thorpe, R., Bunker, D. y Almond, L. (1984). *A change in focus for the teaching of games*. In *Sport Pedagogy*. Olympic Scientific Congress Proceedings. Champaign, IL. Human Kinetics, 1(2), 163-169.
55. Toledo, R. (2009). *Estructuración de los contenidos de la Lucha Olímpica*. Tesis de Maestría ISCF. Manuel Fajardo. Villa Calara.
56. Tropin, Y. M. (2013). *Comparative analysis of technical and tactical preparedness Greco-Roman style wrestler at the Olympic Games-2008 and the Olympic Games2012*. Fiziceskoe Vospitanie Studentv, 4.
57. Tropin, Y. M., Romanenko, V. y Ponomaryov, V. (2016). *Model characteristics of sensory-motor reactions and perceptions of specific wrestlers of different styles of confrontation*. Slobozhanskyi Heraldofscience and Spot, 3(53), 70-73.
58. Trujillo, R. (2010). *La preparación Especial del luchador cubano de alta competencia en el estilo Grecorromano*. Facultad de Cultura Física de Matanzas.
59. Tünneman, H. (2013). Evolution and adjustments for the new rules in wrestling. *International Journal of Wrestling Science*. 3(2), 94-104.
60. Varguillas, C. (2006). *El uso de ATLAS.ti y la creatividad del investigador en el análisis cualitativo de contenido upel*. Laurus, 12, 73-78.
61. Yaremenko, W. W. (2014). Research of kinematic characteristics of basic attacking technical action young wrestlers freestyle. *Physical Education of Students*, 18(29), 56-60.

