

Vladimir PLATÓNOV

TEORIA Y METODOLOGIA DE LA PREPARACION  
DE LOS DEPORTISTAS EN EL DEPORTE OLIMPICO

Libro 1

# Modalidades deportivas olímpicas, competencias y actividad competitiva de los deportistas



Universidad  
del Valle

Programa Editorial

La serie que se propone al lector, compuesta por cinco libros y titulada “Teoría y metodología de la preparación de los deportistas en el deporte olímpico”, es una versión complementada y reelaborada del manual “Teoría general de preparación de los deportistas en el deporte olímpico”, que salió en los últimos años en diferentes países del mundo: España (2001), Brasil (2004), Italia (2004), Rusia (2005), Ucrania (2012). En el presente libro se da la clasificación y la caracterización multifacética de las modalidades deportivas olímpicas, se exponen las ideas contemporáneas sobre el sistema de las competencias deportivas, sus modalidades, reglamentación, maneras y condiciones de realización, lugar en el sistema de preparación, etc. Está caracterizada la actividad competitiva de los deportistas: su técnica, estrategia y táctica, estructura y maneras de dirección de la actividad competitiva en las distintas modalidades deportivas.



TEORIA Y METODOLOGIA DE LA PREPARACION  
DE LOS DEPORTISTAS EN EL DEPORTE OLIMPICO

Libro 1

Modalidades deportivas  
olímpicas, competencias  
y actividad competitiva  
de los deportistas

E&P

Colección Educación y Pedagogía

## **VLADIMIR NIKOLAIEVICH PLATÓNOV**

Doctor en Pedagogía, Profesor, hombre emérito de ciencia y tecnología de Ucrania, Rector de la Universidad Nacional de Educación Física y Deporte de Ucrania, Laureado con el Premio del Comité Estatal del Deporte de la URSS y con el Premio Estatal de Ucrania en Ciencia y Tecnología. Es autor de mas de 400 trabajos sobre teoría del deporte, sistema de preparación de los deportistas en el deporte olímpico, adaptación del hombre hacia las condiciones extremas del medio externo, traducidos y publica-dos en diferentes países de Europa, Asia, África y América Latina. En el 2001 el autor fue premiado con el Orden Olímpico del Comité Olímpico Internacional por una serie de trabajos en el campo de teoría y metodología del deporte olímpico.

**V. N. PLATÓNOV**

TEORIA Y METODOLOGIA DE LA PREPARACION  
DE LOS DEPORTISTAS EN EL DEPORTE OLIMPICO

Libro 1

Modalidades deportivas  
olímpicas, competencias  
y actividad competitiva  
de los deportistas

E&P

Colección Educación y Pedagogía

Nikolaevich Platonov, Vladimir

Libro 1. Modalidades deportivas olímpicas, competencias y actividad competitiva de los deportistas / Vladimir Nikolaevich Platonov ; traductor Jaime Cruz Cerón.-- Cali : Programa Editorial Universidad del Valle, 2015.

400 páginas ; 24 cm.-- (Educación y pedagogía)

Incluye bibliografía

I. Entrenamiento deportivo 2. Deportes 3. Competencias deportivas I. Cruz Cerón, Jaime, traductor II. Tít. III. Serie.

796 cd 21 ed.

A1502298

CEP-Banco de la República-Biblioteca Luis Ángel Arango

## Universidad del Valle

### Programa Editorial

Serie: Teoría y metodología de la preparación de los deportistas en el deporte olímpico

Título: Libro 1. Modalidades deportivas olímpicas, competencias y actividad competitiva de los deportistas

Autor: Vladimir Nikolaevich Platónov

Traducción: Elena Konovalova, Misael Rivera Echeverry

ISBN: 978-958-765-177-5

ISBN-PDF: 978-958-5156-61-6

ISBN-EPUB: 978-958-5156-62-3

DOI: 10.25100/peu.413

Colección: Educación y Pedagogía - Educación Física y Deporte

**Primera Edición Impresa septiembre 2015**

Rector de la Universidad del Valle: Édgar Varela Barrios

Vicerrector de Investigaciones: Héctor Cadavid Ramírez

Director del Programa Editorial: Omar J. Díaz Saldaña

© Vladimir Platónov

© Universidad del Valle - UDCA de los derechos de autor

© Universidad del Valle, de la traducción

Diseño de Carátula: Hugo H. Ordóñez Nievas

Diagramación y corrección de estilo: G&G Editores

Este libro, o parte de él, no puede ser reproducido por ningún medio sin autorización escrita de la Universidad del Valle.

El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión del autor y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad del Valle, ni genera responsabilidad frente a terceros.

El autor es el responsable del respeto a los derechos de autor y del material contenido en la publicación, razón por la cual la Universidad no puede asumir ninguna responsabilidad en caso de omisiones o errores.

Cali, Colombia, octubre de 2020

## CONTENIDO

Nota sobre el autor . . . . .	9
Introducción a la serie . . . . .	11

### Capítulo 1

MODALIDADES DEPORTIVAS EN LOS PROGRAMAS DE LAS OLIMPIADAS Y LOS JUEGOS OLÍMPICOS DE INVIERNO . . . . .	15
Clasificación de las modalidades deportivas olímpicas . . . . .	15
Modalidades deportivas en los programas de los Juegos Olímpicos . . . . .	18
Modalidades deportivas en los programas de los Juegos Olímpicos de invierno . . . . .	36

### Capítulo 2

SISTEMA DE LAS COMPETENCIAS DEPORTIVAS . . . . .	43
Las competencias en el deporte olímpico . . . . .	43
Las modalidades de las competencias deportivas . . . . .	45
Reglamentación y modos de realización de las competencias . . . . .	50
Determinación del resultado en las competencias . . . . .	54
Condiciones de las competencias que influyen en la actividad competitiva de los deportistas . . . . .	56
Las competencias en el sistema de preparación de los deportistas . . . . .	59

### Capítulo 3

ACTIVIDAD COMPETITIVA EN EL DEPORTE . . . . .	63
El resultado de la actividad competitiva . . . . .	63
Estrategia y táctica de la actividad competitiva . . . . .	85
Técnica de la actividad competitiva . . . . .	91
Estructura de la actividad competitiva . . . . .	100
Dirección de la actividad competitiva . . . . .	108
BIBLIOGRAFÍA . . . . .	115

**PÁGINA EN BLANCO  
EN LA EDICIÓN IMPRESA**

## NOTA SOBRE EL AUTOR

**Platónov Vladimir Nikolaevich**, doctor en pedagogía, profesor, hombre emérito de ciencia y tecnología de Ucrania, laureado con el Premio Estatal de Ucrania en ciencia y tecnología, rector de la Universidad Nacional de Educación Física y Deporte de Ucrania.

Es autor de más de 400 trabajos sobre teoría del deporte, sistema de preparación de los deportistas en el deporte olímpico, adaptación del hombre hacia las condiciones extremas del medio externo. Los principales libros de Platónov son: *Entrenamiento deportivo contemporáneo* (1980), *Teoría y metodología del entrenamiento deportivo* (1984), *Preparación de los deportistas cualificados* (1986), *Teoría del deporte* (1987), *Adaptación en el deporte* (1988), *Cualidades físicas de los deportistas* (1991), *Actividad motriz de los deportistas* (1992), *Entrenamiento de los nadadores de elite* (1994), *Deporte olímpico*, en dos libros (1994, 1997), *El deportista en distintas condiciones climáticas y geográficas* (1996), *Teoría general de preparación de los deportistas en el deporte olímpico* (1997), *Enciclopedia del deporte olímpico contemporáneo* (1998), *Natación* (2000), *Enciclopedia del deporte olímpico*, en cinco tomos (2002, 2004), *Doping y los medios ergogénicos en el deporte* (2003). La mayoría de estos libros y una serie de otros libros de Vladimir Platónov tuvieron más de 30 ediciones y reediciones en 10 idiomas en diferentes países como Argentina, Bulgaria, Brasil, Alemania, Egipto, España, Italia, China, Polonia, Rusia, Túnez, Francia, Japón y otros.

Bajo la dirección de Platónov se han preparado más de 50 tesis doctorales.

Vladimir Platónov fue laureado en dos ocasiones (1981, 1989) con el Premio del Comité Estatal del Deporte de la URSS, “Por el mejor trabajo científico-investigativo en el campo de cultura física y deporte” y fue premiado con medallas doradas. En el 2001 el autor fue premiado con el Orden Olímpico del Comité Olímpico Internacional, por una serie de trabajos en el campo de la teoría y la metodología del deporte olímpico.

## INTRODUCCIÓN A LA SERIE

La serie que se propone al lector, *Teoría y metodología de la preparación de los deportistas en el deporte olímpico*, compuesta por cinco libros, es una versión complementada y reelaborada del manual *Teoría general de preparación de los deportistas en el deporte olímpico*, que se publicó en los últimos años en diferentes países del mundo: España (2001), Brasil (2004), Italia (2004), Ucrania (2004) y Rusia (2005).

Los libros están destinados, ante todo, a los entrenadores de alta cualificación y a los estudiantes de maestría de instituciones de educación superior, especializados en entrenamiento deportivo. Muchas unidades temáticas serán de interés de los administradores que se desempeñan en el campo del deporte y de la preparación olímpica, toda vez que permiten estudiar multilateralmente los procesos del deporte contemporáneo y de esta manera optimizar los fundamentos de la preparación de los deportistas en las distintas etapas del perfeccionamiento a muchos años en la programación, normatividad, organización y aspectos científico y metodológico. También encontrarán en los libros una información suficiente para su desempeño los médicos deportólogos, investigadores, nutricionistas y otros especialistas involucrados en el sistema de la preparación olímpica de los deportistas. Los libros, sin duda, serán útiles también para los deportistas de alta cualificación que se preparan para las competencias internacionales de alto nivel.

En el proceso de la escritura de los libros se utilizó la información actualizada, producida por nuevas investigaciones realizadas tanto directamente en el campo del deporte olímpico y el sistema de preparación de los deportistas, así como también en fisiología, medicina, bioquímica, morfología,

biomecánica, psicología, dirección deportiva, etc. Igualmente, se presenta la experiencia de la práctica deportiva moderna, cuya sistematización permite estudiar en un nivel esencialmente nuevo muchos de los problemas que tienen relación con este campo del conocimiento, que compone el contenido de los libros.

En el proceso de elaboración de los libros el autor se apoya en los conocimientos y experiencias que se distinguen por el más alto nivel científico y resultados eficaces, por esta razón el contenido de los capítulos referente a los interrogantes sobre la adaptación de los tejidos muscular, óseo y conectivo, suministro energético de la actividad muscular, problemática de las lesiones deportivas, etc., se basa fundamentalmente en los trabajos de los especialistas de los países escandinavos, Alemania, Italia, EE. UU. y Canadá. Las investigaciones más importantes se han realizado precisamente en los laboratorios científicos de estos países. Por otro lado, la presentación de los interrogantes relacionados con la teoría general de la preparación del deportista, metodología de construcción de las diferentes unidades estructurales del proceso de entrenamiento y perfeccionamiento de las distintas partes de la preparación, se fundamenta, en primer lugar, en los trabajos de los especialistas de los países de Europa Oriental.

Gran parte del contenido de los libros se basa en los resultados de los estudios propios del autor y de sus alumnos, realizados en el periodo comprendido entre 1970 y 2005. También se tuvo en cuenta la experiencia del autor y de sus colegas tanto en el campo de la estrategia general de la preparación olímpica, como en el campo de aprovisionamiento científico-metodológico y organizacional del proceso de preparación de muchos deportistas y equipos destacados de diferentes países que han logrado el éxito en los Juegos Olímpicos celebrados entre los años 1976 y 2008.

En el primer libro, *Modalidades olímpicas del deporte, competencias y actividad competitiva de los deportistas*, se da la clasificación y la caracterización multifacética de las modalidades deportivas olímpicas, se exponen las ideas contemporáneas sobre el sistema de las competencias deportivas, sus modalidades, reglamentación, maneras y condiciones de realización, lugar en el sistema de preparación, etc. Igualmente, se caracteriza la actividad competitiva de los deportistas: su técnica, estrategia y táctica, estructura y maneras de dirección de la actividad competitiva en las distintas modalidades deportivas.

En el segundo libro, *Bases generales del sistema de preparación de los deportistas*, se estudia el problema de adaptación en el deporte y se presentan las bases generales de preparación de los deportistas. Se estudian los interrogantes de adaptación del sistema muscular, del tejido óseo y conec-