

## Perfil de exigencias del Voleibol Femenino

### The profiles of requirements in Feminine Volleyball

**MSc. Martha Aida del Pino González<sup>1</sup> ;Lic. Gustavo Sabas Rivas<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup> Psicólogos del Instituto de Medicina del Deporte. Investigadores Agregados.

Profesores Asistentes del Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo"

[avlopez43@inder.cu](mailto:avlopez43@inder.cu)

#### RESUMEN

El objetivo del presente trabajo fue determinar el perfil de exigencias del Voleibol Femenino. Para ello se utilizó una muestra que estuvo conformada por las 18 atletas que constituyen la población de jugadoras que integran la preselección nacional femenina de Voleibol de Cuba.

Para determinar el perfil de exigencias, se realizaron entrevistas a expertos, en las cuales se le solicitó a entrenadores de gran experiencia y alta calificación, metodólogos, atletas élite en activo y retirados, que expusieran las cualidades que según su criterio constituyen demandas para la práctica y obtención de altos rendimientos en este deporte.

Esta información permitió confeccionar una lista general de cualidades con la cual se construyó un cuestionario para valorar cada cualidad de acuerdo al grado de importancia. Las cualidades fueron agrupadas en diferentes categorías. Se estableció cómo estaba representada cada categoría en el perfil de exigencias

Los resultados obtenidos permitieron arribar entre otras a las siguientes conclusiones: la cualidad más importante en el perfil de exigencias del Voleibol Femenino resultó la disciplina, seguida por el nivel técnico- táctico y el espíritu de lucha. Por otra parte, las cualidades morales y volitivas alcanzan la mayor relevancia en el perfil de exigencias de este deporte.

Se brindaron recomendaciones de acuerdo a los resultados del trabajo.

**Palabras claves:** Perfil de exigencias, cualidades, categorías

#### ABSTRACT

The aim of the present research was to determine the profile of requirements in Feminine Volleyball. A sample composed of 18 athletes who constitute the whole of the national feminine preselection of Cuba. In order to determine the requirements profile, were made interviews to experts, in which it was asked from trainers of great experience and high rating, methodology, active and elite retired athletes, That they expose the attributes than according to his opinion constitute requests for practice and obtaining of high performances in this sports. This information permitted to elaborate a general list and which ones was based e questionnaire to appraise each attribute according to the importance. Attributes were grouped in different categories. It was established how each category was represented in the

requirements profile. The results permitted receiving among others following conclusions: The more important attribute in the requirements profile of feminine volleyball proved to be the discipline, followed by the tactical-technical level and the spirit of fight. On the other hand, the moral and volitive attributes attain the higher relevance in the requirements profile of this sports. They offered recommendations according to the work results .

**Keywords:** Requirements Profile, Attributes, Categories

## **INTRODUCCIÓN**

La determinación de las exigencias psicológicas de las diferentes modalidades deportivas y su correspondencia con las cualidades que caracterizan a los deportistas en cuestión, continúa siendo un tema de gran actualidad hacia donde se dirigen los esfuerzos de numerosos especialistas.

El punto de partida en la preparación psicológica de los deportistas debe ser el estudio de las características del deporte de que se trate y con ello el establecimiento del perfil de exigencias, lo que permite orientar el trabajo hacia el desarrollo de las cualidades que son necesarias para el logro de altos resultados.

El perfil de exigencias es el conjunto de requerimientos físicos, técnico-tácticos y psicológicos propios del deporte, expresados en valores de acuerdo con el grado óptimo en que deben estar presentes para la realización exitosa de la actividad. Este perfil permite realizar el diagnóstico y determinar el grado en que cada uno de estos requerimientos se expresan en el atleta. A partir de este análisis se proponen los programas de entrenamiento para el perfeccionamiento de las capacidades y para la formación de una óptima disposición hacia las competencias.

El análisis de las exigencias en el deporte demanda la delimitación precisa de las propiedades de cada requerimiento. Como plantea, García Ucha (1999), el estudio de las exigencias de la actividad deportiva permite establecer cuales son las demandas psicológicas que debe satisfacer el atleta de acuerdo con las condiciones objetivas y subjetivas para poder alcanzar los resultados tanto en el entrenamiento como en las competencias.

Es decir, es necesario tener en cuenta las demandas psicológicas de cada situación deportiva y las necesidades específicas de cada deportista. El psicólogo deberá analizar qué habilidades psicológicas son más relevantes y necesarias en las diferentes situaciones deportivas.

Numerosos autores han abordado estudios encaminados a la determinación de los perfiles de exigencias en diferentes deportes.

Como bien expresa Gueron (1973), "...los factores que determinan el carácter psicológico específico de una disciplina dada, están condicionados por la estructura motora de la actividad, por la ejecución deportiva y las demandas de ésta sobre el deportista y sus acciones".

Entre los primeros intentos por establecer perfiles, se destacan los trabajos de Guenov y Guenova, (1974) que determinaron las quince propiedades más importantes en el deporte de Gimnástica sobre la base de las respuestas de una encuesta de 170 propiedades.

En el estudio de Garfield y Bennett (1984), con atletas de élite, se describen las características físicas y mentales para realizar la mejor ejecución posible entre las que se encuentran: relajación mental, relajación física, confianza y optimismo y estar centrado en el presente.

I. Rodríguez (1985) en su trabajo para establecer el perfil de exigencias en el deporte de Clavados, concluyó que este deporte por sus características exige a sus practicantes el desarrollo de una serie de cualidades en el orden físico, técnico y psicológico tales como valor, audacia, disciplina y responsabilidad.

Para Williams (1991) "parecen encontrarse determinados factores comunes en cuanto a las características psicológicas de los atletas más reconocidos" los atletas de mayor éxito se caracterizan por tener un alto nivel de autoconfianza, una mayor concentración, la utilización de pensamientos positivos, niveles inferiores de ansiedad pre-competitiva y competitiva y mayor capacidad de enmendar los propios errores.

Asimismo Llamas (1999) indica que el control y manejo de la activación, una adecuada focalización de la atención, capacidad de afrontamiento y nivel óptimo de autoconfianza son las características psicológicas más relevantes respecto a jóvenes futbolistas con talento.

García-Mas (2002) indica los momentos críticos de la práctica del fútbol, sugiriendo el conocimiento de las estrategias de los futbolistas para afrontar cada uno de estos momentos y su apoyo en los factores psicológicos básicos: atención-concentración, emociones facilitadoras o bloqueadoras, visualización y motivación.

Haciendo un análisis de los trabajos realizados por los autores, podemos plantear que para una correcta ejecución de la actividad se requiere que el individuo posea una serie de cualidades que posibiliten un alto grado de rendimiento en el deporte. Las premisas de rendimiento necesarias para realizar una determinada tarea pueden ser conocidas a través del análisis de exigencias.

Determinar el perfil de exigencias en el deporte de Voleibol Femenino constituyó el propósito del presente trabajo, el cual representó un primer paso para realizar la caracterización psicológica de la voleibolista y de esta manera poder orientar con mayor precisión el trabajo de preparación psicológica en este deporte.

## **OBJETIVOS**

1. Determinar el perfil de exigencias del Voleibol Femenino

2 Analizar a qué categoría pertenecen las cualidades más representadas en el perfil de exigencias.

## **MATERIAL Y MÉTODO**

La muestra estuvo conformada por las 18 atletas que integran la preselección nacional femenina de Voleibol de Cuba. Se trata de un grupo estable, con edades que fluctúan entre los 17 y los 30 años y con una edad deportiva que oscila entre los 7 y los 15 años.

Para determinar el perfil de exigencias del deporte empleamos la siguiente metodología:

1. Se realizó una amplia revisión de literatura sobre el tema
2. Se realizaron entrevistas a expertos en las cuales se le solicitó a entrenadores de gran experiencia y alta calificación, metodólogos, atletas élite en activo y retirados que expusieran las cualidades que según su criterio constituyen demandas para la práctica y obtención de altos rendimientos en este deporte.
3. Esta información, unida a nuestras observaciones y experiencia de más de 5 años de trabajo con este deporte, nos permitió confeccionar una lista general de cualidades.
4. Se confeccionó el cuestionario de cualidades necesarias para esta disciplina (Anexo 1), que previamente fue validado mediante un estudio piloto.
5. Se aplicó el cuestionario a la muestra seleccionada para valorar cada cualidad de acuerdo al grado de importancia en una escala de 4 puntos.

Los datos fueron procesados estadísticamente según la metodología establecida para este tipo de estudio:

- a. Se obtuvo de la media aritmética de las valoraciones de los sujetos para cada cualidad en una escala de 4 puntos desde nada importante hasta muy importante
- b. Se crearon intervalos para definir el grado de importancia de cada cualidad

Se confeccionó el perfil de exigencias el cual está determinado por las cualidades evaluadas como importantes o muy importantes.

Una vez obtenido el listado de cualidades representadas en el perfil de exigencias, se procedió a agruparlas en diferentes categorías que resultaron las siguientes:

Cualidades físicas, antropométricas y motrices: fuerza, velocidad, resistencia, saltabilidad, talla.

Cualidades técnico-tácticas: buen nivel técnico-táctico, conocimientos teóricos sobre el deporte.

Cualidades senso-perceptuales y coordinativas: amplitud del campo visual, sentido del espacio, sentido del tiempo, velocidad de reacción.

Cualidades relacionadas con los procesos psíquicos: memoria, cualidades de la atención, inteligencia, pensamiento operativo

Cualidades morales y volitivas: disciplina, colectivismo, espíritu de sacrificio, honestidad, responsabilidad, patriotismo, espíritu de lucha, capacidad de crítica y autocrítica, decisión, perseverancia.

Cualidades relacionadas con los procesos afectivos y motivacionales: autocontrol emocional, estabilidad emocional

Cualidades psicológicas: Astucia, seguridad en sí mismo, receptividad, sencillez

Por último, mediante el análisis de frecuencia relativa se determinó cómo estaba representada cada categoría en el perfil de exigencias.

## **ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS**

En el presente análisis se procede en primer término a mostrar los resultados obtenidos en la construcción del perfil de exigencias.

En la tabla número 1 se reflejan aquellas cualidades evaluadas como importantes y muy importantes las cuales constituyen el perfil de exigencias del deporte. El ordenamiento se realizó de acuerdo a los valores obtenidos

Consideramos que las cualidades establecidas como exigencias psicológicas en el perfil, están determinadas por las demandas a que debe responder el deportista de acuerdo a las condiciones objetivas y subjetivas que caracterizan las actividades de entrenamientos y competencias en el deporte de Voleibol.

Medvedev V. plantea que las principales acciones motoras de los voleibolistas son los rápidos desplazamientos, saltos y lanzamientos al recibir el balón. A diferencia de otros deportes con pelotas, existe un contacto breve con el balón que excluye los agarres. Las acciones son variables en el juego. Se hace necesario el dominio de un sistema de hábitos motores que se forman a partir de una gran cantidad de elementos de defensa y ataque. Estos elementos técnicos se utilizan en diferentes combinaciones y se hace necesario un gran nivel de precisión y diferenciación de los movimientos.

El carácter súbito e instantáneo de las acciones y el nivel de precisión requerido, precisa desarrollar en los jugadores una gran velocidad de reacción.

Las condiciones en que se desarrolla el Voleibol, justifica que hayan sido determinadas como exigencias cualidades físicas, antropométricas y motrices tales como la fuerza, la velocidad y la resistencia, saltabilidad y talla

Por otra parte, se precisa de un elevado dominio de diversos elementos técnico-tácticos sobre la base de un alto nivel de conocimientos teóricos que garanticen el correcto aprendizaje de la técnica y la táctica deportiva.

Otra característica de la actividad en el Voleibol es que casi todas las acciones transcurren sobre la base de percepciones visuales. Se necesita la habilidad para determinar la posición y el desplazamiento de los jugadores en el terreno, el movimiento ininterrumpido del balón y la orientación rápida en las situaciones cambiantes del juego.

Las acciones tácticas son extremadamente complejas. Al recibir el balón, el jugador debe valorar en condiciones de déficit de tiempo la situación de juego y tomar la decisión correcta en las acciones técnico-tácticas a ejecutar. Para lograrlo resulta imprescindible el desarrollo de capacidades sensoriales como amplitud del campo visual, sentido del espacio, sentido del tiempo, así como determinadas capacidades psicológicas como un alto nivel de las cualidades de la atención.

Los entrenamientos de Voleibol se caracterizan por un alto volumen e intensidad de las cargas determinados por la gran cantidad de elementos técnicos tácticos que se precisa dominar sobre la base del desarrollo multilateral de las capacidades físicas. El rápido ritmo de los juegos, la fuerte tensión en la lucha por la victoria hacen necesario una constante preparación para ejecutar las acciones de respuesta frente a las acciones del contrario y una gran responsabilidad en la ejecución de cada acción en presencia de gran cantidad de espectadores, teniendo lugar variadas relaciones emocionales en dependencia del desarrollo del partido.

Para enfrentar las demandas de entrenamientos y competencias, el jugador debe lograr un alto nivel de sus cualidades morales y volitivas tales como disciplina, colectivismo, espíritu de lucha y sacrificio, patriotismo y sentido de la responsabilidad, así como la decisión, perseverancia y el coraje. Asimismo, resulta imprescindible que el jugador desarrolle métodos efectivos de autocontrol que garanticen su estabilidad emocional en competencias.

Cuando analizamos la representatividad de cada categoría de cualidades en el perfil de exigencias (tabla No 3) observamos que en las cualidades evaluadas como importantes el mayor % lo ocupan las morales y volitivas seguidas por las sensorceptuales y coordinativas junto a las físicas, antropométricas y motrices.

En cuanto a las cualidades evaluadas como muy importantes (tabla No 4), la categoría que comprende las cualidades morales y volitivas, ocupó un % considerable del total (50). Le siguen con el mismo peso (10%) las técnico-tácticas, las sensorceptuales y coordinativas, las psicológicas y las relativas a los procesos psíquicos y emocionales.

Para determinar cómo se comporta cada categoría de cualidades en el perfil de exigencias de manera general, se unieron los valores obtenidos en las categorías importante y muy importante para cada cualidad. Los resultados se muestran en el gráfico No. 1

Según los resultados obtenidos, el desarrollo las cualidades morales y volitivas ocupan un lugar preponderante en el perfil de exigencias del voleibolista. Esto se explica por las características de los entrenamientos y competencias en este deporte y debe constituir un elemento esencial en los planes de preparación psicológica del Voleibol.

## **CONCLUSIONES**

La cualidad más importante en el perfil de exigencias del Voleibol Femenino resultó la disciplina, seguida por el nivel técnico táctico y el espíritu de lucha.

El perfil de exigencias del Voleibol Femenino está formado por las siguientes categorías de cualidades: morales y volitivas, físicas, antropométricas y motrices, técnico- tácticas, sensorceptuales y coordinativas, así como cualidades relacionadas con los procesos cognitivos y afectivos motivacionales

Las cualidades morales y volitivas alcanzan la mayor relevancia en el perfil de exigencias de este deporte

## **RECOMENDACIONES**

Sobre la base de los resultados de este trabajo, continuar desarrollando otras investigaciones, que nos permita realizar la caracterización psicológica de la voleibolista cubana.

Incluir los resultados de este estudio en el plan de preparación del Voleibol, haciendo especial énfasis en el desarrollo de las cualidades morales y volitivas.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. García Ucha, Francisco. En G. Sabas. La preparación psicológica del voleibolista. Seminario Internacional de Psicología aplicada al Voleibol. Madrid. 1999
2. Gueron, E. Psychological differences between sports. III Congreso ISSP,1,30-32.1973.
3. Guenov, A.. Determinación de las propiedades psicológicas de los gimnastas. Teoría y práctica de la Cultura Física . Moscú, 1973
- 4 Garfield, C.A. y Bennett, H.Z. (1984). Peak performance: Mental training techniques of the world 's greatest athletes. Los Angeles: Tarcher
5. Rodríguez, I: Perfil psicológico del clavadista. Congreso Internacional de Medicina Deportiva, La Habana, 1985
6. Williams, J.M. (1991a). Psicología aplicada al deporte. Madrid: Biblioteca Nueva.
7. Llames, R. (1999). Selección de jóvenes deportistas en fútbol. Revista de Psicología del Deporte, 8(2), 249-248.
8. García-Mas, A. (2002). La psicología del fútbol. En J. Dosil (ed.), El psicólogo del deporte. Asesoramiento e intervención (pp. 101-132). Madrid: Síntesis.
9. Medvedev. (1988). Preparación psicológica en Voleibol. Editorial Científica Técnica. La Habana.

### Anexo No. 1

Listado de cualidades

Nombre:                      Edad:                      Fecha:

El listado de cualidades que presentamos a continuación fue confeccionado con la información recogida en las entrevistas realizadas a atletas, entrenadores y otros especialistas en el deporte.

Tu tarea consiste en rodear con un círculo el número que mejor describa el grado de importancia que le atribuyes a cada cualidad para obtener altos resultados en el Voleibol.

Para ello utilizarás una escala que va desde poco importante hasta muy importante.

Los números significan:

1= Nada importante    2= Poco importante

3= Importante                      4= Muy importante

<b>Cualidades</b>				
Amplitud del campo visual	1	2	3	4
Astucia	1	2	3	4
Autocontrol emocional	1	2	3	4
Colectivismo	1	2	3	4
Conocimientos teóricos sobre el deporte	1	2	3	4
Crítica y autocrítica	1	2	3	4
Cualidades de la atención	1	2	3	4
Decisión y coraje	1	2	3	4
Disciplina	1	2	3	4
Espíritu de lucha	1	2	3	4
Espíritu de sacrificio	1	2	3	4
Estabilidad emocional	1	2	3	4
Fuerza	1	2	3	4
Honestidad	1	2	3	4
Inteligencia	1	2	3	4
Patriotismo	1	2	3	4
Pensamiento independiente	1	2	3	4
Perseverancia	1	2	3	4
Receptivo	1	2	3	4
Responsabilidad	1	2	3	4
Memoria	1	2	3	4
Nivel técnico-táctico	1	2	3	4
Patriotismo	1	2	3	4
Resistencia	1	2	3	4
Saltabilidad	1	2	3	4
Sencillez	1	2	3	4
Seguridad en sí mismo	1	2	3	4
Sentido del espacio	1	2	3	4
Sentido del tiempo	1	2	3	4
Talla	1	2	3	4
Trazarse metas	1	2	3	4
Velocidad	1	2	3	4
Velocidad de reacción	1	2	3	4

**Tabla No 1:** Perfil de exigencias del deporte

<b>Cualidades importantes</b>	<b>Cualidades muy importantes</b>
1.Colectivismo	1. Disciplina
2. Saltabilidad	2. Nivel técnico- táctico
3.Sentido del espacio	3.Espíritu de lucha
4.Amplitud del campo visual	4.Responsabilidad
5. Resistencia	5.Decisión y coraje
6.Sencillez	6. Seguridad en sí mismo
7. Sentido del tiempo	7.Cualidades de la atención
8. Honestidad	8.Patriotismo
9. Estabilidad emocional	9.Espíritu de sacrificio
10. Talla	10.Velocidad de reacción
11. Perseverancia	11.Fuerza
12. Capacidad de crítica y autocrítica	12.Velocidad
13. Conocimientos teóricos sobre el deporte	13.Autocontrol emocional
	14.Trazarse metas

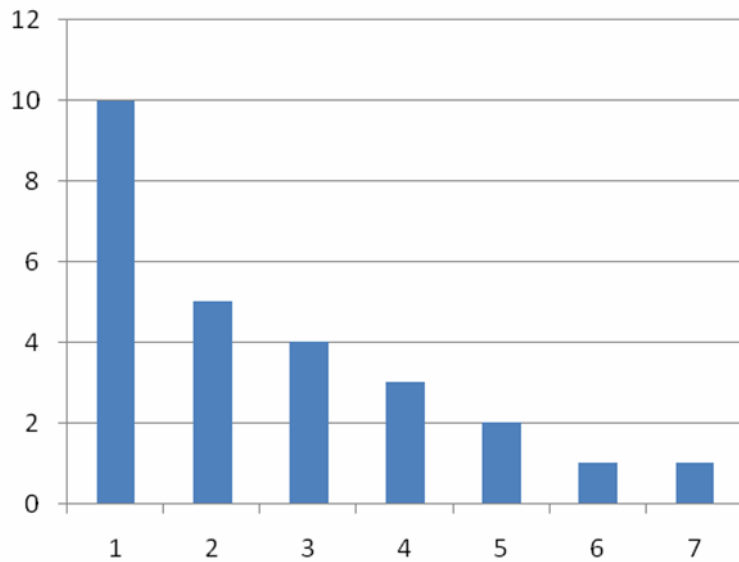


**Tabla No 2:** Análisis de las categorías de cualidades evaluadas como importantes.

<b>Categorías</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>%</b>
1. Cualidades morales y volitivas	4	28.5
2. Cualidades sensoriales y coordinativas	3	21.4
3. Cualidades físicas, antropométricas y motrices	3	21.4
4. Cualidades psicológicas	1	7.1
5. Cualidades técnico-tácticas	1	7.1
6. Cualidades relacionadas con procesos afectivos y motivacionales	1	7.1

**Tabla No 3:** Análisis de las categorías de cualidades evaluadas como muy importantes.

<b>Categoría</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>%</b>
1. Cualidades morales y volitivas	6	42.8
2. Cualidades físicas, antropométricas y motrices	2	14.2
3. Cualidades relacionadas con procesos afectivos y motivacionales	2	14.2
4. Cualidades técnico-tácticas	1	7.1
5. Cualidades psicológicas	1	7.1
6. Cualidades sensoriales y coordinativas	1	7.1
7. Cualidades relacionadas con procesos cognitivos	1	7.1



**Gráfico No. 1:** Representatividad de cada categoría de cualidades en el perfil de exigencias

**Leyenda:**

Categoría No. 1: Cualidades morales y volitivas

Categoría No. 2: Cualidades físicas, antropométricas y motrices

Categoría No. 3: Cualidades senso-perceptuales y coordinativas

Categoría No. 4: Cualidades relacionadas con procesos afectivos motivacionales

Categoría No. 5: Cualidades técnico-tácticas

Categoría No. 6: Cualidades psicológicas

Categoría No. 7: Cualidades relacionadas con procesos cognitivos