



*Revista Digital de Educación Física*

ISSN: 1989-8304 D.L.: J 864-2009

## **PROPUESTA AMUSA DE SISTEMA DE COMPETICIÓN OFICIAL PARA EL ATLETISMO INFANTIL Y ESCOLAR CUBANO: UNA URGENCIA PARA LA FORMACIÓN DE LOS TALENTOS**

**Ariel Muñiz Sanabria**

Disertante Senior del Sistema de Formación y Certificación de Entrenadores de la World Athletics. NIVEL V Academia Mundial (Director de Desarrollo)

Metodólogo de la Dirección de Actividades Deportivas. Instituto Politécnico Nacional. México

Email: [doctorsanabria001@yahoo.es](mailto:doctorsanabria001@yahoo.es)

### **RESUMEN**

Entre los especialistas del atletismo cubano existe una gran inconformidad. En la temporada 2018 en la categoría 13-14 años se impuso arbitrariamente la competición exclusiva en exatlones y con un criterio de victoria individual que obliga a que los atletas estén entre los doce primeros de cada prueba para recibir puntuación, siendo un ensayo carente de fundamentación científico-metodológica. Por ello en el presente trabajo se aporta desde la Concepción AMUSA, que es una integración de conocimientos de manera sistémica que el autor aportó al atletismo cubano desde el año 2003, y que ha tenido aplicación práctica con meritorios resultados en el país, como una vía metodológica para hacer corresponder el sistema de competición oficial con las premisas teórico metodológicas del entrenamiento en la etapa atlética de los practicantes desde su iniciación en la niñez hasta los 16 años. Esta concepción de basa en fundamentos metodológicos, didácticos, biológicos, psicológicos y organizativos de competencias que tiene como objetivo la mejor preparación con fines a largo plazo de los atletas. Finalmente queda aportada la Propuesta AMUSA de sistema de competición oficial para el atletismo infantil y escolar cubano sustentada en un sistema de conocimientos que dan validez a lo concluido como alternativa de cambio para dirección impropcedente actual del atletismo cubano.

### **PALABRAS CLAVE:**

Atletismo cubano; competición; metodología formativa; entrenamiento, atletismo infantil y escolar

# **AMUSA PROPOSAL FOR AN OFFICIAL COMPETITION SYSTEM FOR CUBAN CHILDREN AND SCHOOL ATHLETICS: AN URGENCY FOR THE TRAINING OF TALENTS**

## **ABSTRACT**

Among Cuban athletics specialists there is great disagreement. In 2018 in the 13-14 year old category, exclusive competition in ex-athlons was arbitrarily imposed and with an individual victory criterion that requires athletes to be among the top twelve of each test to receive a score, this is an unfounded trial scientific-methodological. For this reason, the present work is provided from the AMUSA Conception, which is a systemic integration of knowledge that the author contributed to Cuban athletics since 2003, and which has had practical application with meritorious results in the country, as a way methodological to make the official competition system correspond with the theoretical methodological premises of the training in the athletic stage of the practitioners from their initiation in childhood to 16 years of age. This conception is based on methodological, didactic, biological, psychological and organizational foundations of competencies that aims to better prepare athletes for long-term purposes. Finally, the AMUSA Proposal for an official competition system for Cuban children's and school athletics is provided, supported by a system of knowledge that validates the conclusion as an alternative to change the current inappropriate direction of Cuban athletics.

## **KEYWORD**

Cuban athletics; competition; training methodology; training, children's and school athletics

## INTRODUCCIÓN

En el atletismo cubano existe un rechazo mayoritario a la actual convocatoria competitiva de la categoría 13-14 años que es exclusivamente en exatlones y, con un criterio de victoria individual que obliga a que los atletas estén entre los doce primeros de cada prueba para recibir puntos por su rendimiento. Predomina la inconformidad de los entrenadores de base, de los comisionados responsables de dirigir el atletismo en las provincias, metodólogos, exatletas e incluso de actuales exponentes cubanos de primer nivel internacional, como también la de investigadores del deporte.

*El único cubano doble medallista olímpico y mundial de decatión expresa: “Ya muchos entrenadores de las provincias se han pronunciado al respecto, no son las mejores combinaciones de pruebas, mucho menos la forma de puntuación es la más adecuada. Por los años de los años se ha estado cambiando y reconfigurando buscando y hasta la fecha no se da en el clavo”. (Suárez, 2021, p.6).*

*Entre los criterios de los entrenadores de base se puede leer: “Llevo 27 años de entrenador de atletismo y lo he hecho en todas las categorías; desde que impusieron esos combinados nunca estuve de acuerdo. En todas las provincias hay un Comisionado, un Jefe Técnico, el Jefe de Cátedra y los entrenadores, y no se ha considerado la opinión de ninguno. Tenemos lo necesario para no seguir cometiendo errores y tirando piedras al aire” (Lobaina, 2021, p.6).*

*El recordista mundial absoluto del salto de altura refiriéndose a los exatlones de la categoría 13-14 años y la disparidad de pruebas agrupadas en un combinado expresa que: “en los tiempos actuales, tal vez no hubiera sido seleccionado para asistir a los Juegos Escolares Nacionales” (Sotomayor, 2021, p.9).*

*El desacierto de los entrenadores de las Escuelas de Iniciación Deportiva Escolar (EIDE) en el país se evidencia en este otro planteamiento: “Acompañé la idea de que la actual convocatoria de competencia, incluyendo su manera de puntuación no es la adecuada... creo que para realizarse un cambio en la forma de competición debe escucharse el criterio de todos los entrenadores de las EIDE y de los equipos nacionales para llegar a un consenso...ya es hora de hacer una valoración de este tema” (Bueno, 2021, p.6).*

*También los entrenadores actuales y retirados de la preselección nacional se oponen a la convocatoria actual: “Estando en España en la temporada de invierno en 2018, me enteré del cambio, al regresar constaté que la opinión de muchos entrenadores era desfavorable sobre la imposición que más que desarrollar lo que provoca es involución...antes se hacían reuniones del deporte para su mejora y se escuchaba a los entrenadores del país, cosa esta que se ha perdido..., cuando no se escucha y se provoca el debate pasan estas cosas que con el tiempo resultan en males...” (Nápoles, 2021, p.1).*

La presente forma de competición de las pruebas en exatlones en la categoría escolar de 13-14 años se asume por los numerosos que se oponen como un riesgo mayor que frena la preparación efectiva de los talentos hacia la futura introducción especializada en las diferentes pruebas del atletismo. La supuesta intención de los exatlones es la búsqueda de la multilateralidad, pero en la realidad se distorsiona y frena la preparación más adecuada a los talentos en las provincias

del país, pues el enfoque de combinación de pruebas de competición en su ilógica exigencia para la edad, y el criterio de victoria individual sin un código de puntuación con el más mínimo soporte de estudio desorienta el objetivo que rige la categoría de 13-14 años.

De los exatlones que más insatisfacción provoca está el que agrupa 50 metros, 60 metros con vallas, salto de longitud, impulsión de la bala, 3 kilómetros de marcha atlética (damas), 4 kilómetros (varones) y, 1200 metros. Error mayúsculo es que sólo se concibió exatlones y más ninguna otra opción de agrupaciones de pruebas en la categoría escolar de 13-14 años, también todos tienen como constante los 1200 metros como prueba de resistencia, sea un exatlón más orientado a los talentos velocistas, saltadores, lanzadores o marchistas.

No se reconoce por los especialistas del atletismo cubano de basta experiencia tan mayúsculo descontento en más de cinco décadas. Una pregunta que no tiene respuesta, ni siquiera medianamente seria, por la actual directiva en crisis del atletismo cubano es: ¿por qué esta rigidez en que todos compitan en exatlones y con pruebas impositivas como los 1200 metros, ya en la categoría de especialización inicial en un deporte de sectores de pruebas tan diversas?

Otra decisión desprovista de fundamento explícito es que si la intención de los exatlones impuestos en la categoría de 13-14 años es para favorecer a la multilateralidad de los atletas en esas edades, entonces porqué en la 15-16 años se plantea la competición en pruebas individuales y no se adoptó las variantes de biatlones y triatlones como ya se ha comprobado en el atletismo cubano que es un paso efectivo en el cierre de la Etapa de Preparación Deportiva Primaria (EPDP). La competición en pruebas individuales apunta a más a la especialización profunda que los biatlones y triatlones de combinación de pruebas, estos se ajustan más al concepto de especialización inicial que corresponde la categoría de 15-16 años. Queda claro que no se hizo un análisis de la relación de la forma de competición de las pruebas en la lógica secuencial de las categorías desde los 11-12 a la 13-14 y a la 15-16 años, simplemente se improvisó el cambio en la de 13-14 años. Por primera vez en el atletismo cubano se impuso la propuesta de pasar de la competición en 7 pruebas en una categoría a las pruebas individuales en la siguiente, y para colmo en todas las áreas y sectores.

¿Por qué un cambio tan brusco de una categoría a otra? Una posible respuesta es que no se pensó desde un enfoque de progresión sistémica, desde un análisis de relación evolutiva de una categoría a la otra, se obvió algo tan primordial como el estudio de fundamentos metodológicos y profundización histórico-lógica ¡No hubo acercamiento a la ciencia, pudo más el poder que atribuyen los cargos que la necesaria capacidad de hacer funcionar la razón y la inteligencia colectiva!

Muy polémico y desaprobado en la propuesta de categoría 13-14 años es no usar tablas de puntuación ahorrando un esfuerzo de estudio para una mejor solución, pues la idea de otorgar valor a los rendimientos de los 12 primeros atletas de cada prueba y otorgar puntos a la inversa, es decir el mejor rendimiento 12 puntos y el duodécimo 1 punto deja sin opciones a los demás que logren buenos rendimientos, como por ejemplo si a un atleta lo separa una centésima de otro en la carrera de velocidad, o un centímetro en salto de longitud o impulsión de la bala, puede no ser merecedor de puntos. Este procedimiento lo que promueve es que los

entrenadores fueren exageradamente determinados contenidos y métodos en la preparación de los atletas para poder satisfacer un rendimiento máximo en todas pruebas, pues se compite a ciegas, sin saber cuál puede ser en la competición el límite de rendimiento para optar por puntos.

En otra situación está el hecho de que cómo pedirle a los atletas en estas tempranas edades que adquieran un rendimiento entre los 12 primeros a nivel nacional en todas las pruebas para ser ganadores ¿Qué pasa con esos chicos que son de somatotipo endomórfico, pero tienen una gran potencia muscular para desarrollarse como lanzadores, o aquellos que son súper rápido y potente pero no son muy buenos en la resistencia, o aquellos que pueden saltar sobremanera en el salto con pértiga, pero no son tan destacados en los 1200 metros? Sin dudas que esta disparidad de ponerlos a todos a competir por estar entre los 12 no es para la estructura piramidal organizada del atletismo cubano nada bueno, ni siquiera justificado en la multilateralidad, porque distorsiona la orientación afín que pueden tener algunos atletas con pruebas y áreas del atletismo. Otro ejemplo es el que muestra si un atleta destaca en la marcha atlética, pero pueden ser lugar 13,14 en lanzamiento de la bala o carreras con vallas, no solo no esté entre los premiados de ese combinado, sino que, ¿Entonces no es un talento?, ¿Entonces los que estén entre los 12 son los más talentosos?, claro que no. El criterio de multilateralidad es bueno tenerlo presente, pero no en una combinación tan desordenada que no considera ni siquiera una lógica de puntuación por rendimientos.

En la competición nacional del atletismo escolar cubano, coincidiendo con el momento de menos avance de este deporte de las últimas 5 décadas en el país, es primera vez que se improvisa una variante tan poco argumentada y carente de esfuerzo y estudio para valorizar el rendimiento competitivo de los atletas, además que se impusieron los cambios sin la más mínima aprobación nacional, y sin estudiar el enfoque integral del sistema de competición oficial en todas las categorías competitivas.

## **1. DESARROLLO**

Por todo lo anteriormente expuesto urge como un **OBJETIVO ESTRATÉGICO-METODOLÓGICO**: Rediseñar el sistema de competición oficial de los practicantes infantiles y escolares de atletismo cubano (Etapa de Preparación Deportiva Primaria), con una fundamentación científico-metodológica propiciadora de la correspondencia entre el sistema de competición oficial y las premisas teórico-metodológicas del entrenamiento para esta etapa.

### **1.1. FUNDAMENTACIÓN CIENTÍFICO-METODOLÓGICA PARA EL DISEÑO DEL SISTEMA DE COMPETICIÓN OFICIAL DE LOS ATLETAS INFANTILES Y ESCOLARES DEL ATLETISMO CUBANO**

Para el diseño de un sistema de competición oficial con rigor científico-metodológico se considera lo resumido en el gráfico 1, también ver anexos 1-3.

Tabla 1.

Fundamentación teórico-metodológica de la propuesta AMUSA de sistema de competición oficial para el atletismo infantil y escolar cubano (Muñiz Sanabria, A., 2020)

<b>SISTEMA DE CONOCIMIENTOS APLICADOS</b>	<b>Premisas teórico-metodológicas del entrenamiento en la EPDP</b>
	Opiniones de especialistas del atletismo cubano, incluye la inconformidad sobre la propuesta actual por considerarse desfavorable
	Resultados favorables obtenidos en la formación de atletas de élite en el atletismo cubano, con formas de competición de grupos de pruebas que se oponen a la impuesta en la actualidad
	Ausencia de fundamentación científica de la propuesta actual, y la no consideración de la relación de lógica de influencia de desarrollo de la categoría 13-14 años con la de 15-16 años
	Confirmaciones de la IAAF (actualmente World Athletics) sobre las directrices del proceso atlético a largo plazo
	Fundamentos de la Concepción AMUSA 2003

Asentado en los resultados históricos de los sistemas de competición oficial cubanos tradicionales, es que se exponen dos ejemplos (tablas 2,3) de muchísimos que se pueden mencionar en más de 50 años de organización del atletismo infantil y escolar cubano.

Tabla 2.

Resultados por pruebas en el exatlón en la categoría 12-13 años de Anier García, campeón olímpico de los 110 metros con vallas en Sídney 2000, multimedallista mundial

Nacional 12-13 años (1989)	80 m	Salto de longitud	Impulsión de la Bala	80 m c/v	Salto de altura	1200 m	Lugar nacional
Rendimiento	10.7 s	4.76 m	9.95 m	12.4 s	1.53 m	4:37.0 min	12
Posición nacional	28	15	8	5	6	51	

Tabla 3.

Resultados por pruebas en el exatlón en la categoría 12-13 años de Ibrahim Camejo, medallista de bronce olímpico en salto de longitud en Beijing 2008

Nacional 12-13 años (1994)	80 m	Salto de longitud	Impulsión de la Bala	80 m c/v	Salto de altura	1200 m	Lugar nacional
Rendimiento	11.1 s	4.80 m	6.80 m	14.3 s	1.30 m	4:36.5 min	20
Posición nacional	23	20	24	23	23	8	

Entonces ¿Por qué encerrar a sólo 12 los atletas que reciben puntuación por sus rendimientos?, la respuesta se desconoce, pues no se ha sido ni medianamente explícito sobre esta norma, para que los entrenadores, metodólogos, comisionados provinciales, y especialistas en general conozcan el sustento que la deriva.

No es desacertado plantear exatlones, pero absolutizarlos como única variante de la categoría de 13-14 años si lo es, y más cuando en la categoría de 15-16 años entonces se deja la competición en pruebas individuales. En el proceso

histórico de formación de los atletas en Cuba, los datos demuestran la efectividad de orientar la preparación de los practicantes en varias pruebas en la categoría escolar terminal. Los más elocuentes ejemplos están en el sector de vallas y áreas de saltos y lanzamientos. Las combinaciones de dos, tres pruebas con cierta afinidad y complementación una de otras ha sido de éxito en la orientación de la preparación que han llevado los entrenadores con sus talentos en las Escuelas de Iniciación Deportiva Escolar (EIDE). Además de existir una importante experiencia acumulada en la planificación del entrenamiento en estas exigencias de varias pruebas en una misma temporada. Algunos ejemplos entre muchos otros que se pueden mencionar son los siguientes:

- De los velocistas pondremos como ejemplo a la mejor especialista cubana de 100 metros con vallas de todos los tiempos y los dos campeones olímpicos que el atletismo cubano ostenta en los 110 metros con vallas. A Aliuska López y Anier García les toco ser preparados a los 14-15 y 15-16 años respectivamente para el triatlón de 100 metros, 100 metros con vallas (damas), 110 metros con vallas (varones), y 200 metros con vallas para ambos sexos, Dayron Robles en la categoría de 14-15 años fue orientado competitivamente para el biatlón de 110 metros con vallas y salto de altura.
- De la preparación en un triatlón en la categoría 15-16 años han resultado los mejores saltadores de longitud y triple salto de Cuba de todos los tiempos, Iván Pedroso y Yoelbi Quesada (100 m, salto de longitud, triple salto), la mejor saltadora de altura nacional y única campeona mundial y medallista olímpica cubana de esa prueba Ioamnet Quintero (salto de altura, 100 con vallas). El mejor saltador de altura de todos los tiempos y recordista mundial absoluto Javier Sotomayor, también cabe en este esquema, pues de escolar lo hacía en carreras con vallas, salto de altura, pero además en salto triple. Y pueden citarse muchos más ejemplos de saltadores cubanos.
- Yumileidi Cumba, mejor impulsora de bala de Cuba de todos los tiempos, 19.97 metros, campeona olímpica en 2004 en la categoría 14-15 años fue preparada para el triatlón de 80 metros, impulsión de la bala, lanzamiento del disco.

Sobre los fundamentos científicos-metodológicos de la Concepción AMUSA 2003, en síntesis, puede mencionarse que los principios de gradualidad, multilateralidad y especialización son concebidos en su interrelación, considerando la orientación que generan las pruebas que se convocan, su agrupación (forma de competición) y el criterio de selección de los ganadores individuales, al proceso de planificación y entrenamiento que aplican los entrenadores. Si el sistema de competición oficial es visto como una guía a la preparación perspectiva de los atletas, debe asumirse de la categoría infantil 11-12 años a la 13-14 una orientación multilateral, pero con el avance propicio a la especialización en la categoría 15-16 años. Probablemente, al menos para los lanzadores, saltadores y vallistas la especialización inicial en la categoría 15-16 años en sectores de pruebas es más oportuno que en pruebas individuales, no solo para que los talentos tengan menor margen de error en una especialización forzada en una prueba, si no para que el abanico de habilidades técnicas sea más amplio, y con ello se siga garantizando una estimulación direccionada, en alguna medida, a la necesaria y nunca ausente multilateralidad, pudiendo evitarse profundidad excesiva en contenidos especiales propios de una prueba determinada.

Si reconocemos que el atletismo es muy diverso, hay que asumir que no es igual la edad en la que se debe comenzar la especialización inicial de los talentos pertiguistas o martilleros, a la de un velocista o mediofondista.

Como otra idea a considerar de la fundamentación científico-metodológica es el <desarrollo de los sistemas energéticos en el proceso de maduración biológica del individuo>. Es conocido en el atletismo cubano sobre la prueba de los 1000 metros en la categoría infantil, que para contrarrestar el riesgo de entrenamiento al máximo en esta distancia de potencia aeróbica, en el ciclo olímpico 2007-2010 se convenció a importante número de especialistas directivos y especialistas en general a nivel nacional de la necesidad de no poner a los atletas infantiles a entrenar para exigirles un rendimiento máximo en los 1000 metros en esas tempranas edades de iniciación, por lo que en las convocatorias de 2008 y 2009 se suprimió esta prueba del combinado infantil. Posteriormente ante la posición resistente del Departamento de Programación y Organización de Competencias del atletismo nacional, una vez más patentizando aferramiento a lo tradicional aunque dañino, el autor tuvo que generar otra propuesta, pues se quiso volver a instaurar la prueba de los 1000 metros y a competirla por rendimiento máximo, entonces fue que se estableció un tope de tiempo por el cual todos en la Copa Pionero nacional pudieran obtener igual puntuación sin la necesidad de un rendimiento extremo. Se instauró en 2010 y se mantiene hasta la actualidad, aunque el tope de rendimiento arbitrariamente no se fue el idóneo, lo cual también el autor argumentó, pero quedó en 3:30.0 minutos para las damas y 3:20.0 minutos para los varones, resultado altamente exigentes y opuestos a la intención que procura este argumento de la Concepción AMUSA 2003.

Ejemplo de la implementación errónea de estos parámetros de rendimiento en la prueba de los 1000 metros, por mencionar solo algunos datos, es que en el año 2010 en la Copa Pionero Nacional Zonal Oriental solo 6 chicas de las 28 participantes cumplimentaron los 3:30.0 minutos en los 1000 metros, en el caso de los chicos solo 2 de igual cifra pudieron vencer los 3:20.0 minutos. En la temporada 2014 en la Copa Pionero Nacional Zonal Occidental de las 24 chicas participantes solo una cumplió y en el caso de los varones, ninguno. En el 2015 de un total de 24 participantes representativo en la Copa Pionero Nacional Zonal Oriental solo 1 chica cumplimentó tan exigente tiempo, y en el caso de los chicos 6 únicamente pudieron con tan exigente parámetro. En la Zona Occidental 2 atletas féminas y cero varones fue el saldo de cumplimiento. Esa es la realidad de los talentos más avanzados en todo el país, y ni siquiera ha sido detectada y mucho menos corregida. Se ha sostenido la inflexibilidad inconveniente para una mejor alternativa metodológica orientadora de la preparación de los talentos atléticos infantiles nacionales ¡Se requiere en esta temática, actualización y rigor metodológico del Departamento de Programación y Organización de Competencias de la estructura nacional del deporte!

## 1.2. PROPUESTA DEL NUEVO SISTEMA DE COMPETICIÓN OFICIAL PARA LOS ATLETAS INFANTILES Y ESCOLARES DEL ATLETISMO CUBANO

- Subsistema de la categoría infantil de 11-12 años: Que se mantenga la propuesta actual con una correcta normativa de rendimiento en la prueba de los 1000 metros, y con la opción de mantener o no la sexta prueba de 50 metros con vallas que nunca estuvo en el proceso histórico convocadas en esta categoría, hasta años recientes.



- Subsistema de la categoría escolar primaria de 13-14 años: Que se rediseñen todos los combinados con agrupaciones de pruebas fundamentadas adecuadamente en la conexión que demandan las diferentes áreas y sectores de pruebas del atletismo para el entrenamiento atlético formativo y, considerando la validez que han asentado propuestas de competición en el proceso histórico-formativo en el atletismo infantil y escolar en Cuba.
- Subsistema de la categoría escolar terminal de 15-16 años: Que se replantee la forma de competición de las pruebas a biatlones, triatlones, además de pruebas individuales sustentadas en las complejidades técnicas, funcionales, teniendo como propósito el cierre de la etapa de especialización inicial de manera más oportuna en favor de la evolución de los atletas en las edades de perfeccionamiento profundo.

### 1.2.1. Reordenamiento de la forma de competición de las pruebas en la categoría 15-16 años

En la categoría 15-16 años se fundamenta la necesidad establecer formas de competición de las pruebas acorde a las demandas diferenciadas en el orden energético, de exigencia y particularidades técnicas, y las conexiones de tareas y contenidos de preparación de algunos sectores de pruebas y, los resultados históricos en Cuba, validos en la formación de atletas de algunas pruebas y áreas como los saltos y los lanzamientos.

Desde los anteriores argumentos se considera como la mejor alternativa que en la categoría de 15-16 años, que define el cierre de la EPDP, se plante la diversidad de:

- **PRUEBAS INDIVIDUALES o BIATLONES:** para las de más complejidad técnica y que denotan más temprana especialización para un rendimiento de alta competencia en las edades de maduración biológica como son el salto con pértiga y lanzamiento del martillo.
- **PRUEBAS INDIVIDUALES:** para las de mayor preponderancia enérgica del rendimiento competitivo y, que además tienen la opción de elección abierta de competición por los entrenadores acorde a la perspectiva de preparación que desarrollas por la tipología de los atletas que están bajo su mando; ellas son las de velocidad plana, medio fondo, fondo, e incluimos la marcha atlética. En este ejemplo no hay que obligar como en otros años que doblen 800 y 1500 metros, o el triatlón de 100, 200, 400 metros de la década de los 80. Si el entrenador decide que un atleta doble en 100 y 200 metros esa es una opción válida, si existe casos que se justifica lo hagan en 200 y 400 metros también es válido, como también lo son cualquier otra dualidad como 1500 y 3000 m, 3000 y 1600 con obstáculos, o las ya señaladas 800 y 1500 metros, etc, o elegir solo una prueba según el tiempo de preparación y característica del atleta. Entre los argumentos que llevan al autor a esta conclusión es el estudio realizado del proceso formativo histórico de los mejores especialistas cubanos de carreras planas y medio fondo y fondo, en el que se concluye que debe tenerse precaución en el sistema de preparación y competición de la especialización temprana, pues los procesos de entrenamiento enfocados exageradamente a la competición campeonista no han propiciado resultados favorables, siendo los atletas que han sido especializados paulatina y relativamente tarde con el entrenamiento adecuado los que han

llegado a mejores resultados históricos en el proceso atlético a largo plazo. (Ver anexos 4 y 5).

- **BIATLONES Y TRIATLONES DE PRUEBAS AFINES O COMPLEMENTARIAS:** para aquellas pruebas coordinativas “más complejas en su estructura técnica” que son afines y se complementan en el desarrollo funcional y de transferencia motriz, así como de vinculación de contenidos y tareas de enseñanza para su asimilación y desarrollo. En estas se clasifican los saltos de longitud y triple, salto de altura y vallas, bala y disco, 110 metros con vallas y 200 metros con vallas, y 400 metros con vallas.

### 1.2.2. Propuesta de pruebas y forma de competición para el atletismo infantil y escolar cubano

Tabla 4.  
Categoría 11-12 años.

Pentatlón o exatlón
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 40 metros</li> <li>▪ ¿50 metros con vallas?</li> <li>▪ Salto de longitud</li> <li>▪ Salto de altura variante tijera</li> <li>▪ Lanzamiento de la pelota</li> <li>▪ 1000 metros de carrera (NRT)</li> </ul>
Carrera de relevos
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 8x50 m mixto</li> </ul>
Prueba Técnica
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Con diversidad selectiva de ejercicios</li> </ul>

Tabla 5.  
Categoría 13-14 años. Orientados a los talentos velocistas y saltadores

Exatlones		Cuatrilón
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 50 m. planos</li> <li>▪ 50 m c/v</li> <li>▪ Salto de longitud</li> <li>▪ 1200 m (NRT)</li> <li>▪ Lanzamiento de la bala de frente al área</li> <li>▪ Lanzamiento de la bala de espalda al área</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 50 m planos</li> <li>▪ 50 m c/v</li> <li>▪ Salto de longitud</li> <li>▪ Salto de altura</li> <li>▪ Lanzamiento de la bala de frente al área</li> <li>▪ Lanzamiento de la bala de espalda al área</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 50 m. planos</li> <li>▪ 50 metros con vallas</li> <li>▪ Salto de longitud</li> <li>▪ Salto con pértiga</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Prueba técnica</li> </ul>		

Tabla 5.1  
Orientados a los talentos lanzadores

Pentatlón	Cuatrilón
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 50 m planos</li> <li>▪ 50 m c/v</li> <li>▪ Lanzamiento de la pelota</li> <li>▪ Lanzamiento del disco</li> <li>▪ Impulsión de la bala</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 50 m planos</li> <li>▪ 50 m c/v</li> <li>▪ Lanzamiento del martillo</li> <li>▪ Impulsión de la bala</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Prueba técnica</li> </ul>	

Tabla 5.2.

Orientados a los talentos corredores medio fondistas, fondistas y los marchistas

<b>Triatlón</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 50 m planos</li> <li>▪ 2 km de carrera a campo traviesa</li> <li>▪ 3 km de marcha atlética</li> </ul>
▪ Prueba técnica

Tabla 5.3.

Orientados a los talentos multiplistas

<b>Octatlón (varones)</b>	<b>Pentalón (damas)</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 50 m planos</li> <li>▪ 50 c/v. (0.84)</li> <li>▪ Salto de altura</li> <li>▪ Salto de longitud</li> <li>▪ Lanzamiento de la pelota</li> <li>▪ Lanzamiento del disco</li> <li>▪ Salto con pértiga</li> <li>▪ 1000 m (NRT)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 50 m</li> <li>▪ 50 m c/v</li> <li>▪ Salto de altura</li> <li>▪ Salto de longitud</li> <li>▪ Lanzamiento de la pelota</li> <li>▪ 600 m (NRT)</li> </ul>
▪ Prueba técnica	

\*NRT: (Normativa de rendimiento tope de puntuación, con la intención de frenar el entrenamiento para un rendimiento máximo).

#### Carreras de relevos

- 4x75 m por sexo
- 4x75 m mixto

Tabla 6.

Categoría 15-16 años

<b>Pruebas individuales</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 60, 100, 200, 400, 800, 1500, 3000 metros, 1600 metros con obstáculos, 5 y 10 km de marcha atlética</li> </ul>
<b>Biatlones</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Salto de altura y 100 metros con vallas para damas, 110 metros con vallas para varones</li> <li>▪ 200 metros con vallas, 400 metros con vallas</li> <li>▪ Salto con pértiga, 80 metros</li> <li>▪ Lanzamiento de la jabalina, 80 metros</li> <li>▪ Lanzamiento del martillo, 60 metros</li> </ul>
<b>Triatlones</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 100 metros, 100 metros con vallas para damas, 110 metros con vallas para varones, 200 metros con vallas</li> <li>▪ 100 metros, salto de longitud, salto triple</li> <li>▪ Impulsión de la bala, lanzamiento del disco, 60 metros</li> </ul>
<b>Exatlón para damas</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 80 m con vallas</li> <li>▪ Salto de longitud</li> <li>▪ Salto de altura</li> <li>▪ Lanzamiento de la jabalina</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Impulsión de la bala 600 metros</li> </ul>
<b>Octatlón para varones</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 80 metros</li> <li>▪ 80 metros con vallas</li> <li>▪ Salto de longitud</li> <li>▪ Salto de altura</li> <li>▪ Salto con pértiga</li> <li>▪ Lanzamiento de la jabalina</li> <li>▪ Lanzamiento del disco 1000 metros</li> </ul>

*\*NRT: (Normativa de rendimiento tope de puntuación, con la intención de frenar el entrenamiento para un rendimiento máximo).*

#### **Carreras de relevos**

- 4x100 metros por sexo
- 4x100 y/o 4x400 metros mixto

## **2. CONCLUSIONES**

1. En el turbulento escenario actual de contradicción e insatisfacción de los entrenadores de base y especialistas en general del atletismo cubano debe considerarse, para la mejora del proceso de formación de los atletas a largo plazo la propuesta de un sistema de competición oficial (SCO) en las categorías infantil y escolares correspondiente con la Etapa de Preparación Deportiva Primaria que se sustente en la siguiente fórmula:

$$\square \text{ DDMA} = \text{CPHF} + \text{OEN} \times (\text{FCTMA})$$

- ✓ **DDMA**= Decisiones directivo-metodológicas adecuadas
- ✓ **CPHF** = Conocimiento del proceso histórico formativo de los atletas cubanos
- ✓ **OEN**= Opiniones de los especialistas nacionales de todos los niveles
- ✓ **FCTMA**= Fundamentación científico teórico-metodológica actualizada

2. Ante la realidad de las erróneas imposiciones que tanta decepción han provocando en los entrenadores, metodólogos y comisionados provinciales, científicos, atletas activos y retirados glorias nacionales se asienta que, la Comisión Nacional de Atletismo (dirigentes actuales, 2021), debe dejar a un lado las disposiciones arbitrarias que entorpecen el proceso formativo de los atletas en todo el país y que disgustan y afectan la armonía del quehacer de la familia del atletismo nacional. Urge:

- No olvidar que la forma de competición de las pruebas de cada categoría debe definirse en correspondencia con cada área y sector, tributando a la orientación formativa de tendencia deseada de la preparación que se debe dar a los atletas en esas edades, basada en las premisas teórico-metodológicas del entrenamiento de la Etapa de Preparación Deportiva Primaria.

- Es responsabilidad, y no una opción, para la estructura nacional del atletismo, estudiar y concientizarse con la fundamentación científico-metodológica que garantiza la correspondencia entre el sistema de competición oficial y las premisas teórico-metodológicas del entrenamiento para la orientación de un trabajo armónico y lógico de los atletas en la Etapa de Preparación Deportiva Primaria.

Hasta la actual Comisionada Nacional del atletismo cubano, la campeona olímpica del lanzamiento del martillo Yipsi Moreno, tuvo en sus huellas de formación una variante de competición distinta a la tan desafortunada propuesta vigente, pues en los archivos históricos recopilados por este autor consta que en el año 1993 en la categoría de 12-13 años del evento nacional compitió en un pentatlón con las pruebas y rendimientos siguientes: 60 m (8.53 s), salto de longitud (4.36 m), impulsión de la bala (8.75 m), 60 metros con vallas (9.96 s), y los 1000 metros.

Desde todos los análisis y argumentos surgen las repetidas interrogantes: ¿Por qué las improvisaciones e imposiciones actuales no se rectifican?

### 3. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo (2008). Curso de nivel II del Sistema de Formación y Certificación de Entrenadores. Manual de participantes. Monaco: IAAF Athletics.

Bronw, Eugene W. (et. al). (2010). Programa for Athletic Coaches' Education. Indiana: Benchmark Press, Inc.

Cobley, S., Baker, J., Wattie, N., & McKenna, J. (2009). Annual Age-grouping and athlete development. A meta-analytical review of relative age effects in sport. *Sports Medicine*, 39 (3), 235-256.

Comisión Nacional de Atletismo. (2005). Cambios en los Combinados de la categoría escolar para el curso 2005. Atletismo, La Habana, Comisión Nacional de Atletismo.

Comisión Nacional de Atletismo. (2015). Convocatoria técnica para los Juegos Escolares Nacionales de Alto Rendimiento. La Habana: INDER.

Comisión Nacional de Atletismo. (2017). Convocatoria técnica para los Juegos Escolares Nacionales de Alto Rendimiento. La Habana: INDER.

Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación: Centro de Investigación e Informática del Deporte (2010). Actuación del atletismo cubano en Juegos Olímpicos y Campeonatos Mundiales. Informe digital de estadística. La Habana: INDER.

Gordillo, Alex (1992). Orientaciones psicológicas en la iniciación deportiva. *Psicología deportiva*, Vol. 1 (no 1), 26-36.

Gil, H.; Iglesias, J. (1988). 25 años de Juegos Escolares Nacionales. La Habana: INDER.

- Gutiérrez Delgado, M. (1996). Fundamentación anatómica funcional del rendimiento y del entrenamiento de la resistencia del niño y el adolescente. *Kinesis* (no 93-1470, p. 52-57). Bogotá.
- Castillo, I.; Balaguer, I.; Duda, J. I. (2002). Las perspectivas de meta de los adolescentes en el contexto deportivo. *Psicotema*, 14(2), 280-287.
- Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación. Dirección de Deporte Escolar (2010). Boletín técnico de los Juegos Escolares Nacionales de Alto Rendimiento. Atletismo. La Habana: INDER.
- Muñiz Sanabria, A. (2003). Una nueva concepción para la competición oficial de los talentos velocistas cubanos de carreras planas. Tesis de Doctorado (Doctorado en Ciencias de la Cultura Física). La Habana, Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo". 123 h.
- Muñiz Sanabria, A. (2009). Programación metodológica de la preparación técnica de los atletas infantiles del atletismo de Ciudad de La Habana. Una referencia del deporte de iniciación, <http://www.efdeportes.com/>, Año 14-No 139-Diciembre.
- Muñiz Sanabria, A. (2011). The Formation of Cuban Track and Field Champions. *New Studies Athletics. IAAF.* (26) 1/2.2011, pp-137-143.
- Muñiz Sanabria, A. (2018). Los 100 metros planos, la especialización temprana y la formación de atletas élites. Experiencia cubana para el mundo atlético. Ciudad de México: Ediciones AMUSA.
- Nápoles, E. (2021, 16 de Enero). Atletismo cubano, cambios que se imponen. *DeporCuba.com.* <https://www.deporcuba.com/2021/01/16/atletismo-cubano-cambios-que-se-imponen/>.
- Nápoles, E. (2021, 16 de Enero). Atletismo cubano, cambios que se imponen. Facebook. Consultado el 16 de Enero de 2021. [www.facebook.com](http://www.facebook.com).
- Petrov, Vitaly (2005). Formación básica del saltador de garrocha. *Boletín del Centro Regional de Desarrollo Santa Fe*, Año 15(33), pp-10-12.
- Velázquez Calzado, M. L. (2011). *Parámetros de rendimientos de los atletas infantiles del atletismo cubano*. Trabajo de Diploma (Tutor: Dr C. Muñiz Sanabria, A.; cotutor: Lic. Jova Elejarde, L.). La Habana, Instituto Superior de Cultura Física.

## 4. ANEXOS

### Anexo 1. Concepto de Premisas Teórico-Metodológicas del Entrenamiento en la Etapa de Preparación Deportiva Primaria (PTME-EPDP)

Podemos definir las premisas teórico-metodológicas del entrenamiento como la guía de orientaciones rectoras aprobadas por la comunidad de especialistas universales del deporte, dígase científicos, metodólogos, teóricos y entrenadores, quienes desde las ciencias del deporte fundamentan la programación, planificación, instrucción y dirección del proceso de entrenamiento (Muñiz Sanabria, A., 2017).

### Anexo 2. Etapas de desarrollo del atleta según la Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo (IAAF, siglas en inglés, actualmente World Athletics)

Etapa 1	Etapa 2	Etapa 3	Etapa 4	Etapa 5
Miniatletismo	Pruebas Múltiples	Desarrollo en Grupo de Pruebas	Especialización	Rendimiento
5/7-12-13	11/12-13/14	14/15-16-17	16/17-18-19	18/19+
Edad biológica óptima				

### Anexo 3. Fundamentos de la Concepción AMUSA (Muñiz Sanabria, A., 2003)

<b>Biológicos</b> <ul style="list-style-type: none"><li>✓ Los períodos sensibles del desarrollo físico motriz deportivo</li><li>✓ El desarrollo de los sistemas energéticos en el proceso de maduración biológica del individuo</li></ul>
<b>Psicológicos</b> <ul style="list-style-type: none"><li>✓ Los motivos fundamentales de los niños para la práctica deportiva</li><li>✓ Las perspectivas de metas en los niños atletas</li></ul>
<b>Didácticos</b> <ul style="list-style-type: none"><li>✓ Relación dialéctica entre los componentes del proceso docente educativo</li><li>✓ Principio del carácter científico en la selección y el volumen del contenido instructivo-educativo</li><li>✓ Principio del ordenamiento lineal y concéntrico del contenido de enseñanza</li><li>✓ Principio de la asequibilidad en la enseñanza considerando las particularidades individuales y de la edad</li></ul>
<b>Metodológicos</b> <ul style="list-style-type: none"><li>✓ Principio de la gradualidad de las cargas</li><li>✓ Principio de la multilateralidad de la preparación</li><li>✓ Principio de la especialización</li></ul>
<b>Organizativos</b> <ul style="list-style-type: none"><li>✓ La selección del sistema organizativo de competición entre los atletas y los equipos deportivos atendiendo a los objetivos fundamentales del evento, siempre y cuando respondan a los requerimientos de la EPDP</li><li>✓ Normas para la participación de los atletas y equipos en correspondencia con los objetivos fundamentales del evento, siempre y cuando respondan a los requerimientos de la EPDP</li></ul>

**Anexo 4. Datos de la iniciación y especialización atlética de algunos de los mejores mediodfondistas y fondistas cubanos de la historia**

Nombre	Pruebas	Rendimiento (min) / (año)	Categoría de Inicio	Tránsito (EIDE)
Emperatriz Wilson	Maratón	2:36.35 (1992)	Infantil, 11-12	NT
Luis Medina	1500, 5000 m	3:39.0 (1977) 13:44.80 (1977)	Escolar, 15-16,II	NT
Félix Mesa	1500 m	3:44.26 (1986)	Escolar, 15-16, II	NT
José Cobo	1500, 5000 m	3:41.60 (1974) 14.04.40 (1975)	Escolar, 15-16, II	NT
Ángel Rodríguez	5000, 10 000 m	13:49.85 (1988) 28:59.46 (1991)	Juvenil	NT
Iram Trustié	maratón	2:14:54	Juvenil	NT
Alexis Cuba	5000, 10 000, maratón	29.20.26 (1996) 2:13:18 (1996)	Escolar, 15-16,II	NT
Juan J. Linares	5000, 10 000 m	13:53.01 (1989) 29.11.95 (1987)	Escolar, 15-16, II	NT
Alberto Cuba	10 000 m, maratón	28:48.96 (1989) 2:10:53 (1992)	Escolar, 13-14, II	NT

**Anexo 5. Iniciación y tránsito por las EIDE de los mejores 150 exponentes cubanos de carreras planas de todos los tiempos considerando los 50 más veloces por pruebas. (Muñiz Sanabria, A. 1998).**

150 más veloces			
Infantil	Escolar	Juvenil	Adulta
23 (117)	43 (117)	34 (117)	17 (117)
19.6%	36.8%	29.1%	14.5%
56.4%		43.6%	
EIDE: 50 (125), 40%			
75 más veloces			
Infantil	Escolar	Juvenil	Adulta
8(67)	25 (67)	21 (67)	13 (67)
11.9%	37.3%	31.3%	19.4%
49.3%		50.7%	
EIDE: 25 (67), 37.3%			
30 más veloces			
Infantil	Escolar	Juvenil	Adulta
3 (28)	8 (28)	8 (28)	9 (28)
10.7%	28.6%	28.6%	32.1%
39.3%		60.7%	
EIDE: 8 (30) 26.7%			



**(xx): cantidad de atletas de los que se pudo obtener los datos de su iniciación en el atletismo**  
**EIDE: Escuela de Iniciación Deportiva Escolar**

Una consideración es que conviene facilitar a los entrenadores de las EIDE menos presión campeonista y del entrenamiento altamente especializado en las edades escolares a través del sistema de competición que se implemente, para facilitar una mejor progresión de los rendimientos en las edades juveniles y adultas.

**Fecha de recepción: 7/10/2021**  
**Fecha de aceptación: 16/11/2021**