

RESUMEN

La eficiencia técnica de la lucha olímpica es un aspecto que presenta dificultad en la ejecución de los elementos técnicos durante la realización de los combates de competencia y que entre los factores que influyen en esta dificultad está la falta de desarrollo de fuerza especial, es por eso que surge la necesidad de investigar cómo influirán, estos ejercicios de fuerza especial en la eficiencia técnica. Se ha observado en diferentes competencias a todos los niveles, pobre eficiencia técnica producto de un pobre nivel de esfuerzo en la finalización de las ejecuciones de los elementos técnicos provocando bajas puntuaciones en los combates, generando reiteradas llamadas de atención por elementos técnicos fallidos, hasta el punto de ser penalizados con amonestaciones por pasividad. Por otro lado al existir pobre eficiencia técnica en la ejecuciones de los elementos técnicos por no contar con los niveles de fuerza especial adecuado para la realización de la técnica, esto provoca que se acuda a diferentes recursos adicionales para querer lograr la puntuación de dichos elementos técnicos como sea, cometiendo para ello, acciones no reglamentaria, movimientos en contra de las articulaciones, los conocidos foul, los cuales son sancionado inmediatamente por el cuerpo arbitral ocasionando la merma del rendimiento del deportista y con ello las reiteradas llamadas de atención, amonestaciones por pasividad e incluso la descalificación por falta del juego limpio durante el combate. Es por eso la necesidad del estudio de la incidencia de los ejercicios de fuerza especial en la eficiencia técnica de los seleccionados del Ecuador en la disciplina de lucha olímpica.

PALABRAS CLAVES

- **LUCHA OLÍMPICA**
- **EFICIENCIA TÉCNICA**
- **EJERCICIOS ESPECÍFICOS**
- **PERIODO COMPETITIVO**

SUMMARY

The technical efficiency of wrestling is an aspect which has difficulty in implementing the technical elements for the realization of the fighting competition and that the factors that influence this difficulty is the lack of development of special strength, which is why the need to investigate how to influence these special strength exercises in technical efficiency arises. It has been observed in different competitions at all levels, poor technical efficiency product of a poor level of effort in the completion of the execution of the technical elements causing low scores in the fighting, creating repeated reprimands for failed technical elements to about to be penalized with warnings for passivity. On the other hand to be poor technical efficiency in the execution of the technical elements for not having special force levels suitable for the realization of the art, this causes it to go to various additional resources for wanting to achieve these technical elements score anyway, making for it, no regulatory actions, movements against the joints, known foul, which are immediately sanctioned by the arbitral body causing the decline of the athlete's performance and thus the repeated warnings, warnings for passivity and even disqualification for lack of fair play during the match. That is why the need to study the impact of special strength exercises in the technical efficiency of selected from Ecuador in the discipline of wrestling.

KEYWORDS

- **WRESTLING**
- **TECHNICAL EFFICIENCY**
- **SPECIFIC EXERCISES**
- **COMPETITIVE PERIOD**