

Capítulo 8

Consejos para la demostración, organización y presentación

Las personas aprenden a través de la observación, los ejemplos, la transferencia de conocimientos, los consejos enfatizados con la mímica, a base de probar y cometer errores y mediante la repetición. La observación representa un método de aprendizaje eficaz, y es el primero de ellos a utilizar. La demostración permite que el arquero observe y se cree una primera imagen del gesto. Pero tenga la precaución de demostrar exactamente lo que hay que hacer. Utilice el mismo equipo que los arqueros, y respete escrupulosamente las reglas de seguridad asociadas con el tiro con arco. Recuerde además que la observación no solamente implica ver, sino también escuchar. Para que sea efectiva, los arqueros deben ser capaces de ver lo que está siendo demostrado y escuchar lo que se está diciendo.

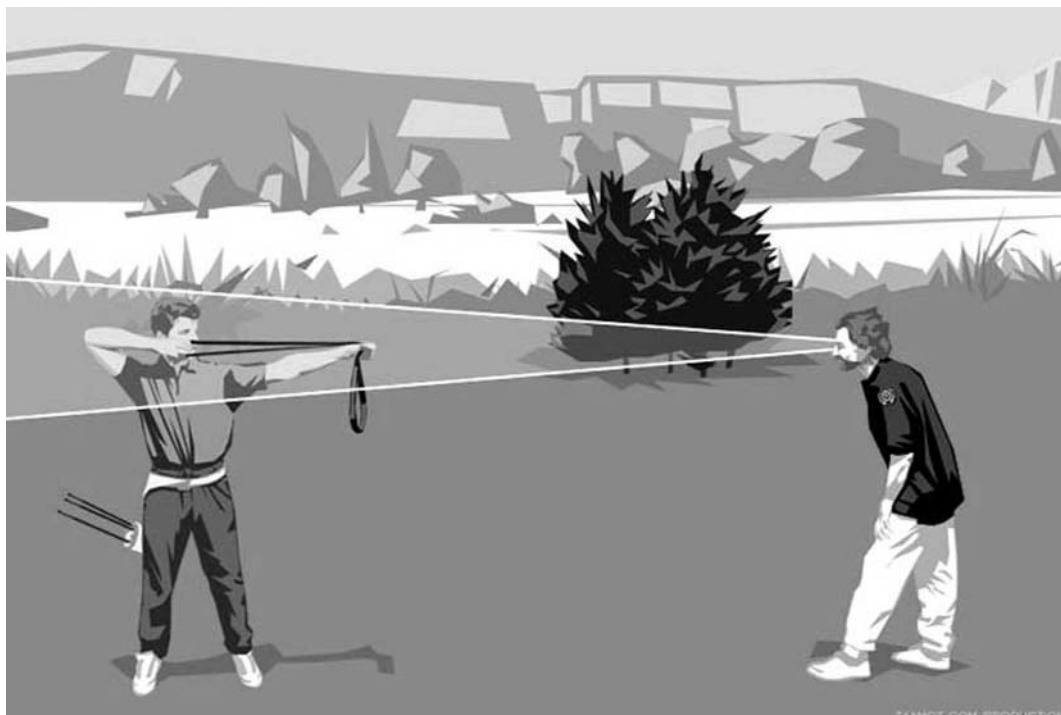
8.1. Los conocimientos previos

Deje que los arqueros expresen sus conocimientos a cerca de la técnica siendo enseñada y trabajada

durante la sesión de práctica. Permita cualquier pregunta antes de la demostración. No se quede sorprendido por los posibles conocimientos que tengan los principiantes. Los arqueros novatos poseen sus propias percepciones del deporte, o incluso algún tipo de experiencia previa. Dando al arquero la oportunidad de expresar sus percepciones tiene le ofrecerá estas ventajas:

- si son incorrectas, tendrá la oportunidad de corregirlas, expresando con ello mejor sus ideas y enseñará con más eficacia;
- si son incompletas, tendrá la oportunidad de rellenar los espacios o conceptos que falten;
- los arqueros participan, dándoles así una motivación extra y evitando la monotonía de un único orador;
- puede ser que escuche ciertos comentarios que presenten el ejercicio con más efectividad;
- si son correctas, las mismas ventajas anteriormente mencionadas, ¡y el trabajo ya ha sido hecho por otros!

Ningún método es perfecto. Éste no es una excepción. Puede ser que algunos arqueros monopolicen la conversación demasiadas veces y/o hablen durante demasiado tiempo. Limite los comentarios o los temas bajo discusión. Utilice esta herramienta didáctica, ya que las dinámicas de entrar en profundos análisis e intercambio de opiniones son más pesados que las dificultades.



Simulación de tiro utilizando un lazo elástico, hacia el asistente

8.2. Materiales de enseñanza

A continuación les ofrecemos algunas sugerencias para demostraciones y práctica:

A menudo la atención de los arqueros principiantes queda distraída por la suelta de la flecha del demostrador. Unido a ello, algunos arqueros a menudo juzgan la credibilidad del demostrador en base del acierto de la flecha en la diana. Sugerimos que demuestre:

- o tirando sin papel de diana, es decir hacia un blanco vacío, o bien directamente contra una red;
- o eligiendo no tirar ninguna flecha, es decir utilizando mecanismos de tiro seco, o un lazo elástico;
- por mirar a los arqueros durante la demostración a ver si están observando los puntos esenciales;
- escondiendo algunas partes del cuerpo del demostrador que no forman parte del punto clave de la demostración.



Enfoque visual en un elemento clave

Dado que los materiales complementarios de enseñanza ayudan a los arqueros a comprender mejor y sentir las sensaciones y esfuerzos-gestos futuros, es importante que éstos sean lo más semejantes posibles al equipo utilizados durante la práctica. Es más, estos materiales no deben diferenciarse demasiado del contexto de tiro real, para que no se pierda demasiado tiempo en reconstruirlo progresivamente. Consecuente con esta idea, vamos a coger el ejercicio de esfuerzo de empuje como un ejemplo. Para comprender la participación de la pierna de la cuerda, podríamos crear las situaciones siguientes utilizando tres artículos de enseñanza distintos. Incluso si estos son muy similares, pueden ser percibidos de una manera distinta por el arquero, puesto que:

- El arquero está siendo empujado por un individuo, obligando así al arquero a responder usando su pierna de cuerda. Demuestra como esto se aplica al tiro con arco.



Solamente con la ayuda humana, "Tengo que resistir cuando alguien me empuje"

- Un individuo empuja contra el arco del arquero, obligando con ello al arquero a resistir usando su pierna de cuerda. Demuestra que la pierna de la cuerda actuaría de una manera similar si el arco estuviese siendo utilizado.
- Cuando el arco del arquero esté en apertura total, o sea, tensado, el arco empuja contra el arquero, obligándole a responder usando la pierna de la cuerda.



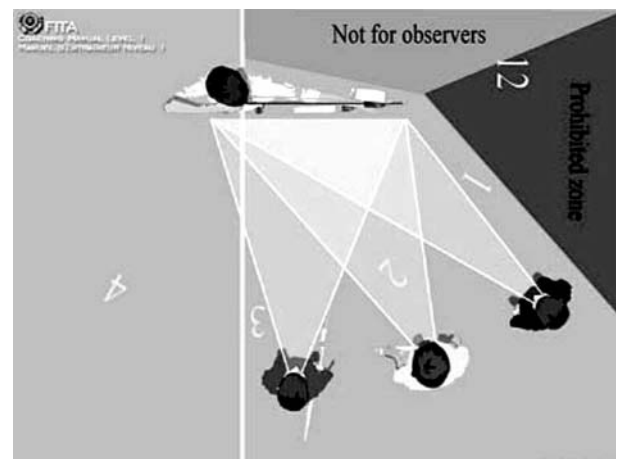
Ayuda humana y del cuerpo del arco, "Tengo que resistir cuando el arco me empuje"



Ayuda humana y del arco, "Cuando mi arco esté abierto, tengo que resistir"

8.3. Una colocación efectiva de los arqueros

Para razones de seguridad no permita a los arqueros pasar más allá de la línea de tiro mientras alguien esté en el proceso de tirar una flecha. Sin embargo, los entrenadores infringimos esta regla durante las demostraciones ya que la vista "3/4 por delante" (posiciones 1 y 2 en el dibujo, tomando la orientación como la esfera de un reloj) representan el mejor ángulo de observación para el alumno. Y es ahí donde les situamos para que puedan vernos mejor. Explique este detalle al alumno. Es por esto que las demostraciones se hacen a cortas distancias del blanco, de 3 a 10 metros, eliminando con esto cualquier riesgo para los arqueros colocados en la vista 3 o 4 delante y dando el instructor la oportunidad de tirar mientras éste ve si los estudiantes están prestando atención al punto esencial del ejercicio.



La colocación más usada para las explicaciones y demostraciones

NOTA:

La observación hecha desde las 10 u 11 no es segura ni aconsejable ya que los estudiantes estarán colocados por el lado de la flecha (riesgo de trayectorias indeseadas de la flecha por ahí) y además pueden ver los detalles suficientemente.

Fíjese como los distintos artículos de enseñanza arriba mencionados pueden ayudar al novato a percibir las situaciones de una manera diferente. Esto se explica con más casos en "Ideas para las Sesiones de Práctica" en el Capítulo 10. en este capítulo conseguirá más ejemplos de diferentes ejercicios didácticos para aplicar en la enseñanza.

8.4. Las instrucciones (durante una demostración)

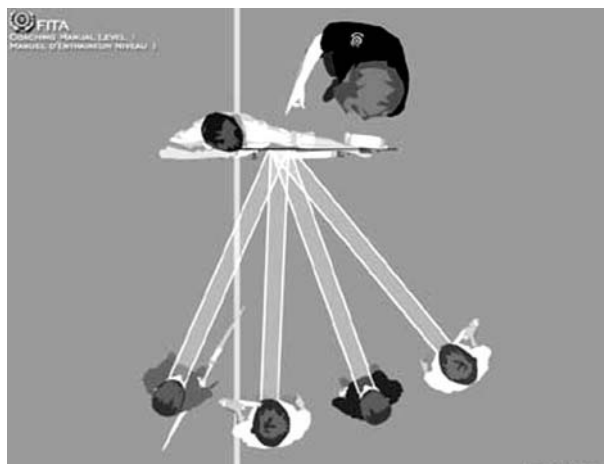
Las instrucciones forman una parte esencial del proceso de aprendizaje y de las actividades en grupo:

- Hable alto para que todo el mundo pueda oírle y utilice un lenguaje comprensible y claro;
- Utilice un lenguaje positivo, explicando lo que debería hacerse (y no lo que debe evitarse), y lo que se debería sentir, ...
- Utilice una terminología coherente (la misma terminología y sistema que se utiliza en el Manual del arquero (si lo hubiese) o en este Manual del entrenador para que los arqueros puedan consultar más tarde sus dudas y para familiarizarse con esta terminología específica del tiro con arco;
- Solamente de instrucciones pertinentes y necesarias. Evite esas instrucciones no relacionadas con las necesidades de los arqueros;
- Las instrucciones más productivas deberían ir acompañadas de gestos expresivos. Cuando el arquero puede sentir la acción, y notar los resultados, recordar el gesto se siente más motivado a hacerlo mejor;
- Desde la primera sesión de práctica, aprenda el nombre de cada arquero ya que de esta manera las instrucciones serán mejor recibidas.

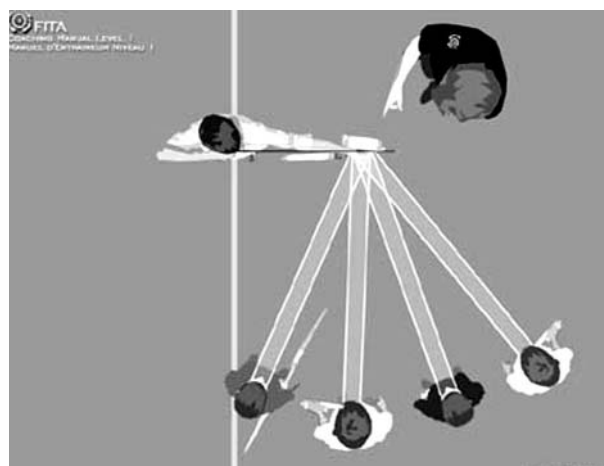
Si la demostración la hace otra persona que no sea el entrenador, colóquese en una de las posiciones que se indican a continuación para que pueda señalar las principales áreas de interés, o esas que merecen una atención especial, sin bloquear la vista de los arqueros:

NOTA:

Si Ud. hace la demostración, las instrucciones se darán antes, durante, y después de la demostración.



La posición cuando alguien esté demostrando el hombro de arco



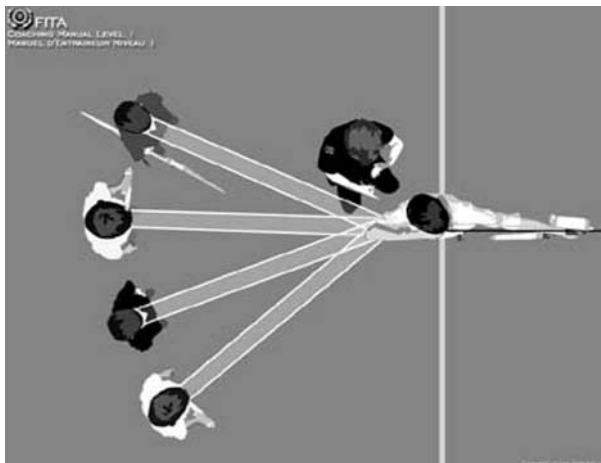
La posición cuando alguien esté demostrando la mano de arco



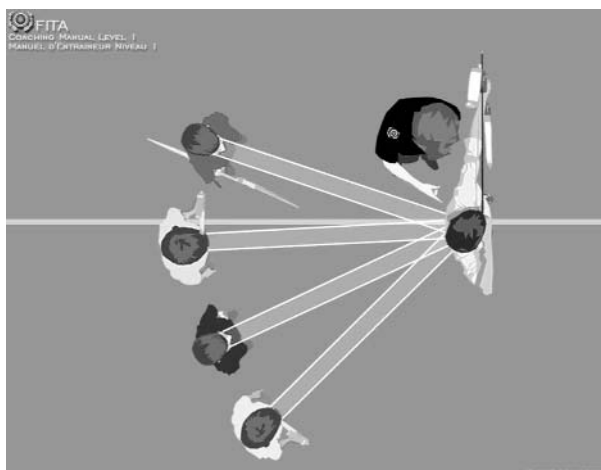
La posición cuando alguien esté demostrando la mano de la cuerda y la cara



La posición cuando alguien esté demostrando el brazo de arco



La posición cuando alguien esté demostrando la alineación



La posición para observar el trabajo que hace la espalda.