



**Estudio en dos momentos de la preparación deportiva del nivel de contraataques con  
ganchos y cruzados en boxeadores categoría escolar de la liga cantonal “Pedro  
Vicente Maldonado”**

**Beltrán Vallejo, Eduardo Emanu**

**Vicerrectorado de Investigación Innovación y Transferencia de Tecnología**

**Centro de Posgrados**

**Maestría en Entrenamiento Deportivo**

**Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Magister en Entrenamiento  
Deportivo**

**MSc. Loachamín Aldaz, Eduardo Marcelo**

**24 de junio del 2020**



VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN INNOVACIÓN Y

TRANSFERENCIA DE TECNOLOGÍA

CENTRO DE POSGRADOS

**CERTIFICACIÓN**

Certifico que el trabajo de titulación, **Estudio en dos momentos de la preparación deportiva del nivel de contraataques con ganchos y cruzados en boxeadores categoría escolar de la liga cantonal "Pedro Vicente Maldonado"**, fue realizado por el señor: **Beltrán Vallejo, Eduardo Emanu**, el mismo que ha sido revisado y analizado en su totalidad, por la herramienta de verificación de similitud de contenido; por lo tanto cumple con los requisitos legales, teóricos, científicos, técnicos y metodológicos establecidos por la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE, razón por la cual me permito acreditar y autorizar para que lo sustente públicamente.

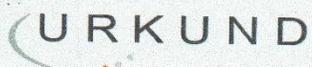
Sangolquí, 24 de junio del 2020

**Firma:**

**MSc. Loachamín Aldaz, Eduardo Marcelo**

**Director**

**C.C.: 1712348901**



## Urkund Analysis Result

Analysed Document: TesisBoxeo.Rend\_Téc-Tác\_2019.docx (D57483288)  
 Submitted: 10/22/2019 10:35:00 PM  
 Submitted By: sscalero@espe.edu.ec  
 Significance: 4 %

### Sources included in the report:

AYOVI CAMACHO SIXTO FERNANDO.docx (D28761017)  
 URKUND OSCAR.docx (D19246451)  
 AYOVI CAMACHO SIXTO FERNANDO.docx (D28711981)  
<https://www.efdeportes.com/efd158/las-acciones-tecnico-tacticas-del-boxeo.htm>  
<https://www.efdeportes.com/efd196/la-fuerza-rapida-en-la-lucha-olimpica.htm>  
<https://www.efdeportes.com/efd166/tests-tecnico-tacticos-para-talentos-en-el-voleibol.htm>  
<https://efdeportes.com/index.php/EFDeportes/article/view/917/394>  
<https://www.efdeportes.com/efd197/capacidades-motrices-por-direcciones-lucha-olimpica.htm>  
<https://www.efdeportes.com/efd129/voleibol-influencia-de-las-acciones-tecnico-tacticas-en-el-rendimiento-final.htm>  
<https://es.wikibooks.org/wiki/Boxeo/T%C3%A9cnica>  
<https://www.efdeportes.com/efd168/metodologia-para-las-tecnicas-defensivas-del-boxeo.htm>  
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6736343.pdf>

### Instances where selected sources appear:

25

Tema: Estudio en dos momentos de la preparación deportiva del nivel de contraataques con ganchos y cruzados en boxeadores categoría escolar de la liga cantonal "Pedro Vicente Maldonado"

Beltrán Vallejo, Eduardo Emanu

MSc. Loachamín Aldaz, Eduardo Marcelo

Director



VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN INNOVACIÓN Y

TRANSFERENCIA DE TECNOLOGÍA

CENTRO DE POSGRADOS

RESPONSABILIDAD DE AUTORÍA

Yo, **Beltrán Vallejo, Eduardo Emanu**, con cedula de ciudadanía Nro. **1716573553**, declaro que el contenido, ideas y criterios del trabajo de titulación: **Estudio en dos momentos de la preparación deportiva del nivel de contraataques con ganchos y cruzados en boxeadores categoría escolar de la liga cantonal “Pedro Vicente Maldonado”**, es de mi autoría y responsabilidad, cumpliendo con los requisitos legales, teóricos, científicos, técnicos y metodológicos establecidos por la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE, respetando los derechos intelectuales de terceros y referenciando las citas bibliográficas.

Sangolquí, 24 de junio del 2020

Firma:

**Beltrán Vallejo, Eduardo Emanu**

**C.C.: 1716573553**



**VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN INNOVACIÓN Y**

**TRANSFERENCIA DE TECNOLOGÍA**

**CENTRO DE POSGRADOS**

**DEPARTAMENTO DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES**

**AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN**

Yo, **Beltrán Vallejo, Eduardo Emanu**, con cedula de ciudadanía Nro. **1716573553**, autorizo a la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE publicar el trabajo de titulación: **Estudio en dos momentos de la preparación deportiva del nivel de contraataques con ganchos y cruzados en boxeadores categoría escolar de la liga cantonal "Pedro Vicente Maldonado"**, en el Repositorio Institucional, cuyo contenido, ideas y criterios son de mi responsabilidad

Sangolquí, 24 de junio del 2020

**Firma:**

**Beltrán Vallejo, Eduardo Emanu**

**C.C.: 1716573553**

## **DEDICATORIA**

DEDICO ESTE TRABAJO A MI FAMILIA, A MI HIJO, MIS COMPAÑEROS A CADA UNA DE LAS PERSONAS QUE HAN ECHO POSIBLE QUE PUEDA CULMINAR MI MAESTRIA CON ÉXITO.

## **AGRADECIMIENTO**

QUIERO AGRADECER A DIOS, POR DARME LA FUERZA DE SEGUIR ADELANTE PESE A LAS ADVERSIDADES, A MI MADRE, A MI HIJO A LA "ESPE" Y SU DIRECCION DE MAESTRIA EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO.

## INDICE DE CONTENIDOS

Estudio en dos momentos de la preparación deportiva del nivel de contraataques con ganchos y cruzados en boxeadores categoría escolar de la liga cantonal “Pedro Vicente Maldonado” .....	1
CERTIFICACIÓN .....	2
URKUND.....	3
RESPONSABILIDAD DE AUTORÍA .....	4
AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN.....	5
DEDICATORIA .....	6
AGRADECIMIENTO .....	7
INDICE DE CONTENIDOS.....	8
INDICE DE TABLAS.....	11
RESUMEN .....	12
ABSTRACT .....	13
Capítulo I.....	14
Introducción al problema de investigación .....	14
Introducción a la situación problemática.....	14
Objetivos.....	15
Objetivo General del Proyecto .....	15
Objetivos Específicos del Proyecto .....	16
Justificación, importancia y alcance del proyecto .....	16
Trabajos relacionados.....	22
Diseño de la investigación .....	24
Población y muestra.....	24
Métodos de la investigación.....	24
La investigación empleará los siguientes métodos teóricos: .....	24

	9
Recolección de la información .....	27
Capítulo II.....	29
Bases teóricas de la investigación .....	29
La preparación técnico-táctica en el proceso de dirección del Entrenamiento deportivo.....	29
La entrenabilidad.....	31
El área cognoscitiva .....	38
La atención .....	38
La percepción.....	39
La memoria.....	39
La imaginación .....	39
El Pensamiento .....	40
La motivación .....	40
La voluntad.....	41
La conciencia moral .....	42
Las relaciones interpersonales entre adolescentes.....	42
La actividad de estudio y otras de carácter laboral, recreativo y deportivo.....	45
Características del desarrollo motor en la adolescencia.....	47
Orientaciones en el tratamiento de las clases de educación física y deporte escolar orientadas al boxeo.....	48
Capítulo III.....	56
Propuesta metodológica de intervención técnico-táctica para boxeadores escolares ...	56
La acción de contraataque .....	56
El contraataque de encuentro.....	56
El contraataque de riposta .....	56
Capítulo IV .....	66

	10
Análisis de los resultados .....	66
Resultados del diagnóstico preliminar realizado a los entrenadores.....	66
Estudio de la efectividad de los golpes en contraataque .....	68
Estudio de la efectividad de la coordinación en contraataque.....	72
CONCLUSIONES .....	78
RECOMENDACIONES.....	79
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	80

## INDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1</b> <i>Variable dependiente: Rendimiento técnico-táctico del contraataque.....</i>	20
<b>Tabla 2</b> <i>Variable independiente: Estrategia de entrenamiento con ganchos y cruzados .....</i>	21
<b>Tabla 3</b> <i>Efectividad de los golpes en dos momentos de la preparación del boxeador...</i>	68
<b>Tabla 4</b> <i>Prueba de Shapiro–Wilk. Nivel de normalidad en la prueba de efectividad del golpeo. ....</i>	69
<b>Tabla 5</b> <i>Análisis descriptivo.....</i>	70
<b>Tabla 6</b> <i>Pruebas de normalidad.....</i>	71
<b>Tabla 7</b> <i>Nivel de significancia entre muestras relacionadas en el test de Golpeo. Prueba de Wilcoxon.....</i>	71
<b>Tabla 8</b> <i>Estadísticos de contraste(b) .....</i>	72
<b>Tabla 9</b> <i>Efectividad de la coordinación en dos momentos de la preparación del boxeador.....</i>	73
<b>Tabla 10</b> <i>Prueba de Shapiro–Wilk. Nivel de normalidad en la prueba de coordinación.</i>	74
<b>Tabla 11</b> <i>Análisis descriptivo.....</i>	75
<b>Tabla 12</b> <i>Pruebas de normalidad.....</i>	76
<b>Tabla 13</b> <i>Nivel de significancia entre muestras relacionadas en el test de Coordinación. Prueba de Wilcoxon.....</i>	76
<b>Tabla 14</b> <i>Estadísticos de contraste(b) .....</i>	77

## RESUMEN

El rendimiento técnico-táctico implica la valoración del movimiento motriz en oposición, dado que el rendimiento final es un componente esencial en la teoría y metodología del entrenamiento deportivo. Para el caso del boxeo, el rendimiento técnico-táctico se hace fundamental desde las edades tempranas, su potenciación permite elevar el rendimiento deportivo a todos los niveles. En tal sentido, se planteó como objetivo de la investigación mejorar la efectividad técnico-táctica en el contraataque con ganchos y cruzados en boxeadores escolares de la liga cantonal "Pedro Vicente Maldonado". Se estudia una población de 20 boxeadores escolares, sexo masculino (13-14 años) de la liga mencionada en dos momentos de la preparación deportiva (Pretest y Posttest), más 10 entrenadores especialistas que participaron en un diagnóstico inicial. Se aplica una estrategia por 21 semanas valorando las potencializadas alcanzadas en un test de golpeo y otro de coordinación. Los resultados evidenciaron diferencias significativas en los test mencionados, mejorando notablemente el rendimiento técnico-táctico en dos variables del contraataque.

### Palabras Clave:

- **BOXEO ESCOLAR**
- **CONTRAATAQUE**
- **GOLPEO**
- **COORDINACIÓN**

## **ABSTRACT**

The technical-tactical performance implies to motor movement evaluation in opposition, since the final performance is an essential component in theory and methodology of sports training. In the case of boxing, the technical-tactical performance becomes fundamental from the early ages, its empowerment allows raising the sports performance to all levels. In this regard, the research objective was to improve the technical-tactical effectiveness in the counterattack with hooks and crusaders in school boxers of the cantonal league "Pedro Vicente Maldonado". A population of 20 school boxers, male sex (13-14 years) of the league mentioned in two moments of sports preparation (Pretest and Posttest), plus 10 specialist trainers who participated in an initial diagnosis is studied. A strategy is applied for 21 weeks assessing the potentials achieved in a hit test and a coordination test. The results showed significant differences in the mentioned tests, notably improving the technical-tactical performance in two counterattack variables.

### **Keywords:**

- **SCHOOL BOXING**
- **COUNTERATTACK**
- **HIT**
- **COORDINATION**

## Capítulo I

### Introducción al problema de investigación

#### Introducción a la situación problemática

La preparación técnico-táctica es un componente esencial en deportes de cooperación-oposición y en deportes de combate, (Calero-Morales, 2014) dado que son dos componentes indisolublemente unidos, (Harre, 1989) que permiten realizar ciertos enfoques de la preparación deportiva muy en boga en la teoría y metodología del entrenamiento deportivo contemporáneo.

Los programas de formación deportiva contemporáneos orientan sus acciones docente-educativas en base al concepto de formación global, considerando las particularidades de las categorías o rangos etarios y sus respectivos objetivos de aprendizaje. (Romero, 2001).

Para el caso de la iniciación deportiva, sus programas de intervención se relacionan básicamente con la adquisición del conocimiento deportivo en relación con la capacidad de ejecución del sujeto del nuevo hábito motriz característico de un deporte en específico, además del fortalecimiento de las habilidades motrices básicas como soporte de los nuevos aprendizajes en el hábito deportivo, (Ruiz, 2012; Morales & González, 2014) dicho conocimiento abarca desde el primer día dónde el atleta inicia su entrenamiento hasta la edad de su retiro activo.

Los patrones básicos adquiridos en el proceso de enseñanza-aprendizaje deben ser lo suficientemente efectivos desde los primeros microciclos de la preparación deportiva, en relación con los comportamientos estratégicos motores fundamentales, (Moreno & Núñez, 2000) donde se prioriza el componente técnico de la preparación deportiva en relación con la acción táctica en oposición.

Para el caso del boxeo, además de entrenarse otros aspectos de la preparación deportiva, (Rodríguez, Prieto, & Cañizares, 2018; Chacón, Ordoqui-Baldriche, Carballido, Monte, & Madrigal, 2018) el componente técnico-táctico presenta un alto grado de volumen en el trabajo planificado, donde se prioriza en la etapa de iniciación temprana la enseñanza de la técnica deportiva para potenciar a mediano y largo plazo la efectividad en los golpes frente al adversario. (Degtiariov & Degtiariov, 1996; Alburquerque., 2015).

En tal sentido, el objetivo general de la presente investigación se relaciona con la posibilidad de potenciar el componente técnico-táctico del boxeador de la categoría escolar en el entorno específico de enseñanza-aprendizaje del Ecuador. Por ello, una consulta de las distintas fuentes primarias de investigación ha demostrado la poca bibliografía específica del país en la potenciación de los distintos componentes de la preparación específica del boxeador, con énfasis en las categorías menores, para lo cual el campo de estudio del presente informe tratará de potenciar.

### **Planteamiento del problema**

¿Cómo mejorar la efectividad técnico-táctica en el contraataque con ganchos y cruzados en boxeadores escolares de la liga cantonal “Pedro Vicente Maldonado”?

### **Objetivos**

#### **Objetivo General del Proyecto**

Mejorar la efectividad técnico-táctica en el contraataque con ganchos y cruzados en boxeadores escolares de la liga cantonal “Pedro Vicente Maldonado”.

### **Objetivos Específicos del Proyecto**

- Fundamentar teórica y metodológicamente la importancia de la preparación técnico-táctica en los deportes, con énfasis en el boxeo de iniciación.
- Determinar las limitaciones técnico-tácticas en el contraataque de los boxeadores escolares de liga cantonal “Pedro Vicente Maldonado”.
- Diseñar una estrategia de potenciación del rendimiento técnico-táctico en el contraataque con ganchos y cruzados en los boxeadores escolares sometidos a estudio.
- Validar la estrategia técnico-táctica en el contraataque con ganchos y cruzados en boxeadores escolares de liga cantonal “Pedro Vicente Maldonado”.

### **Justificación, importancia y alcance del proyecto**

Boxeo, este arte de los puños, es uno de los deportes de combate de mayor afición en el ámbito mundial, su surgimiento se remonta en la prehistoria. Desde la antigua Grecia donde los combates se celebraban a puños descubiertos y las peleas resultaban sumamente rudos sin límite de tiempo hasta la muerte de algunos de los adversarios o hasta que uno se declarara vencedor.

El boxeo internacional es reconocido por ser una modalidad deportiva que permite la obtención de sobresalientes resultados en las distintas competencias a todos los niveles, ya sean Centro americanos, Panamericanos, Copas del Mundo, Mundiales y Juegos Olímpicos.

Para mantener y elevar los resultados del boxeo nacional e internacional en su versión amateur, fue necesario efectuar una serie de acciones por parte de diversos países que contribuyeron al perfeccionamiento de esta modalidad deportiva en términos de teoría y metodología de la preparación deportiva, aspectos que incluyen no solo su

evolución práctica, sino también del proceso inherente de enseñanza-aprendizaje, abarcando las particularidades de todas las edades como componente específico de la preparación deportiva.

Entre estas acciones se destaca la creación de sistemas nacionales e internacionales que conforman los subsistemas del boxeo para distintos rangos etarios, del que emanan importantes documentos e indicaciones, primeramente del programa y luego del plan de preparación del deportista de boxeo que norma el trabajo a los distintos niveles. (Alburquerque, 2009; Col, 1995).

Especial y merecido interés es todo el desempeño por el fortalecimiento del boxeo en Ecuador, atribuyéndole componentes específicos de la preparación a la etapa de iniciación deportiva como base del alto rendimiento, en todo se conoce la adquisición de habilidades deportivas indicadas para esa fase y su continuidad en las categorías que la preceden, constituye la única garantía de una correcta formación técnica de los boxeadores. (Vargas, Valero, Díaz, & Torres, 2015; Riera, 2005; Miranda & Balmaseda, 2013).

Este interés por la iniciación deportiva se manifestó desde los inicios del deporte, pues precisamente en las edades tempranas que se realizan los primeros pasos del proceso científico del entrenamiento deportivo como parte de la búsqueda y selección deportiva. (Santisteban, 1998; Calero, 2012).

Una correcta formación técnico-táctica se logra con una adecuada aplicación de los métodos y medios de enseñanza de la técnica en cada etapa (categoría) de formación de atletas. (González, Vaillant, & Gutiérrez, 2010) Por parte del doctor Alcides Sagarra señala "El entrenador debe saber cambiar el arsenal técnico-táctico de sus atletas y adaptarlos al sistema moderno de competición pues si no su estilo y forma de llevar la técnica de combate llega a ser obsoleta". (González, Vaillant, & Gutiérrez, 2010).

Para el presente autor la preparación técnico-táctica se convierte en un tema muy actual, (Balmaseda, Castellano, & Usabiaga, 2011; García Hernández, Machuat Santana, Fernández Jiménez, & Toledo Díaz, 2018) el cual debe estudiarse profundamente, para llevarlo al mismo nivel que han alcanzado las otras facetas de la preparación del boxeador, base de la pirámide deportiva. (González , Vaillant , & Gutiérrez, 2010).

Las exigencias actuales del deporte contemporáneo, su dinámica, la influencia diaria de los adelantos de la ciencia y la técnica, las nuevas reglas, el sucesivo aumento de los resultados deportivos actuales requieren de un sustancial perfeccionamiento, tanto del nivel de preparación de los deportistas como de todo el sistema metodológico de la preparación del deportista. (González , Vaillant , & Gutiérrez, 2010) . En el deporte de los puños es muy importante el óptimo desarrollo de los diferentes tipos de preparación para poder obtener la victoria en las diferentes competencias.

Dentro de la preparación, el renglón técnico-táctico es muy importante y fundamental. (Balmaseda, Castellano, & Usabiaga, 2011) El correcto conocimiento de la metodología de la enseñanza y el aprendizaje de los elementos técnico-tácticos y todo el proceso metodológico del entrenamiento, sin lugar a dudas, permite la obtención de los altos resultados deportivos. El boxeo ecuatoriano no está ajeno a esta problemática, es por ello que ha profundizado cada día más el nivel científico-técnico de sus entrenadores para que la preparación de los boxeadores se realice con las exigencias que el acontecer deportivo requiere. (González , Vaillant , & Gutiérrez, 2010).

De ahí parte la importancia de esta investigación con el propósito de conocer como ha sido el grado de asimilación de los contraataques con ganchos y cruzados en categoría escolar, esta investigación posee significación práctica, ya que contribuye a mejorar la calidad del proceso de enseñanza-aprendizaje en cuanto a la asignación de

la habilidad motriz deportiva del contraataque con gancho y cruzado, permitiendo una mejor preparación técnica en las edades pequeñas que sirvan como base para el ascenso a otros niveles de preparación deportiva.

### **Hipótesis de investigación**

La aplicación de una estrategia técnico-táctica con ganchos y cruzados mejorará la efectividad técnico-táctica en el contraataque de boxeadores escolares de la liga cantonal "Pedro Vicente Maldonado".

### **Categorización de las variables de investigación**

Las variables a investigar se relacionan a continuación:

- 1) Rendimiento técnico-táctico del contraataque
- 2) Estrategia de entrenamiento con ganchos y cruzados

**Tabla 1**

*Variable dependiente: Rendimiento técnico-táctico del contraataque*

<b>Definición</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Instrumento</b>
<b>Acciones de ataque desde una condición defensiva frente al contrario</b>	-Nivel existente del rendimiento técnico-táctico contraataque en boxeo	-variables significativas del contraataque	Test diagnóstico inicial
	-Estrategias para el trabajo para mejorar el contraataque en boxeo	-Tipos y características del contraataque en boxeo	Consulta Bibliográfica
	-Conocimiento existentes sobre estrategias de contraataque en boxeo	Nivel presentado	-Diagnóstico teórico.
	Diseño de la estrategia solucionadora	-Cuánto, Cuándo y Cómo se aplicará	-Asistencia e implementación de la propuesta
	Práctica	-Número de sesiones realizadas.	-Banco de datos.
	-Local, materiales e implementos para implementar la estrategia	-Implementos generales y específicos	-Banco de datos.
	-Nivel alcanzado en la investigación	-variables corregidas	Test diagnóstico final

**Tabla 2**

*Variable independiente: Estrategia de entrenamiento con ganchos y cruzados*

<b>Definición</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Instrumento</b>
<b>Acciones planificadas relacionadas con el componente técnico-táctico del boxeo</b>	-Características e importancia de los ganchos y cruzados en el boxeo de iniciación	-Grado existente	-Observación; Entrevista Test
	-Diagnóstico pre y post-experimento	-Indicadores obtenidos	-Entrevistas; observación Test
	-Local y recursos para el aprendizaje y tratamiento	-Inventario; implementos deportivos a utilizar	-Banco de datos

## Trabajos relacionados

Si bien al realizar la consulta bibliográfica no se encontraron antecedentes directos de la preparación técnico-táctica en boxeadores escolares del entorno ecuatoriano, se ha podido establecer algunos trabajos relacionados en la esfera internacional, de los cuales se tomarán en consideración algunos contenidos de la preparación deportiva adaptados al entorno ecuatoriano de formación docente-educativa. Para el caso los antecedentes fundamentales serían:

- 1) Alburquerque., M. B. (2015). Escuela cubana de boxeo: su enseñanza y preparación técnica. Sevilla: Wanceulen SL.
- 2) Balmaseda, M., Castellano, J., & Usabiaga, O. (Julio de 2011). Análisis de las acciones técnico-tácticas del boxeo de rendimiento. Tesis Doctoral. Lecturas: educación física y deportes, 16(158), 1-25. Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd158/las-acciones-tecnico-tacticas-del-boxeo.htm>
- 3) Col. (1995). Programa de preparación del deportista (boxeo). La Habana: INDER.
- 4) Degtiariov, I. P., & Degtiariov, J. (1996). Boxeo. Madrid: Lib Deportivas Esteban Sanz.
- 5) García Hernández, J. M., Machuat Santana, G., Fernández Jiménez, B., & Toledo Díaz, P. O. (2018). La preparación técnico-táctica de los boxeadores espirituanos. . Podium: Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física, 13(2), 150-159.
- 6) González, J. A., Vaillant, R., & Gutiérrez, Y. (Julio de 2010). Estudio de la efectividad de los contraataques en boxeadores de 13 y 14 años de la base en diferentes municipios con resultados de ciudad de La Habana. Lecturas:

educación física y deportes, 15(146), 1-8. Obtenido de

<https://www.efdeportes.com/efd146/efectividad-de-los-contra-ataques-en-boxeadores.htm>

- 7) Miranda, C. M., & Balmaseda, M. (2013). Escuela cubana de boxeo: Aspectos medulares de la preparación técnico-táctica. Barcelona: Wanceulen SL.
- 8) Vargas, M. S., Valero, C. S., Díaz, Y. M., & Torres, R. F. (2015). Propuesta de ejercicios para mejorar la efectividad de las habilidades defensivas en boxeadores juveniles. Revista Española de Educación Física y Deportes., 411, 73-89.

### **Diseño de la investigación**

La investigación poseerá un enfoque eminentemente correlacional, al valorar en dos momentos de la preparación deportiva la efectividad técnico-táctica presentada por la población objeto de estudio, valorando los efectos del plan de entrenamiento aplicado al equipo evaluado. Independientemente del tipo de investigación antes mencionado, se aplicarán investigaciones complementarias que permitirán básicamente explicar los resultados antes y después de implementada la propuesta de intervención, tales como la investigación descriptiva y analítica.

### **Población y muestra**

Bajo un muestreo intencional no probabilístico se estudiará la población de boxeadores escolares de la Liga Cantonal “Pedro Vicente Maldonado”, ascendientes a 20 sujetos entre 13-14 años, sexo masculino.

Por otra parte, y como parte de la validación teórica de la investigación se consultará mediante la técnica de entrevista las opiniones de 10 entrenadores de boxeo (con experiencia en la categoría estudiada) sobre la factibilidad del programa de intervención para mejorar el rendimiento técnico-táctico con ganchos y cruzados de los sujetos sometidos a estudio (21 semanas), así como sobre la necesidad de realizar entrenamientos técnico-tácticos en las categorías de iniciación.

El baremo empleado para aplicar la entrevista se evidencia al final del apartado “Métodos de la investigación ”

### **Métodos de la investigación**

La investigación empleará los siguientes métodos teóricos:

- a) **Histórico-Lógico:** Se aplica como complemento teórico de la investigación, en relación con la aplicación de diferentes técnicas y métodos de enseñanza-aprendizaje en el boxeo de iniciación, incluyendo los componentes de la preparación técnico-táctica.
- b) **Análisis -Síntesis:** La documentación consultada se descompone en parte para su análisis y se concreta, en resumen, de importancia para poder fundamentar teórica y metodológicamente los diferentes planes de preparación deportiva en el boxeo escolar en términos de mejoras del componente técnico-táctico.
- c) **Análisis documental:** Para complementar los métodos teóricos antes mencionados, aspecto que podrá basarse la parte teórica y metodológica de la investigación.

La investigación empleará los siguientes métodos empíricos:

- a) **La observación:** Al aplicarse una guía observacional para valorar los efectos positivos o no en la evolución técnico-táctica de los boxeadores escolares sometidos a estudio.
- b) **La Entrevista:** Aplicada a un grupo de entrenadores para valorar el posible diseño y validación de la estrategia potenciadora del rendimiento técnico-táctico de los boxeadores escolares estudiados. Específicamente se empleará como diagnóstico inicial para iniciar la investigación, posibilitando detectar necesidades en el equipo estudiado.

En términos de métodos estadísticos se emplearán las siguientes pruebas:

- a) **El análisis porcentual:** utilizado en la descripción de los datos de mayor interés.
- b) **Medidas de tendencia central:** para delimitar indicadores de posición de interés para la investigación (Promedio o Media Aritmética).

- c) **Estadísticas no paramétricas:** Para determinar el nivel de normalidad en la distribución de los datos se aplicó el Test de Shapiro-Wilk, posibilitando determinar que el estadígrafo a utilizar para dos muestras relacionadas será la Prueba de los Rangos con Signos de Wilcoxon, aplicado bajo un nivel de significación de 0,05.

Para cumplimentar el método de medición se aplicará un test observacional cuyo objetivo es valorar la habilidad motriz contra el ataque con ganchos y cruzados en los boxeadores escolares sometidos a estudio.

El objetivo de la observación será:

Determinar el nivel de asimilación de la habilidad motriz deportiva contra ataque con gachos y cruzados en boxeadores escolares de la Liga Cantonal “Pedro Vicente Maldonado”.

Los requisitos de la prueba observacional serán:

- Cantidad de observadores: 2 profesores.
- Frecuencia de observación: 2 veces
- Tipo de observación: Estructurada
- Variable: contraataque con ganchos y cruzados
- Indicadores:
  - 1) Efectividad de los golpes
  - 2) Coordinación de los movimientos
- Escala de Evaluación:
  - ✓ Bien (3 puntos)
  - ✓ Regular (2 puntos)
  - ✓ Mal (1 punto)

Para el caso del baremo utilizado para evaluar las preguntas realizadas a los entrenadores como parte del diagnóstico inicial, será:

- Muy Importante
- Importante
- Irrelevante

### **Recolección de la información**

La recolección de la información se realizará por parte del autor principal y un especialista en estadística del boxeo (2 sujetos). El investigador principal posee más de 20 años como profesional del boxeo, tanto como atleta activo como ser por entrenador de boxeo en categoría de iniciación.

El otro evaluador observacional también posee una experiencia similar al investigador principal. En ambos casos se busca elevar el nivel de confiabilidad en el registro y procesamiento de la información estadística, y por ende perfeccionar la evaluación y en análisis de los resultados.

### **Tratamiento y análisis estadístico de los datos**

En el tratamiento y análisis estadístico de los datos se emplearán las siguientes herramientas:

- 1) Microsoft Excel 2016: utilizado en la tabulación de los datos principales del rendimiento técnico-táctico del boxeador escolar estudiado, así como para aplicar las funciones preestablecidas para determinar frecuencias porcentuales y medidas de tendencia central.
- 2) SPSS v22: Para establecer la normalidad de los datos a correlacionar, y según los resultados alcanzados aplicar un estadígrafo no paramétrico para dos muestras relacionadas (Wilcoxon), el cual permitirá conocer si existen

diferencias significativas en los datos tomados en los dos momentos de la preparación del deportista.

## Capítulo II

### Bases teóricas de la investigación

#### **La preparación técnico-táctica en el proceso de dirección del Entrenamiento deportivo**

La práctica deportiva exige que la preparación técnica y la táctica se presenten como una unidad de preparación, entiéndase por su estrecha relación y correspondencia. (Fiedler, 1979; Calero-Morales, 2014; Morales., 2009; Riera, 2000).

En la actividad deportiva observamos que, mientras la preparación técnica proporciona los medios para efectuar los entrenamientos y competencia, la preparación táctica asegura el buen empleo de los mismos. (Platonov, 2001; Morales S. C., 2012).

La técnica y la táctica, como unidad de preparación, tiene objetivos generales:

- 1) Desarrollar y perfeccionar los hábitos motores necesarios al deporte elegido.
- 2) Asimilar nuevas y más complejas acciones motrices.
- 3) Especializar a los deportistas en los ejercicios competitivos del deporte elegido.

Analizaremos esta unidad por separado.

La preparación técnica deportiva es la forma más efectiva de solucionar una tarea motriz en correspondencia con las leyes mecánicas y biológicas, y también con las reglas. (Ozolin, 1983; Antonio, y otros, 2017; Benavides, Villalba, Saavedra, & Apolo, 2017; Flores & Ramírez, 2019; Guerrón, 2019; Lasluisa, Rodríguez, & O'Farril, 2019; Wuitar, Caveda, Oms, & García, 2018) Sin embargo, para los deportes de combate y de cooperación oposición podemos señalar que el aspecto más específico del entrenamiento deportivo lo constituye la preparación táctica. (Calero-Morales, 2014)

Como señalamos al inicio, las dos tareas fundamentales de la preparación técnica son el desarrollo y estabilización de los hábitos deportivos, y el perfeccionamiento de los hábitos deportivos. (Alburquerque., 2015; Jódar, 1993; Miranda & Balmaseda, 2013; Nitsch, 2002) El cumplimiento de estas dos tareas se realiza de conjunto, ya que están estrechamente vinculadas, pero tienen particularidades propias en cada tipo de deportes.

Si dividimos el proceso de la preparación técnica en dos etapas: aprendizaje y perfeccionamiento, podemos solucionar más, de modo racional, el cumplimiento de estas dos tareas.

En la etapa de aprendizaje solucionaremos los problemas del dominio de la técnica correcta, la forma correcta de ejecutar de los movimientos, la adecuada distribución de las fuerzas, etc. en la etapa de perfeccionamiento le daremos solución al desarrollo de la variabilidad de los hábitos deportivos, es decir, crear la posibilidad de ejecutar la técnica en las diferentes situaciones del juego. Por ello, la preparación táctica proporciona la forma más efectiva de ejecutar la técnica. (Dumas, 2014).

Sus dos tareas fundamentales son el desarrollo de las soluciones tácticas y el desarrollo de la capacidad de seleccionar la capacidad óptima o de adecuación. Esta tarea se debe solucionar sobre la capacidad intelectual del deportista. Varios autores coinciden en afirmar que la acción táctica tiene varias fases: percepción y análisis de la situación, su resultado es el conocimiento de la situación; solución mental del problema, su resultado es la representación de la gestión; solución motriz del problema, su resultado es la solución práctica.

La importancia de esta fase radica en que para adquirirla óptimamente hay que desarrollar cada una de ellas durante el entrenamiento; por tal razón suele evaluarse a partir de pruebas de valoración del rendimiento técnico-tácticos en numerosos deportes

de equipo y de combate. (Friol, Calero, Díaz, & Guerra, 2012) La calidad y la amplitud de los conocimientos técnicos constituyen la base de la preparación táctica.

### **La entrenabilidad**

En la actualidad se maneja el término entrenabilidad, como posibilidad de la preparación de desarrollo de capacidades para la realización de determinadas habilidades de acción, dentro de las cuales bien pueden quedar incluidos en el entrenamiento; (Issurin, 2012; Morales, Cevallos, & Benítez, 2016) sin embargo, en verdad hay que considerar dos conceptos relacionados estrechamente con la entrenabilidad: entrenabilidad biológica y entrenabilidad pedagógica.

La preparación de calentamiento resulta factor de la entrenabilidad. (Pardos-Mainer, Sagarra, Mendoza, Jaramillo, & Contreras, 2017; Biriukov, 2007) Si estimamos entrenabilidad biológica en su más amplia proyección, llegaremos a considerar que desde la selección y desarrollo del talento deportivo se tienen en cuenta las posibilidades como inicio; pero a partir de ellos la potencialidad en función de los resultados competitivos debe continuar el camino hacia la alta maestría deportiva. Crecimiento y desarrollo, capacidades angulares del movimiento perfeccionamiento esquelético, atenciones nutricionales psicológicas, fisiológicas, entres y otros, son aspectos de relevancia perteneciente a la entrenabilidad biológica.

En todos los casos los elementos del aprendizaje desde las habitaciones sensoro-motora que cada disciplina deportiva lleva consigo, hasta las ejecutorias individuales o colectivas, están inmersos en los aspectos de las posibilidades y potencialidades de la entrenabilidad pedagógica. Es saludable recordar que no todas las actividades deportivas corresponden a iguales sexos, edades, ciclo de crecimiento y desarrollo, valoración sexual y condiciones intelectuales; lo que confiere a las posibilidades y potencialidades de la intratabilidad, aspecto bien diferenciado.

Los cambios fenotípicos, las variaciones especificación por sexo, edad, etc., condiciona las medidas a tomar influyendo a las particularidades de los programas y planes de trabajo en cada caso, incluso dentro un mismo grupo conjunto. (Vichi & Domínguez, 1988; Domínguez García & Sagarra Carón, 2007).

La entrenabilidad debe aprovechar la multicapacidades del organismo humano, genéticas, adaptativas, cambiantes y creativas para proyectarla de manera definida, respetando las particularidades e individualidades de las actividades físicas y deportivas.

El preparador físico, el activista y por supuesto el médico deportivo debe conocer y dominar informaciones proyectadas a las actividades físicas y deportivas, muchas de ellas han sido motivo u objeto de estudio precedentes. Estimamos como importantes un conjunto de temáticas, tales como:

- 1) Huesos
- 2) Articulaciones y músculos, integrantes pasivos del sistema básico del movimiento.
- 3) Actividad nerviosa, tejido nervioso y sistema nervioso, componente activo del sistema de movimiento organizador principal de las capacidades reflejas, coordinación, regulaciones endocrinas, redes vasculares, arteriales venosas y linfáticas, capilaridades funcionales, líquido interarticular, densidades y movimientos, balances electrolíticos, presiones hidrostáticas, respiración celular, mitocondrias, transporte activo, intercambios gracias consumo de oxígeno, gastos energéticos, pulso, tensión arterial, controles postulares y especiales, vio mecánica postural y de los movimientos.

El calentamiento previo a cualquier tipo de entrenamiento o incluso de competiciones, tienen sus bases más concretas en los procesos circulatorios, termo reguladores, en crear las condiciones de intercambio gaseosos, respiración verdadera – a niveles celulares -, al tiempo que garantiza la eliminación de los productos no asimilables o dañinas al organismo. (Biriukov, 2007).

Es evidente que el incremento de las actividades respiratorias verdaderas a niveles celulares lleva implícito el aumento de las frecuencias de entrada y salida del aire del interior orgánico, y por supuesto, para lograrlo, es también imprescindible el aumento de la frecuencia del trabajo cardiaco como consecuencia de mayor actividad muscular.

- 1) Como primera conclusión, resulta que el aumento de la actividad muscular condiciona la actividad cardio-respiratorio y mejora las condiciones generales activa del organismo.
- 2) Como segunda conclusión, dependiente e interactiva con la primera, resulta que los incrementos circulatorios de todo tipo, son inseparables del concepto calentamiento.
- 3) Como tercera conclusión, calentar – entrenar estará indisolublemente asociado a la circulación en su más amplia concepción. En este sentido, no bastaría tratar las arterias, el corazón o las venas; hay que tomar buena cuenta de las redes linfáticas, de las finas tramas de capilares intramusculares, de las vellosidades sinoviales, de la extramavasación en los plexos sinusoidales interarticulares, hasta de la composición hialuronica de la sinovia.

En los tratados de fisiología o de patología de la clínica médica, se considera y estudia diversas patologías cardiacas como una de las causas más extendida de muerte y exclusión del atleta de los sistemas de entrenamiento deportivo. (Zaballa, Lara, &

Chávez, 2017) El infarto cardiaco condiciona la muerte del sujeto y en el mejor de los casos la alimentación de su condición de vida y trabajo.

Para los deportistas de todas las categorías y especialidades, existe otro tipo de infarto, invalidante de sus capacidades funcionales, sobre todo articulares y musculares, se trata del infarto muscular y del interarticular, que si bien, no comprometen la vida del sujeto, comprometen muy seriamente su vida y rendimiento deportivos.

### **Factores biológicos básicos del entrenamiento deportivo**

Aunque no dedicaremos espacio a su atención y abordaje, por estimarlo motivo de otra disciplina, debemos recordar que el enfoque pedagógico, metodológico tiene aplicaciones de extremas importancia. En general se estiman dos grandes conjuntos de factores.

- 1) Factores internos valorados como biológicos
- 2) Factores externos valorados como pedagógicos.

La conjugación de ambos conjuntos garantizan los procesos formativos y del desarrollo de planes y programa para la preparación, calentamiento, entrenamiento y competencia deportivos. (Harre, 1989; Vargas, 2007; Matveev, 1985) En cierto modo los dos conjuntos de factores mencionado se relacionan estrechamente con los criterios sobre las entrenabilidad biológica y pedagógica. en esta oportunidad, los factores biológicos responden a las situaciones normales y de alteraciones que se provocan o asientan en sectores del organismo, como parte de la modificación genética, los cambios adaptativos y las situaciones biológica que resultan consecuente con el régimen o programa de acciones en un sujeto.

Los factores valorados como pedagógico, se representan generalmente como resultado de los errores de dosificación y programación de las actividades, las condiciones de los terrenos, calzado, condiciones climáticas, etc.

### **La edad adolescente**

Es la etapa de desarrollo entre los 11-12 hasta los 14-15 años, caso que en esencial compete a la presente investigación, representa el paso de una etapa de la vida a otra, ya que estamos en presencia, de un periodo donde comienza la transición entre la niñez y la adultez. (García Moya, Moreno Rodríguez, Rivera de los Santos, Ramos Valverde, & Jiménez Iglesias, 2012; Garrido, García, Flores, & de Mier, 2012) Muchos autores consideran a este periodo como difícil y crítico, debido a la complejidad e importancia de los procesos en desarrollo.

En fin, es una etapa distinta por sus características biológicas, sociales, cognitivas, afectivas, motrices y por las formaciones psicológicas adquiridas; sin menospreciar por supuesto la coexistencia de rasgos infantiles y adultos, pero teniendo en cuenta la presencia de cualidades psíquicas más maduras con una heterogeneidad de manifestaciones, donde se encuentran algunos factores que frenan o que acentúan los rasgos adultos.

### **Transformaciones anatómicas y fisiológicas del organismo**

Aparecen cambios significativos en los parámetros del cuerpo (talla, peso, y diámetro torácico). El desarrollo del esqueleto es irregular, ocurriendo un rápido crecimiento de la columna vertebral, de la pelvis y de las extremidades en comparación con la caja torácica. Ellos pueden acompañarse de alteraciones en su estructura, si existe un trabajo muscular pesado y una tensión muscular excesiva.

Las mayores invasiones a la figura se producen en estas edades, desplazamientos de los huesos de la pelvis no han llegado a la sínfisis de esta manera si se producen saltos de gran altura o se lleva con frecuencia calzado con altos tacones, pueden aparecer variaciones de la pelvis que posteriormente en la mujer pueden perjudicar el proceso de parto.

Así mismo se pueden citar las desviaciones de la columna vertebral por posturas incorrectas, esfuerzos unilaterales prolongados o excesivas cargas físicas debido a que aún sus espacios intervertebrales son grandes y llenos de tejidos cartilaginosos, determinando una considerable flexibilidad.

El proceso de maduración sexual, entendido este como el desarrollo de los órganos sexuales y la aparición de los caracteres sexuales secundarios, ocurren con diferencia de géneros, las hembras entre los 11 y 13 años y los varones entre 13 y 15 años esto conduce a un aumento tempestuoso de la energía y a una elevada sensibilidad a los influjos patógenos. (Rice & Salinas, 1997; Coleman & Hendry, 2003) De ahí que el agotamiento intelectual y físico, la tensión nerviosa prolongada, los afectos y vivencias emocionales negativas (de miedo, ira, etc.) pueden ser consecuencias de desórdenes endocrinos. Por otro lado, también pueden aparecer desajustes funcionales del sistema nervioso como son: La elevada irritabilidad, la hipersensibilidad, la fatiga, la debilidad de los mecanismos de contención, la distracción, el descenso en la productividad del trabajo y el desajuste del sueño. También todo ello es producto del aumento de la fuerza muscular no en la misma proporción que la resistencia.

La masa del corazón aumenta más de dos veces y se adelanta al crecimiento de los espacios interiores de las arterias, venas y vasos sanguíneos, los cuales son estrechos, aumentando la presión sanguínea, por lo que aparecen palpitaciones, mareos, dolores de cabeza, rápida fatiga, etc. (Liarte & Nonell, 1998).

Este cambio de forma lleva a veces a estos adolescentes a avergonzarse de su apariencia y de su torpeza, las cuales están acompañadas de una gran necesidad de movimiento y de tendencia al cansancio; resultaría entonces importante no criticarlos y ayudarlos a organizar una vida sana a través de ejercicios, con una alimentación y un sueño adecuado.

### **Características psicológicas del adolescente**

En esta edad, al igual que en la escolar primario, el adolescente se encuentra inmerso en la actividad docente, tarea a la que dedican gran parte de su tiempo. No obstante, en esta etapa, el carácter de la actividad, de estudio cambia esencialmente, tanto en su contenido como en su forma. Aparecen, además de la actividad de estudio, otros tipos de actividad que se caracteriza por su tendencia social (artística, laboral, deportiva, recreativa, etc.) las que se realizan en grupo solucionando tareas prácticas.

Las relaciones de los adolescentes con sus coetáneos posibilitan la aparición de la relación íntimo-personal, la cual constituye una fuente de profundas vivencias y reflexiones, así como de camaradería, respeto y confianza entre ellos. La puesta en práctica de estos códigos de carácter moral puede generar conflictos entre el adolescente y el adulto, pues en esta relación de comunicación, los adolescentes reproducen las relaciones adultas en cuanto a tareas, motivos y normas de relación entre ellos. (Manrique Pincay, y otros, 2018; Sailema, y otros, 2017; Cabeza Palacios, Llumiquinga Guerrero, Vaca García, & Capote Lavandero, 2018; Castañeda, y otros, 2018; Giceya, y otros, 2017; Fernández, 2005) Esto ha llevado a algunos autores a considerar la existencia de una “moral autónoma” que se opone a la “moral adulta” provocando los conflictos generacionales.

Los adolescentes no se oponen a la “moral adulta”, sino a la “moral de obediencia” que en ocasiones el adulto trata de imponer, por lo que no necesariamente las relaciones entre los adolescentes y los adultos deben adquirir un carácter de conflicto.

También la familia representa un importante papel en el sistema de comunicación del adolescente. En la vida familiar este adolescente debe responder a un conjunto de exigencias, en función de su desarrollo como personalidad.

Aunque la opinión de los coetáneos ha sido considerada en la literatura psicológica como elemento fundamental que determina la conducta del adolescente, se comprobó en entrevistas realizadas a grupos de adolescentes, que la opinión de los padres sigue siendo de gran importancia para el bienestar emocional del adolescente, por eso no necesariamente en todo momento el adolescente responde a lo pautado por el grupo, todo depende del estilo de comunicación que se haya construido entre éste y sus padres.

### **El área cognoscitiva**

Las mayores exigencias en la escuela demandan del adolescente un nivel más elevado de la actividad cognoscitiva y a su vez propician su desarrollo.

### **La atención**

Se hace cada vez más voluntaria y se perfecciona. Al aumentar las posibilidades físicas y psíquicas, son capaces de controlar su atención desarrollando la actitud para mantenerla por un largo tiempo en un material interesante y/o abstracto lógicamente organizado.

Aumenta la concentración, la intensidad, la estabilidad, el volumen y la distribución, por eso pueden realizar tipos complejos de actividad.

**La percepción**

Al percibir un objeto, en los adolescentes al igual que en los escolares primarios, desempeña un papel importante la primera impresión, la cual puede resultar positiva o negativa en dependencia de ser más o menos completa.

El adolescente es capaz de hacer un análisis detallado de un objeto o materia percibida. Es así que este proceso cognitivo adquiere contenido y organización, favoreciendo el desarrollo de la observación.

La percepción está impregnada de reflexión, cambia cualitativamente encontrando así la posibilidad de distinguir las interconexiones más significativas y la dependencia de causa-efecto, al trabajar sobre cualquier material, situación, etc.

**La memoria**

El desarrollo de la memoria voluntaria se incrementa, en tanto el adolescente se plantea conscientemente el objetivo de fijar, conservar y reproducir el material de estudio.

La memoria se encamina a intelectualizarse. Se incrementa el número de adolescentes en el empleo de los procedimientos nemotécnicos, lo cual contribuye a un nivel de dominio y productividad del recuerdo, de ahí que se desarrolle la memoria racional y la lógica verbal, aumentando el papel selectivo de los procesos de memorización.

**La imaginación**

Es productiva, refleja la realidad, le permite correlacionar los proyectos personales con los ideales sociales y morales aceptados, su ideal permanece en la esfera de los sueños y las aspiraciones.

Su imaginación reconstructiva y creadora continúa desarrollándose en función de las exigencias diversas de la edad.

## **El Pensamiento**

El desarrollo intelectual se concretiza en el pensamiento teórico conceptual- reflexivo. El adolescente debe realizar reflexiones basadas en conceptos, elaborando hipótesis y juicios enunciados verbalmente. Debe exponer ideas con un carácter lógico, llegar a generalizaciones amplias y ser crítico de manera independiente. Utilizar formas lingüísticas del pensamiento abstracto como son los símbolos y formulas, donde exprese la relación del pensamiento y el lenguaje en un nivel cualitativamente superior. Esos logros no quieren decir que en esta etapa el pensamiento no tiene aún limitaciones; si las tiene, y se manifiestan en aquellos argumentos y fundamentaciones de los adolescentes que carecen de esencia y originalidad.

En la actividad de estudio es observable como opera el pensamiento desde la percepción y la comprensión de un material a la reelaboración activa en la conciencia, y de ahí a la transformación de los conocimientos asimilados, en un logro personal.

## **La motivación**

Los intereses cognoscitivos adquieren un desarrollo considerable y se van transformando gradualmente en intereses teóricos que servirán de base para la aparición de los intereses profesionales. La elección de la futura profesión aun no constituye un problema para los adolescentes. Los intereses o intenciones profesionales están vinculados a las asignaturas preferidas o hacia aquellas profesiones que tienen mayor reconocimiento social, sin lograr una precisión y fundamentación de sus propósitos en esta esfera, y menos una participación activa y consciente en las actividades extra docentes relacionadas con esta futura vida profesional. (Cifuentes, 2009; Cofer & Appley, 1979; Fernández-Abascal, 1997; González F. , 1983).

Evoluciona la capacidad de actuar de acuerdo al objetivo propuesto, subordinando a los otros deseos inmediatos, planteando así un nivel de autonomía. Existen necesidades crecientes de independencia y de auto afirmación que se expresan en su jerarquía de motivos.

Es un motivo de actuación básica, el ocupar un lugar en el grupo, donde ocurra la aceptación, el reconocimiento y la comunicación con sus compañeros, al igual que sucede con el proceso de dirección del entrenamiento deportivo, donde se debe tener en cuenta la variable motivación para evitar entre otros aspectos la deserción deportiva producida por factores físicos, económicos entre otros. (Chávez & Calero, 2015)

### **Las emociones y sentimientos**

El adolescente se caracteriza por su gran excitabilidad emocional, la cual es muestra de su sensibilidad afectiva. Las vivencias emocionales son ricas, variadas, complejas y contradictorias con los adultos y con los coetáneos. Aparecen vivencias relacionadas con la maduración sexual.

Hay predominancia de inestabilidad en las manifestaciones emocionales expresadas en la impulsividad y en los cambios de estado de ánimo.

Sus sentimientos se hacen cada vez más variados y profundos, apareciendo en particular los sentimientos amorosos. Ya en esta edad ocurre un mayor control consciente en la expresión de los mismos.

### **La voluntad**

Las posibilidades cognoscitivas, la experiencia en la comunicación, la actitud autocrítica, las elevadas exigencias a las cuales se enfrenta el adolescente, y el aumento de la responsabilidad personal de sus propios actos, condiciona el desarrollo de la voluntad.

Los adolescentes son capaces de plantearse un fin y tratan de lograrlo a toda costa. Se subordinan a las exigencias siempre que las consideren justas, necesarias y convenientes. Llegan a desarrollar de manera significativa algunas cualidades volitivas, como son: la valentía, la independencia, la decisión y la iniciativa. Pueden ocurrir también algunos defectos de la voluntad que se manifiestan claramente por la falta de valentía, osadía y perseverancia, y la presencia de obstinación y negativismo.

### **La conciencia moral**

La moral del adolescente no resulta todavía lo suficientemente estable. El grupo influye en la formación de la opinión moral y de la valoración que hace el adolescente de ella.

Es característico el desarrollo de puntos de vista, juicios y opiniones propias que participan en la regulación del comportamiento del adolescente, con relativa independencia de las influencias situacionales.

No obstante, las posiciones morales que adopta el adolescente dependen en gran medida de las exigencias morales vigentes en su grupo de coetáneos.

Las relaciones con sus iguales influyen en la formación de las convicciones, así como en el aprendizaje práctico de las normas morales en el desarrollo de la amistad.

Se van formando los ideales morales que van adquiriendo un carácter generalizado, pueden estar representados por uno o varios modelos, que son portadores de valores morales elevados. Lo que les resulta difícil a los adolescentes es imitarlos en su comportamiento cotidiano.

### **Las relaciones interpersonales entre adolescentes**

Al analizar los vínculos interpersonales entre adolescentes, resulta de gran importancia el grupo, el cual, tanto por sus caracteres formales (escolares) como informales (amigos, vecinos), se convierte en un motivo esencial de la conducta y la

actividad de los mismos, pues existe ante todo la aspiración a encontrar un lugar de aceptación social.

En esta etapa, la opinión del grupo posee mayor peso que la de los padres y maestros, y en este sentido el bienestar emocional del adolescente está en dependencia de si ha logrado ocupar el lugar deseado dentro del grupo. Cuando ese lugar no se conquista, puede aparecer “la indisciplina” de algunos adolescentes en la escuela, como estrategia para ser tenidos en cuenta por sus compañeros. Si esto aparece y la situación no es bien manejada por los pedagogos y padres, puede ello conducir a la aparición de otras conductas negativas, incluyendo las de tipo delictivas, las cuales son el resultado de la inadaptación social del adolescente.

Otro fenómeno relacionado con esta problemática es la “persecución de notas”, aunque tenga que llegar al fraude académico, es decir, calificaciones elevadas, aunque estas no reflejen verdaderos conocimientos. Asimismo, se puede citar la presencia en algunos adolescentes de evitar la “crítica de sus compañeros”, siendo capaces de renunciar a sus propios puntos de vista para lograr la aprobación de los coetáneos. También se pueden hallar expresiones de agresividad, aislamiento, complejo de inferioridad, autosuficiencia, etc.

En este periodo de la adolescencia son sus cualidades personales (psicológico-morales) las que determinan la posición del adolescente dentro del grupo.

Se ha señalado que a partir del momento en que la opinión de los coetáneos se convierte en motivo esencial de conducta, se da la posibilidad de un proceso de transformación del grupo hacia formas superiores de crecimiento. Pero este cambio no se produce de manera espontánea, sino que depende del trabajo educativo del maestro en la organización de la opinión social del grupo, de manera indirecta, apoyándose en

los propios adolescentes (sin presiones) para que no se produzca el formalismo moral, muy peligroso y dañino en el desarrollo de la personalidad.

El carácter de la autovaloración del adolescente es un elemento importante para el desarrollo de las relaciones con los compañeros. En la adolescencia, respecto a la edad escolar primaria, aumenta la tendencia a dos grupos extremos de adolescentes, los populares y los aislados, incrementándose la estabilidad en la posición dentro del grupo.

Para el establecimiento de relaciones de amistad con los compañeros de clase, tiene en cuenta aspectos tales como: los que gozan de respeto y autoridad, y los que siempre se distinguen por algo. Les pueden atraer las cualidades vivamente expresadas de compañerismo, conocimientos considerables, habilidades en diferentes campos de actuación, valentía, éxitos deportivos, experiencias en las relaciones románticas e independencia en las relaciones con los adultos.

Para establecer la amistad tiene gran importancia la comunidad de intereses y de ocupaciones. La amistad surge por primera vez en la adolescencia. La ampliación y profundización del contenido que reconoce como importante y personal, provoca en el adolescente la necesidad de un amigo con el que pueda hablar y aconsejarse, en el que pueda encontrar apoyo y ayuda; exigiendo de las relaciones amistosas varios requisitos particulares, como son: comprensión, franqueza, delicadeza y sensibilidad.

Las relaciones entre los muchachos y muchachas sufren considerables variaciones en esta etapa de la adolescencia, pues aparece el deseo de gustar, preocupándose por el atractivo a partir de la apariencia.

Al principio el interés por el otro género tiene en una buena parte de los adolescentes un carácter extrovertido; más tarde cambian, aparece el sonrojo, la timidez y la incomodidad. La conducta se caracteriza por la ambivalencia: el interés de los unos por los otros convive con el aislamiento de los muchachos y muchachas.

El interés del adolescente por el sexo opuesto tiene considerable importancia para el desarrollo de la personalidad, por eso es de capital valor la profundización en la información sobre los aspectos que tienen que ver con la identidad y orientación sexual es necesario que la escuela y la familia, así como los medios masivos de comunicación, propicien y amplíen programas sobre la sexualidad, partiendo desde la maduración, las características y funciones de los aparatos reproductores, hasta las propias relaciones sexuales, para evitar así que los adolescentes se apropien de comentarios desfavorables, marcados por la ignorancia, que crean inseguridad y conductas inadecuadas. En fin, se debe propiciar una preparación para que la pareja pueda lograr plenitud de tipo fisiológica y emocional en sus relaciones amorosas, y que ello permita evitar embarazos precoces y no deseados, enfermedades, etc.

#### **La actividad de estudio y otras de carácter laboral, recreativo y deportivo**

En el cambio de la edad escolar a la adolescencia, varia el carácter de la actividad docente. En la adolescencia, a través del estudio, se penetra de lleno en el aprendizaje de los fundamentos de las ciencias, comprensión de las relaciones entre ellos; todo esto hace diferente, en grado considerable, tanto el contenido del material docente como las formas de enseñanza.

El proceso de enseñanza-aprendizaje, exige de los alumnos nuevos métodos de asimilación, lo que a su vez presupone un nivel más alto de desarrollo intelectual y el surgimiento de una actitud cognoscitiva cualitativamente nueva hacia los conocimientos, la realidad y la práctica. La asimilación de conocimientos en la adolescencia no se reduce a la acumulación cuantitativa, a la aplicación y la profundización de lo que el niño sabía antes. Los conocimientos nuevos no sustituyen sencillamente a los viejos, sino que los cambian, restauran, reestructurando también las formas anteriores del pensamiento infantil.

Los intereses cognoscitivos se encuentran volcados hacia una asignatura específica, precisamente por su propio contenido, conceptos y leyes. ya en esta edad no se limitan a la situación de clases, sino que la trascienden y se buscan otras vías para profundizar en esa ciencia, como son los experimentos, confección de modelos, colecciones, desarme de aparatos, visita a museos, exposiciones, intercambios entre ellos mismos de informaciones, materiales, instrumentos, libros; lo que sin lugar a dudas conlleva a la auto instrucción y a la tendencia a especializarse en distintas ramas del saber, de ahí que se establezcan en cierto grado las inclinaciones profesionales.

La importancia de este último factor para la formación de la personalidad del adolescente se hace evidente, si tenemos en cuenta que en esta edad se comienzan a plantear unos a otras exigencias de carácter moral considerablemente más elevadas. El adolescente puede conquistar la autoridad entre sus compañeros solo en el caso de que pueda responder a estas exigencias; todo lo cual repercute en su desarrollo psíquico.

### **Formaciones psicológicas de la personalidad**

La formación central de la personalidad es el “sentimiento de adultez” o noción de sentirse adulto. Es una aspiración activa a ser y considerarse adulto, traducido en un afán de parecerse a los adultos externamente, de compararse en algunos aspectos de su vida y actividad, y de adquirir sus cualidades, actitudes, derechos y privilegios. (Cidoncha & Díaz, 2011; del Valle, 2004; Fernández-Abascal, 1997; Maslow, 1991)

Aparece la necesidad de entrar lo más rápido posible en igualdad de derechos al mundo de los adultos. Pasar de la moral infantil de obediencia a la moral adulta de igualdad. Cuando el adulto trata de imponer la moral de obediencia sobre el adolescente, tratándolo como a un niño, sin poder satisfacer sus necesidades de auto afirmaciones independencia, sobreviene el conflicto. Este se soluciona cuando el adulto

y el adolescente establecen relaciones de colaboración y comunicación sobre la base del respeto, la confianza y la ayuda mutua.

Las fuentes fundamentales de sentimiento de adultez están en la toma de conciencia y valoración de los cambios en el desarrollo físico y en la maduración sexual, así como en el hecho de que a quienes el adolescente considera mucho mayores, lo traten como igual; también cuando el establece similitud con una persona a la que considera adulta.

La crisis de la adolescencia, es una crisis de carácter psicológico que expresa la contradicción existente entre las potencialidades psicológicas crecientes del adolescente (sobre las cuales se va haciendo cada vez más consciente) y las posibilidades para su realización.

### **Características del desarrollo motor en la adolescencia**

El desarrollo motor en esta etapa, se manifiesta en correspondencia con la experiencia motriz que tenga acumulada el adolescente; mientras mayor sea, menos apreciables son ciertas alteraciones que ocurren en la dinámica de los actos; asimismo en contraste, al existir menos experiencia, los cambios son más acentuados. (Ruiz, 2012; Morales & González, 2014) En este caso se hace referencia a la pérdida de la armonía y el control en la realización de las acciones, en las que se manifiesta el exceso de movimientos, la insuficiente coordinación, la torpeza general y el estancamiento en los resultados, así como la falta de habilidad para la asimilación motriz; todo lo cual repercute en la expresión de las vivencias emocionales desagradables, entre ellas la inseguridad.

En relación con lo expuesto anteriormente, los adolescentes no deben realizar ejercicios que exijan fuerza excesiva y requieran de movimientos fuertes y bruscos. Es más adecuada la ejecución de ejercicios de intensidad moderada con una duración relativamente prolongada en el trabajo muscular.

De acuerdo con estas particularidades motrices y tomando en consideración las transformaciones morfofuncionales y psicológicas en este periodo que se estudia, se hace necesario enfatizar en la organización y dirección de las clases de educación física y deporte escolar para avanzar en el desarrollo de las habilidades motrices deportivas, en las actividades físico-deportivas y recreativas y las capacidades físicas, promoviendo la profundización en el auto ejercicio.

### **Orientaciones en el tratamiento de las clases de educación física y deporte escolar orientadas al boxeo**

La condición más importante para la correcta asimilación de los ejercicios, es la comprensión, por parte de los alumnos, de los movimientos que deben realizar. Para elaborar con precisión las acciones, se hace imprescindible formar una representación clara de las mismas, tomándose en consideración:

- 1) La descripción verbal y exacta del ejercicio, sobre todo cuando este es ejecutado con errores graves.
- 2) La repetición del ejercicio por uno de los alumnos, en la medida que lo demuestra se hacen recordar todos los elementos fundamentales y se dan explicaciones.
- 3) El análisis verbal del ejercicio acabado de ejecutar.
- 4) La evaluación de la ejecución del ejercicio por otros alumnos.

Los adolescentes son propensos a la sobre valoración de sus posibilidades físicas, en tanto el profesor o entrenador debe vigilar atentamente que no se excedan en las clases sobre la carga física propuesta.

La práctica sistemática de ejercicios físicos en la adolescencia, ejerce una influencia favorable sobre el desarrollo de diferentes cualidades volitivas de la personalidad.

Recomendaciones para desarrollar las clases de educación física y deporte escolar con adolescentes:

- 1) Controlar la reacción y la conducta de los alumnos, evitando los enfrentamientos.
- 2) Convencerlos de que las exigencias que se presentan son justas, necesarias y convenientes.
- 3) Dirigir sistemáticamente el proceso de auto educación de los adolescentes. ayudarlos a darse cuenta de los defectos en su personalidad y como corregirlos.
- 4) Coordinar entre todos los profesores las exigencias que se les plantean.
- 5) Orientar tareas con determinado grado de dificultad y que exijan responsabilidad.
- 6) Estimular su iniciativa e independencia.
- 7) Evitar la desconfianza y la prohibición.
- 8) Tener constancia, paciencia y tacto en el trato con los adolescentes.
- 9) No abochornarlos, ni avergonzarlos en presencia del grupo.
- 10) Lograr la comprensión de los movimientos, pues es lo esencial para su correcta asimilación.
- 11) Formar una representación clara y precisa de los movimientos: descripción verbal y exacta del ejercicio.
- 12) Potenciar el desarrollo de cualidades volitivas a través de la clase de educación física y deporte.
- 13) Tener en cuenta su tendencia a la sobre valoración de sus cualidades y posibilidades.

La juventud se siente siempre atraída por los ejercicios físicos, especialmente en edad escolar. Los jóvenes tratan de ser fuertes ágiles y valientes. La experiencia obtenida en otros países, ha hecho que los entrenadores lleguen a opinar fundamentalmente que la cultura física que se implanta desde la niñez proporciona valiosos resultados. El boxeo puede servir como un método excelente si el trabajo didáctico se plantea correctamente. (Alburquerque, 2009).

El boxeo es un deporte atractivo y complejo. Exige de los atletas seguridad en sus decisiones y valoración instantánea de las opciones que se le presentan., tener una gran preparación física y principalmente un carácter fuerte. (Price, 2012; Degtiariov & Degtiariov, 1996) En las clases de boxeo estas cualidades se manifiestan y también se desarrollan.

Para que el boxeo sirva verdaderamente como tarea educativa a los adolescentes y jóvenes se les enseñara a relacionarse correctamente con el boxeo y como en cualquier otro tipo de deporte se triunfa no mediante la fuerza bruta, sino con el dominio de la técnica y la táctica.

El entrenador preparara al boxeador joven en un trabajo prolongado y sistemático, desarrollando correctamente el mecanismo del adolescente con ejercicios físicos y dotándolo de hábitos deportivos en especiales, de forma tal, que cuando completen su desarrollo físico y logren su madurez psíquica esté en condiciones de llegar a ser un maestro del boxeo.

Por ello es condición importante de las clases con boxeadores jóvenes una gran cantidad de trabajo didácticos efectivos y su sistematización. Esta enseñanza debe ser siempre planificada y será orientada por un sólido conocimiento de las particularidades anatómico fisiológico y psíquico del joven. (Chacón, Ordoqui-Baldriche, Carballido, Monte, & Madrigal, 2018; Rodríguez, Prieto, & Cañizares, 2018).

Sin este conocimiento resultara imposible elaborar y fundamentar correctamente la metodología para la preparación de los boxeadores jóvenes y organizar las clases de entrenamiento.

Las particularidades fundamentales que se aplicaran en la enseñanza y el entrenamiento son:

- 1) El desarrollo ventajoso de la rapidez y la agilidad debe llevarse a cabo como una de las cualidades más importantes del boxeador de acuerdo con la preparación física general multifacético. (Ruddock, Wilson, Thompson, Hembrough, & Winter, 2016; Sienkiewicz-Dianzenza & Maszczyk, 2019) Con este objetivo los boxeadores deben practicar además de ejercicios especiales otros tipos de deporte (atletismo, gimnástica, juegos deportivos, natación), que les permiten notablemente desarrollarse físicamente.

Cuando se desarrollan la agilidad y la rapidez hay que tener en cuenta las particularidades fisiológicas por edades se consideran las particularidades del sistema cardiovascular de los jóvenes no es conveniente darles una carga excesiva. (Catalá & Calero., 2014; González, Calero, & Plaza, 2014) Por ejemplo, en los ejercicios con pelotas medicinales es necesario utilizar primeramente un instrumento ligero y en segundo lugar reducir el tiempo de ejecución de los ejercicios. Posteriormente abra que exigirles que los que los ejecuten con más vivacidad y aun tiempo más elevado.

La elaboración de los hábitos especiales debe estar sujeta a las tareas de desarrollo de la rapidez y la agilidad. De esta manera, por ejemplo, cuando el estudiante da un golpe recto lateral es imprescindible observar no las fuerzas del golpe, sino que el golpe que haya conectado el boxeador sea rápido, exacto, decidido y coordinado correctamente.

- 2) El progresivo aumento de las cargas y la distribución del material docente según el grado de dificultad en las clases debe ser cuidadoso, teniendo presente que en la educación física de los niños la alteración de ley de la progresividad y la continuidad conduce seguramente a la enfermedad.

Esta debe ser una inalterable y obligatoria para los estudiantes que proporciona la posibilidad de elaborar correctamente el entrenamiento y de aumentar progresivamente tanto la carga fisiológica como psicológica.

En todas las clases de entrenamiento didáctico la carga se acrecentará durante los primeros 60 a 70 minutos y en el otro tiempo de duración de la clase la carga se producirá paulatinamente. El incremento de intensidad en las clases debe tener doble objetivo. Es necesario incrementar progresivamente la dificultad de las propias clases y después de las peleas de enseñanza a las de entrenamiento de enseñanzas.

Posteriormente de las peleas condicionales con tareas señaladas, a las libres. En esta es imprescindible exigirles a los boxeadores que su actividad se realice a un tiempo acelerado y con tácticas variadas, etc.

El segundo objetivo consistirá en que a los boxeadores no se les permite que participen en las competencias anticipadamente, antes de lograr una preparación física, técnica, psíquica, que los habilite para soportar las duras cargas de las competencias, particularmente las psicológicas. Por otra parte, si su participación en competencias se efectúa con retardos, pudiera resultar en disminución del interés por el entrenamiento deportivo.

Como demuestran los datos el control médico y las clases de boxeo, la progresividad y continuidad que se observan en el estudio de la técnica y la táctica, así como también

en la preparación física general contribuyen a formar correctamente al organismo en desarrollo y a mantener a los estudiantes en perfecto estado de salud.

### **La enseñanza de la técnica del boxeo**

Al enseñar cualquier elemento de la técnica o la táctica del boxeo, se comenzará mediante la explicación y demostración de la técnica (parada de combate, recto de izquierda a la cara, etc.) auxiliándose de fotos, secuencias u otros materiales relacionados con el aspecto técnico que se estudia. La explicación y demostración se desarrollarán paralelamente, siendo uno de los elementos exigidos para la selección progresiva de talentos. (García, Berta, & Madrigal, 2018; Calero., 2018)

El profesor explicará y demostrará la técnica totalmente. Si se estudia la técnica del recto derecha a la cara, el profesor lo ejecutara con la correcta estructura del movimiento, afín de que los estudiantes perciban con claridad los elementos de la técnica y puedan después reproducirlas fielmente.

Al ejecutar la técnica que se enseña, el profesor utilizara una de las formaciones básicas, por ejemplo, la colocación de los estudiantes en filas, luego el profesor, una vez explicada y demostrada la técnica, orientará su ejecución al estudiante y este a la señal del profesor, empezara los ejercicios.

Otro caso, al estudiar la técnica de un golpe recto de izquierda a la cara y su defensa parada con la palma de la mano derecha, el profesor podrá usar la formación en dos filas, una frente a la otra. Los estudiantes ejercitaran esta técnica en tres variantes:

- 1) Todos los estudiantes en ambas filas, ejecutan a la señal del profesor el recto de izquierda a la cara.
- 2) Los estudiantes en ambas filas ejecutan a la señal del profesor paradas con la palma de la mano derecha como respuesta a la demostración del golpe.

- 3) Una fila de estudiantes ejecuta el golpe y la otra fila realiza la defensa al iniciar la ejecución del movimiento técnico a la señal del profesor en esta formación específica, el profesor en dependencia de sus objetivos, puede ejecutar con sus alumnos las formas alterna o unilateral.

En la primera fase del aprendizaje los estudiantes aprenden los elementos técnicos sin guante, con ejercicios en movimiento y en el lugar. Después de efectuar varias repeticiones los estudiantes se calzarán los guantes para perfeccionar el elemento técnico aprendido. El tiempo de trabajo puede ser el mismo tiempo de combate 3 minutos. Diferente al tiempo de combate. Esta cuestión está en dependencia de la etapa de entrenamiento en que se encuentran los alumnos. Más tarde esta técnica se ejercita en sombras frente a los aparatos de boxeos. En toda esta fase de estudio y perfeccionamiento el profesor debe apreciar los errores generales e individuales que se presentan en la fijación de las técnicas por los alumnos, sin ejemplificados errores, demostrándole otra vez la ejecución correcta de los movimientos. Además, debe el profesor prestar atención a la exactitud del golpe y a la precisión de la defensa, a rapidez del golpe y la velocidad de reacción de la defensa, a la coordinación de todos los movimientos del cuerpo que interviene en la acción el golpe o de la defensa.

Aunque en la enseñanza de los fundamentos del boxeo vimos por separado cada grupo de técnica y la acción táctica consecuente, conocemos que en la metodología de enseñanza se presentan concatenadamente y que los fundamentos de boxeo se explican y demuestran en su conjunto para iniciar el aprendizaje global de la técnica, por lo demás la metodología para la enseñanza de los fundamentos del boxeo está basada en las experiencias realizada con los grupos de principiantes en los cursos impartidos en diferentes academias, en lo que en los diferentes cursos de estudios se

aplicaron procedimientos, métodos y medios que nos proporcionaron los elementos para la metodología.

En la actualidad se sigue trabajando en esta líneas para condicionar la metodología y nuestra terminología a las condiciones especifica en nuestro país, a las característica de nuestros boxeadores etc. la actual metodología tiene su mejor aval en los resultados alcanzado por el boxeo internacional y en su desarrollo interno, es importante señalar que los materiales confeccionado han definido de forma precisa las directrices a seguir por todos los entrenadores de las escuelas de boxeo el conocimiento de los métodos, procedimientos y medio pedagógicos permite al profesor seleccionar, organizar y conducir el proceso de aprendizaje a fin de cumplir los objetivos planteados en la preparación de los algunos y para el logro de altos resultados competitivos y de su eventual maestría deportiva .

No debemos olvidar el valor que presenta en el proceso de enseñanza la realización:

Objetivo – contenido- método-medios-condiciones

Dicha correlación nos conduce al éxito por la efectividad del proceso de enseñanza.

## Capítulo III

### **Propuesta metodológica de intervención técnico-táctica para boxeadores escolares**

#### **La acción de contraataque**

Es la acción ofensiva que se realiza frente al ataque del adversario como vimos puede ser de dos formas:

- 1) De encuentro o Contragolpe
- 2) De riposta

#### **El contraataque de encuentro**

Es la acción ofensiva de nuestro púgil sobre el ataque del contrario. El resultado de este movimiento debe ser al unísono o simultaneo, es decir, que para calificarlo de contragolpe el de nuestro púgil debe llegar al área seleccionada del atacante antes que el golpe de él llegue o sea desviado. Esta acción es la forma fundamental de llevar la pelea y depende del dominio de la técnica y la táctica

Resulta necesario para realizar el contraataque de encuentro que el púgil domine los elementos preparatorios del ataque.

#### **El contraataque de riposta**

Es la acción de repuesta al golpe del contrario y se inicia por un movimiento defensivo. Repetimos, entre el golpe iniciado del contrario y la respuesta, existe una pausa la cual es ínfima y estará representada por el movimiento defensivo. El boxeador que contraataca es un púgil activo en sus reacciones durante el combate y que trata inteligentemente de crear situaciones cómodas y favorables que le permitan realizar acciones ofensivas y lo conduzcan a la victoria.

El fin fundamental de la acción de riposta es. Mediante los elementos preparatorios, ofrece alguna zona al contrario que permita realizar su acción propia decir, que esta preparación del ataque debe conducir al púgil que amaga, si su contrario realiza el movimiento esperado, a realizar el contraataque lo logra el púgil tiene de antemano, conocimiento del elemento de ataque y, en consecuencia, no resulta complejo sino simple.

Así, lo principal en la enseñanza es prevenir y modificar las acciones del contrario para efectuar un contraataque efectivo.

### **El boxeador que contraataca resulta un boxeador productivo**

El contraataque está formado por varios elementos de orden físico e intelectual, la reacción la creación y la defensa. A estos elementos añadimos el elemento final, el ataque propio de esta acción.

- 1) El ataque. El conocimiento de los elementos, educa al boxeador a combatir en contraataque.
- 2) Variantes tácticas: Son las diferentes formas en que se puede ejecutar un ataque o contraataque durante la acción de combate mediante los desplazamientos del cuerpo o de las piernas que nos proporciona posiciones iniciales, esenciales para la obtención de altos resultados en la competencia.

El púgil que domina las variantes tácticas tendrá una gran maestría deportiva, obteniendo por tanto grandes éxitos en el deporte de los puños. Para poder aprender y perfeccionar las variantes tácticas de las acciones tácticas es requisito poseer buen dominio de la técnica de los golpes fundamentales, así como las defensas y los desplazamientos.

### **Los contragolpes aplicados en la metodología**

Los contragolpes es la forma más importante de conducir el combate. El contragolpe depende del dominio hábil de la técnica de los golpes fundamentales y de la capacidad táctica.

El boxeador que logre un correcto dominio y aprovechamiento de los contragolpes en el combate tendrá grandes posibilidades de obtener la victoria. Para obtener un correcto dominio es necesario que el boxeador adquiera los elementos preparatorios del ataque. Estos pueden ser: maniobras, fintas, engaños, etc., además de realizar las defensas oportunas. La acción de contragolpe, desde el punto de vista táctico es igual al denominado contraataque.

Cuando el boxeador responde al ataque del contrario mediante un golpe en respuesta inmediata a la acción del contrario, utiliza el contragolpe de encuentro.

Cuando el boxeador responde al ataque del contrario con un movimiento defensivo al inicio, y a continuación con el golpe, se le denomina contragolpe de riposta.

Puede definirse el contragolpe como la acción que ejecuta el boxeador sobre la acción, del golpe, del contrario.

Resumiendo:

- 1) Contragolpe de encuentro.
- 2) Contragolpe de riposta.

La diferencia entre estos como dijimos está en que el contragolpe de encuentro se determina por la acción con llegada simultánea de ambos boxeadores, mientras que en el contragolpe de riposta entre la acción del golpe del contrario y el nuestro, aparece inicialmente un movimiento defensivo.

La finalidad del contragolpe es adelantarse dentro de la acción del contrario y el nuestro, aparece inicialmente un movimiento defensivo.

El combate de encuentro exige del boxeador rapidez, valentía, decisión velocidad de reacción, etc. Por ello, estudiemos los contragolpes más usados frente a los golpes fundamentales.

Ante el ataque con recto de izquierda a la cara:

- 1) Contragolpe de encuentro con recto de izquierda a la cara unida con parada con la palma de la mano derecha.
- 2) Contragolpe de encuentro con recto de izquierdo a la cara unida a la inclinación del tronco a la derecha.
- 3) Contragolpe de encuentro con recto de izquierda al tronco unido a inclinación del tronco a la derecha.
- 4) Contragolpe de encuentro con recto de derecha a la cara unida con corto paso izquierdo hacia delante y el lateral. prescindiendo de la acción ofensiva descrita, cuando se producen golpes como este el antebrazo derecho al ejecutar el contragolpe pasa por arriba del brazo del contrario y al rozarlo desvía el golpe hacia adentro.
- 5) Contragolpe de encuentro con recto de derecha al tronco unido a corto paso izquierdo hacia delante y lateral izquierdo.
- 6) Contragolpe de riposta con recto de derecha a la cara luego ejecutar parada del hombro izquierdo.
- 7) Contragolpe de riposta con cruzado de derecha a la cara luego de ejecutar parada del hombro izquierdo. No se produce obstrucción con el golpe del contrario por el desplazamiento lateral del golpe cruzado.

- 8) Contragolpe de riposta con recto de derecha a la cara luego de ejecutar inclinación del tronco a la cara izquierda.
- 9) Contragolpe de riposta con recto de derecha al tronco luego de ejecutar inclinación del tronco a la izquierda.
- 10) Contragolpe de riposta con cruzado de derecha a la cara luego de ejecutar ligera inclinación del tronco a la izquierda.
- 11) Contragolpe con gancho de derecha al tronco luego de ejecutar pequeño paso izquierdo hacia delante y el lateral.
- 12) Contragolpe de riposta usando cualquier golpe fundamental luego del desvío del golpe del contrario con la palma de la mano derecha hacia la izquierda.
- 13) Contragolpe de riposta usando cualquier golpe fundamental luego de ejecutar paso atrás.

Ante el ataque con recto de izquierda al tronco:

- 1) Contragolpe de riposta con recto a la cara luego de ejecutar parada con el codo izquierdo.
- 2) Contragolpe de riposta con cruzado de derecha a la cara luego de ejecutar parada con el codo izquierdo.
- 3) Contragolpe de riposta con cualquier golpe fundamental de la mano izquierda luego de ejecutar desvío con la palma de la mano derecha.
- 4) Contragolpe de riposta con cualquier golpe fundamental a la cara luego de ejecutar paso atrás.

Ante el ataque con recto de derecha a la cara:

- 1) Contragolpe de encuentro con el recto de izquierda a la cara unido a parada con la palma de la mano derecha.

- 2) Contragolpe de encuentro con el recto de izquierda al tronco unido de inclinación del tronco a la derecha, se puede acompañar con un corto paso a la derecha. no es muy aconsejable
- 3) Contragolpe de encuentro con el recto de derecha a la cara unido con corto paso izquierdo adelante y lateral.
- 4) Contragolpe de encuentro con el recto de derecha al tronco unido a inclinación del tronco a la izquierda. también puede ejecutarse con un corto paso hacia la izquierda y adelante.
- 5) Contragolpe de riposta con cualquier golpe fundamental de la mano derecha luego de ejecutar parada con el hombro izquierdo.
- 6) Contragolpe de riposta con cualquier golpe fundamental luego de ejecutar paso atrás.
- 7) Contragolpe de riposta con cualquier golpe fundamental con la derecha luego de ejecutar paso a la izquierda.

Ante el ataque con recto de derecha al tronco:

- 1) Contragolpe de encuentro con cruzado de izquierdo a la cara unida con parada del codo derecho.
- 2) Contragolpe de riposta con cualquier golpe fundamental de derecha luego de ejecutar parada del codo izquierdo.
- 3) Contragolpe de riposta con cualquier golpe fundamental de derecha luego de ejecutar desvió con la mano izquierda hacia dentro.
- 4) Contragolpe de riposta con cualquier golpe fundamental a la cara luego de paso atrás.

Ante el ataque con gancho de izquierda al tronco:

- 1) Contragolpe de encuentro con gancho de izquierda a la cara o al tronco unido a parada con el codo derecho.
- 2) Contragolpe de riposta con cualquier golpe fundamental de derecha luego de ejecutar parada del codo izquierdo.
- 3) Contragolpe de riposta con cualquier golpe fundamenta de derecha luego de ejecutar desvió con la mano izquierda hacia dentro.
- 4) Contragolpe de riposta con cualquier golpe fundamental a la cara luego de ejecutar paso atrás.

Ante el ataque con el gancho de izquierda a la cara:

- 1) Contragolpe de encuentro con recto de izquierda a la cara unida a parada con la palma de la mano derecha.
- 2) Contragolpe de encuentro con cruzado de izquierda a la cara unido con parada de la palma de la mano derecha.
- 3) Contragolpe de riposta con recto de izquierda a la cara luego de ejecutar parada de la palma de la mano derecha.
- 4) Contragolpe de riposta con cruzado de izquierda a la cara o al tronco luego de ejecutar parada con el codo derecho.
- 5) Contragolpe de riposta con cualquier golpe fundamental a la cara luego del paso atrás.

Ante el ataque con gancho de izquierda al tronco:

- 1) Contragolpe de encuentro con gancho de izquierda a la cara o al tronco unido a parada con el codo derecho.
- 2) Contragolpe de encuentro con cruzado de izquierda a la cara o al tronco unido a parada con el codo derecho.

- 3) Contragolpe de riposta con recto de izquierda a la cara o al tronco luego de ejecutar parada con el codo derecho.
- 4) Contragolpe de riposta con cruzado de izquierda a la cara o al tronco luego de ejecutar parada con el codo derecho.
- 5) Contragolpe de riposta con cualquier golpe fundamental luego del paso atrás.

Ante el ataque con gancho de derecha a la cara:

- 1) Contragolpe de encuentro con cruzado de izquierda a la cara unido a parada con la palma de la mano derecha.
- 2) Contragolpe de riposta con el recto de izquierda a la cara luego de ejecutar la parada con la palma de la mano derecha.
- 3) Contragolpe de riposta con cruzado de izquierda a la cara luego de ejecutar parada con la palma de la mano derecha.
- 4) Contragolpe de riposta con cualquier golpe fundamental a la cara luego del paso atrás.

Ante el ataque con gancho de derecha al tronco:

- 1) Contragolpe de riposta con cualquier golpe de derecha a la cara luego de parada con el codo izquierdo.
- 2) Contragolpe de riposta con cualquier golpe fundamental luego de paso atrás.

Ante el ataque con cruzado de izquierda a la cara:

- 1) Contragolpe de encuentro con cruzado de izquierda a la cara unido a parada con el antebrazo derecho.
- 2) Contragolpe de encuentro con gancho de izquierda a la cara o al tronco unido a parada con el antebrazo derecho.
- 3) Contragolpe de encuentro con cruzado de izquierdo a la cara unida a esquiva circular a la derecha.

- 4) Contragolpe de riposta con cruzado de izquierda a la cara luego del paso atrás.
- 5) Contragolpe de riposta con cruzado de izquierdo a la cara por encima del golpe del contrario, luego de esquivar circular a la derecha.
- 6) Contragolpe de riposta con cualquier golpe a la cara luego del paso atrás.

Ante el ataque con cruzado de izquierda al tronco:

- 1) Contragolpe de encuentro con cualquier golpe de izquierda a la cara unido a parada con el codo derecho.
- 2) Contragolpe de riposta con cualquier golpe a la cara luego del paso atrás.

Ante el ataque con cruzado de derecha a la cara:

- 1) Contragolpe de encuentro con cruzado de derecha a la cara o al tronco unido a esquivar circular a la izquierda.
- 2) Contragolpe de riposta con cualquier golpe fundamental a la cara o al tronco luego de ejecutar parada con el hombro izquierdo.
- 3) Contragolpe de riposta con cualquier golpe a la cara luego del paso atrás.

Ante el ataque con cruzado de derecha al tronco:

- 1) Contragolpe de riposta con cualquier golpe de derecha a la cara luego de ejecutar parada del codo izquierdo.
- 2) Contragolpe de riposta con cualquier golpe fundamental a la cara luego de paso atrás.

Recordamos que cuando se ejecuta el contragolpe de riposta, se inicia la acción y con movimiento defensivo para detener o esquivar el ataque del adversario y, seguidamente, continuar con nuestro contraataque que debe ser preciso y rápido. En el contragolpe de encuentro se exige simultaneidad en la culminación de la acción. De no haberla no merece calificativo de contragolpe de encuentro.

Método de observación: permite conocer la realidad mediante la percepción directa de los objetos y fenómenos en sus condiciones naturales, a partir de objetivos previamente establecidos y utilizando medios científicos.

La observación estructurada:(controlada) es aquella donde el investigador determina anticipadamente que elementos del proceso de estudio tienen mayor importancia para su investigación y concentra en ellos su atención, prepara un plan o guía para el registro de las observaciones antes de comenzar la recopilación de información.

Técnica de investigación test: es una técnica de investigación que explora diferentes aspectos de la personalidad humana. Con su aplicación se trata de mostrar la presencia o ausencia de determinadas aptitudes, hábitos, habilidades, caracterizando lo más exactamente posible algunas cualidades de la individualidad y aclarar el grado de aptitud para trabajar en una u otra rama o profesión.

## Capítulo IV

### Análisis de los resultados

#### Resultados del diagnóstico preliminar realizado a los entrenadores

Para el diagnóstico preliminar se entrevistó antes de iniciar la investigación a 10 entrenadores de boxeo, especializados en la categoría estudiada (13-14 años, sexo masculino).

En todos los casos, se coincidió en la importancia que reviste el entrenamiento técnico-táctico en los boxeadores de todas las categorías (Pregunta 1: 100% de los casos), evaluándolo en todos los casos como Muy Importante, enfatizando en las categorías de iniciación (Pregunta 2: Muy Importante: 100%), aunque se coincide que normalmente en las edades de estudio el enfoque del entrenamiento es eminentemente técnico, y posteriormente se incorporan progresivamente elementos tácticos.

En específico las preguntas realizadas como parte de la entrevista inicial a los entrenadores recogieron las siguientes ideas:

- 1) Importancia del entrenamiento técnico-táctico en el boxeo en general

\_Muy Importante

\_Importante

\_Irrelevante

- 2) Importancia del entrenamiento técnico-táctico en el boxeo en las categorías de iniciación (13-14 años, masculino).

\_Muy Importante

\_Importante

\_Irrelevante

3) Importancia de la propuesta realizada y de los resultados obtenidos en la presente investigación

\_Muy Importante

\_Importante

\_Irrelevante

Basado en los resultados cualitativos anteriores, el diagnóstico inicial evidencia la opinión de los entrenadores entrevistados sobre la importancia que reviste el entrenamiento técnico-táctico en el boxeo, de allí que justificó la realización de la presente investigación en la etapa de iniciación deportiva al boxeo.

Por otra parte, una vez implementada la propuesta de intervención evidenciada en el Capítulo 3, los entrenadores entrevistados coincidieron que la propuesta es “Muy Importante” en el 100% de los casos. No obstante, se consideró la necesidad de perfeccionarla en diversos sentidos, tratando de validar dicha propuesta desde el punto de vista teórico.

### Estudio de la efectividad de los golpes en contraataque

**Tabla 3**

*Efectividad de los golpes en dos momentos de la preparación del boxeador*

<b>No</b>	<b>Efectividad de los Golpes. Pretest</b>	<b>Efectividad de los Golpes. Postest</b>
<b>1</b>	1	2
<b>2</b>	2	3
<b>3</b>	1	3
<b>4</b>	1	3
<b>5</b>	1	2
<b>6</b>	2	2
<b>7</b>	1	2
<b>8</b>	2	2
<b>9</b>	1	3
<b>10</b>	2	3
<b>11</b>	1	3
<b>12</b>	1	2
<b>13</b>	2	3
<b>14</b>	1	2
<b>15</b>	1	2
<b>16</b>	1	2
<b>17</b>	2	2
<b>18</b>	2	2
<b>19</b>	1	3
<b>20</b>	1	2
<b>□</b>	1,35	2,4
<b>Min.</b>	2	3
<b>Máx.</b>	1	2

La tabla 1 evidencia la evaluación realizadas por los observadores expertos de la efectividad de los golpes realizados por los 20 boxeadores estudiados, obteniéndose una media o promedio en la etapa inicial del estudio de 1,35puntos, o sea, la mayoría de los boxeadores obtuvieron la evaluación mínima a alcanzar, aunque existen atletas con un nivel de 2 puntos. En tal sentido, se demuestra que la habilidad de contraataque con ganchos cruzados no ha sido asimilada correctamente como habito motor.

Para el caso de la evaluación promedio obtenida como parte del segundo momento de la preparación (una vez aplicada la propuesta de intervención evidenciada en el capítulo 3), el postest de ubicó en 2,4 puntos promedio, evidenciándose una mejora en el proceso técnico del boxeador.

Para establecer sí dicha diferencia es significativa se empleará un estadístico correlacional para dos muestras relacionadas, el cual dependerá del nivel de normalidad obtenido con el Test de Shapiro–Wilk aplicado para muestras menores de 50 sujetos (Tabla 4).

**Tabla 4**

*Prueba de Shapiro–Wilk. Nivel de normalidad en la prueba de efectividad del golpeo.*

	Resumen del procesamiento de los casos					
	Válidos		Perdidos		Total	
	N	Porcentaje	N	Porcentaje	N	Porcentaje
Golpeo. Pretest	20	100,0%	0	,0%	20	100,0%
Golpeo. Postest	20	100,0%	0	,0%	20	100,0%

**Tabla 5***Análisis descriptivo*

		Estadístico	Error típ.	
Golpeo. Pretest	Media	1,35	,109	
	Intervalo de confianza para la media al 95%	Límite inferior	1,12	
		Límite superior	1,58	
	Media recortada al 5%	1,33		
	Mediana	1,00		
	Varianza	,239		
	Desv. típ.	,489		
	Mínimo	1		
	Máximo	2		
	Rango	1		
	Amplitud Inter cuartil	1		
	Asimetría	,681	,512	
	Curtosis	-1,719	,992	
	Golpeo. Postest	Media	2,40	,112
Intervalo de confianza para la media al 95%		Límite inferior	2,16	
		Límite superior	2,64	
Media recortada al 5%		2,39		
Mediana		2,00		
Varianza		,253		
Desv. típ.		,503		
Mínimo		2		
Máximo		3		
Rango		1		
Amplitud Inter cuartil		1		
Asimetría		,442	,512	
Curtosis		-2,018	,992	

**Tabla 6***Pruebas de normalidad*

	Kolmogorov-Smirnov(a)			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Golpeo. Pretest	,413	20	,000	,608	20	,000
Golpeo. Postest	,387	20	,000	,626	20	,000

a Corrección de la significación de Lilliefors

La tabla 4 demostró la existencia de diferencias significativas en la distribución de los datos según se estableció con el test de Shapiro-Wilk (en ambas variables analizadas), desestimándose la aplicación de un estadígrafo correlacional paramétrico. Dado lo anterior, se aplicará como alternativa el estadígrafo no paramétrico denotado como Prueba de los Rangos con Signos de Wilcoxon, utilizado para dos muestras relacionadas.

**Tabla 7**

*Nivel de significancia entre muestras relacionadas en el test de Golpeo. Prueba de Wilcoxon*

<b>Rangos</b>		N	Rango promedio	Suma de rangos
Golpeo.Postest - Golpeo.Pretest	Rangos negativos	0(a)	,00	,00
	Rangos positivos	16(b)	8,50	136,00
	Empates	4(c)		
	Total	20		

a Golpeo.Postest < Golpeo.Pretest

b Golpeo.Postest > Golpeo.Pretest

c Golpeo.Postest = Golpeo.Pretest

**Tabla 8***Estadísticos de contraste(b)*

	Golpeo.Postest - Golpeo.Pretest
Z	-3,666(a)
Sig. asintót. (bilateral)	,000

a Basado en los rangos negativos.

b Prueba de los rangos con signo de Wilcoxon

La Prueba de Wilcoxon (Tabla 8) demostró la existencia de diferencias significativas en el nivel de efectividad del golpeo a favor de postest ( $p=0,000$ ), dado que el rango promedio fue mayor en la segunda prueba o test de golpeo, existiendo 16 boxeadores que obtuvieron una evaluación observacional satisfactoria con respecto al pretest, mientras que solamente existieron 20 empates en el rendimiento (Pretest-postest) de 20 boxeadores posibles.

Lo anterior demuestra para el presente estudio, una mejora notable en la efectividad del golpeo en la población objeto de estudio luego de implementada la propuesta de intervención dispuesta en el capítulo anterior.

### **Estudio de la efectividad de la coordinación en contraataque**

Por otra parte, en cuanto al estudio realizado en la variable “Coordinación de los movimientos” se puede evidenciar a partir de la tabla 4 los resultados obtenidos.

**Tabla 9***Efectividad de la coordinación en dos momentos de la preparación del boxeador*

No	Nivel de Coordinación. Pretest	Nivel de Coordinación. Postest
1	1	2
2	1	2
3	1	2
4	1	2
5	2	2
6	2	3
7	2	2
8	1	3
9	1	2
10	2	3
11	1	2
12	1	2
13	1	2
14	1	2
15	1	2
16	1	1
17	2	3
18	1	2
19	1	3
20	1	2
□	1,25	2,2
Mín	2	3
Máx.	1	1

La tabla 4 valora el nivel de coordinación alcanzado en los boxeadores estudiados como parte de los dos momentos de la preparación deportiva, antes y después de implementada la propuesta de intervención dispuesta en el capítulo 3.

Descriptivamente la tabla 4 evidencia como parte del pretest una media de 1,25 puntos alcanzado sujetos valores mínimos de 1 punto y máximo de 2 puntos, mientras que la media o promedio en el puntaje alcanzado como parte del posttest alcanzó los 2,2 puntos, existiendo boxeadores que alcanzaron el máximo posible en el puntaje (3 puntos).

Tal y como se evidenció en la tabla anterior, se aplicó el test de Shapiro-Wilk para determinar la distribución normal de los datos correlacionados.

**Tabla 10**

*Prueba de Shapiro–Wilk. Nivel de normalidad en la prueba de coordinación*

	Resumen del procesamiento de los casos					
	Válidos		Perdidos		Total	
	N	Porcentaje	N	Porcentaje	N	Porcentaje
Coordinación. Pretest	20	100,0%	0	,0%	20	100,0%
Coordinación. Postest	20	100,0%	0	,0%	20	100,0%

**Tabla 11***Análisis descriptivo*

		Estadístico	Error típ.	
Coordinación. Pretest	Media	1,25	,099	
	Intervalo de confianza para la media al 95%	Límite inferior	1,04	
		Límite superior	1,46	
	Media recortada al 5%	1,22		
	Mediana	1,00		
	Varianza	,197		
	Desv. típ.	,444		
	Mínimo	1		
	Máximo	2		
	Rango	1		
	Amplitud Inter cuartil	1		
	Asimetría	1,251	,512	
	Curtosis	-,497	,992	
	Coordinación. Postest	Media	2,20	,117
Intervalo de confianza para la media al 95%		Límite inferior	1,96	
		Límite superior	2,44	
Media recortada al 5%		2,22		
Mediana		2,00		
Varianza		,274		
Desv. típ.		,523		
Mínimo		1		
Máximo		3		
Rango		2		
Amplitud Inter cuartil		1		
Asimetría		,294	,512	
Curtosis		,457	,992	

**Tabla 12***Pruebas de normalidad*

	Kolmogorov-Smirnov(a)			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Coordinación. Pretest	,463	20	,000	,544	20	,000
Coordinación. Posttest	,399	20	,000	,695	20	,000

a Corrección de la significación de Lilliefors

El test de Shapiro-Wilk evidencio diferencias significativas en la distribución de los datos obtenidos en el test de coordinación, indicado la posibilidad de aplicar la Prueba de los Rangos con Signos de Wilcoxon para dos muestras relacionadas, al igual que el test de golpeo.

**Tabla 13**

*Nivel de significancia entre muestras relacionadas en el test de Coordinación. Prueba de Wilcoxon*

<b>Rangos</b>		N	Rango promedio	Suma de rangos
Coordinación. Postest - Coordinación. Pretest	Rangos negativos	0(a)	,00	,00
	Rangos positivos	17(b)	9,00	153,00
	Empates	3(c)		
	Total	20		

a Coordinación. Postest &lt; Coordinación. Pretest

b Coordinación. Posttest > Coordinación. Pretest

c Coordinación. Posttest = Coordinación. Pretest

**Tabla 14**

*Estadísticos de contraste(b)*

	Coordinación. Posttest - Coordinación. Pretest
Z	-3,945(a)
Sig. asintót. (bilateral)	,000

a Basado en los rangos negativos.

b Prueba de los rangos con signo de Wilcoxon

La Prueba de los Rangos con Signos de Wilcoxon evidenció diferencias significativas ( $p=0,000$ ) al comparar los datos obtenidos con el test de coordinación en los dos momentos de la preparación deportiva, favoreciéndose el rendimiento de la segunda prueba o posttest, dado la existencia de un rango promedio mayor (9,00) que el obtenido como parte del pretest (00), mejorando su índice de coordinación de forma notable 17 boxeadores estudiados, más 3 empates (igual rendimiento) en 20 posibles.

Lo anterior evidencia que la estrategia metodológica aplicada en 21 semanas y evidenciada como parte del capítulo 3 mejoró notablemente dos variables importantes del nivel técnico-táctico en los boxeadores de la categoría escolar (13-14 años) de la Liga Cantonal "Pedro Vicente Maldonado".

## **CONCLUSIONES**

- La consulta de fuentes primarias de investigación ha evidenciado la importancia que reviste el entrenamiento técnico-táctico en el boxeo, constatados igualmente en el diagnóstico inicial a los entrenadores especialistas en el 100% de los casos.
- El diagnóstico inicial realizado constató dificultades en el contraataque de los boxeadores escolares estudiados, diseñándose una estrategia metodológica por 21 semanas, evaluándose el rendimiento técnico-táctico con un test de golpeo y otro de coordinación en dos momentos de la preparación deportiva (antes y después).
- La estrategia técnico-táctica implementada evidenció diferencias significativas en golpeo y coordinación como parte de los contraataques a favor del postest en los boxeadores escolares de la Liga Cantonal "Pedro Vicente Maldonado".

## **RECOMENDACIONES**

- Ampliar la estrategia implementada con nuevas acciones, perfeccionando las respuestas técnico-tácticas en los boxeadores escolares.
- Socializar los resultados de la investigación, con vistas a perfeccionar el sistema de entrenamiento propuesto.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alburquerque, M. B. (2009). *Escuela cubana de boxeo. Sistema de selección deportiva*. Sevilla: Wanceulen SL.
- Antonio, S., Rodríguez Ruiz, A. R., Dávila, L., Esteban, L., Álava Magallanes, G., Letamendi Lazo, C. A., & Romero Frómeta, E. (2017). Fundamentos biomecánicos de la lucha deportiva. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 36(3), 1-14.
- Balmaseda, M., Castellano, J., & Usabiaga, O. (Julio de 2011). *Análisis de las acciones técnico-tácticas del boxeo de rendimiento*. Tesis Doctoral. *Lecturas: educación física y deportes*, 16(158), 1-25. Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd158/las-acciones-tecnico-tacticas-del-boxeo.htm>
- Benavides, M. A., Villalba, T. F., Saavedra, R. L., & Apolo, E. G. (2017). Estudio biomecánico del lanzamiento de granada entre deportistas principiantes y de alto rendimiento. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 36(2), 228-238.
- Biriukov, A. A. (2007). *El masaje deportivo*. (Vol. 1). Barcelona: Editorial Paidotribo.
- Cabeza Palacios, Á. E., Llumiquinga Guerrero, J. R., Vaca García, M. R., & Capote Lavandero, G. (2018). Niveles de ansiedad entre estudiantes que inician y culminan la carrera en actividad física. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 37(2), 54-62.
- Calero, S. (2012). Aportes prácticos de la Escuela Cubana de Voleibol al proceso de selección de talentos. . *Conferencia especializada impartida en la I Jornada*

*Científica de la Cultura Física, el Deporte y la Recreación*, (págs. 23-31).

Granma.

Calero., S. (2018). *Fundamentos del entrenamiento deportivo optimizado*. Departamento de Ciencias Humanas y Sociales. Curso de Postgrado de la Maestría en Entrenamiento Deportivo. XII Promoción (págs. 2-76). Quito: Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE.

Calero-Morales, S. (2014). *Optimización del proceso de dirección del entrenamiento en deportes de cooperación-oposición*. Universidad de Guayaquil, Facultad de Educación Física, Deportes y Recreación (FEDER). Guayaquil: Eduquil.

Castañeda, K. A., Sevilla, L. E., Morales, S., Romero, E., Torres, A., & Romero, Y. (2018). *Estado anímico en el tiempo libre de estudiantes que inician y culminan la universidad*. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 37(2), 27-38.

Catalá, S. A., & Calero., S. (Septiembre de 2014). *Métodos y medios básicos para el desarrollo de la fuerza rápida en la lucha olímpica*. *Lecturas: educación física y deportes*, 19(196), 1-9. Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd196/la-fuerza-rapida-en-la-lucha-olimpica.htm>

Chacón, L. D., Ordoqui-Baldrice, J. A., Carballido, L. G., Monte, R. A., & Madrigal, A. L. (2018). *Cualidades autovalorativas de boxeadores cubanos de elite*. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 23(247), 31-39.

Chávez, J. P., & Calero, S. (Septiembre de 2015). *Factores físicos, socio-económicos y psicológicos que inciden en la deserción deportiva en la escuela superior politécnica de Chimborazo*. *Lecturas: educación física y deportes*, 20(208), 1-8.

Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd208/factores-que-inciden-en-la-desercion-deportiva.htm>

Cidoncha, V., & Díaz, E. (Abril de 2011). *Desarrollo de la personalidad. Lecturas: educación física y deportes*, 16(155), 1-3.

Cifuentes, C. L. (2009). *Análisis filosófico del concepto de motivación*. Navarra: Servicio de Publicaciones de la Universidad de Navarra.

Cofer, C. N., & Appley, M. H. (1979). *Psicología de la Motivación*. México.: Trillas.

Col. (1995). *Programa de preparación del deportista (boxeo)*. La Habana: INDER.

Coleman, J. C., & Hendry, L. B. (2003). *Psicología de la adolescencia*. Ediciones Morata.

Degtiariov, I. P., & Degtiariov, J. (1996). *Boxeo*. Madrid: Lib Deportivas Esteban Sanz.

Degtiariov, I. P., & Degtiariov, J. (1996). *Boxeo*. Madrid: LIB Deportivas Esteban Sanz.

del Valle, B. (2004). *Acerca de la sexualidad y la personalidad: Algunas consideraciones*. Recuperado el 10 de 7 de 2018, de Aula Virtual UIJ: [http://aulavirtual.uij.edu.cu/pluginfile.php/5333/mod\\_folder/content/0/Materiales/Sexualidad%20y%20personalidad.doc?forcedownload=1](http://aulavirtual.uij.edu.cu/pluginfile.php/5333/mod_folder/content/0/Materiales/Sexualidad%20y%20personalidad.doc?forcedownload=1)

Domínguez García, J., & Sagarra Carón, A. (2007). *Programa de preparación del deportista Boxeo*. La Habana.: INDER.

Dumas, A. (2014). *Boxeo: entrenamiento de la técnica y táctica de combate*. España: Ediciones Tutor.

- Fernández, L. (2005). *Pensando en la personalidad*. La Habana: Félix Varela.
- Fernández-Abascal, E. G. (1997). *Psicología general: Motivación y emoción* (Vol. 2). España: Editorial Ramón Areces.
- Fiedler, M. (1979). *Voleibol*. La Habana: Pueblo y Educación.
- Flores, M. J., & Ramírez, J. C. (2019). *Diferencias biomecánicas del doble penal en futsal entre deportistas de alto rendimiento y novatos*. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 24(254), 24-32. Obtenido de <https://efdeportes.com/index.php/EFDeportes/article/view/1463/812>
- Friol, B., Calero, S., Díaz, J. R., & Guerra, C. (Marzo de 2012). *Tests técnico-tácticos para seleccionar talentos en el voleibol femenino de 11 a 13 años*. *Lecturas: educación física y deportes*, 15(166), 1-8. Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd166/tests-tecnico-tacticos-para-talentos-en-el-voleibol.htm>
- García Hernández, J. M., Machuat Santana, G., Fernández Jiménez, B., & Toledo Díaz, P. O. (2018). *La preparación técnico-táctica de los boxeadores espirituanos*. *Podium: Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 13(2), 150-159.
- García Moya, I., Moreno Rodríguez, M. D., Rivera de los Santos, F. J., Ramos Valverde, P., & Jiménez Iglesias, A. M. (2012). *Iguals, familia y participación en actividades deportivas organizadas durante la adolescencia*. *Revista de Psicología del Deporte: RPD*, 21(1), 153-158.
- García, C. A., Berta, L. M., & Madrigal, A. (2018). *Selección de talentos para deportes de combate en las Unidades Educativas de Talento Deportivo venezolanas*.

*Lecturas: Educación Física y Deportes*, 23(245), 147-162. Obtenido de <https://efdeportes.com/index.php/EFDeportes/article/view/917/394>

Garrido, R. E., García, A. V., Flores, J. L., & de Mier, R. J. (2012). *Actividad físico deportiva, autoconcepto físico y bienestar psicológico en la adolescencia. Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 22, 19-23.

Giceya, M. C., Brito, E., Recalde, A. V., Arévalo, J. A., Sáenz, J. V., & Sandoval, M. L. (2017). Tendencias y manifestaciones del temperamento: Relación con el desempeño social y físico-deportivo en estudiantes. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 36(2), 127-137.

González , J. A., Vaillant , R., & Gutiérrez, Y. (Julio de 2010). *Estudio de la efectividad de los contra-ataques en boxeadores de 13 y 14 años de la base en diferentes municipios con resultados de ciudad de La Habana. Lecturas: educación física y deportes*, 15(146), 1-8. Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd146/efectividad-de-los-contra-ataques-en-boxeadores.htm>

González, F. (1983). *Motivación moral en adolescentes y jóvenes*. La Habana: Ciencias Sociales.

González, S. A., Calero, S., & Plaza, M. Z. (Octubre de 2014). El desarrollo de las capacidades motrices por direcciones. *Aplicación en la lucha olímpica. Lecturas: educación física y deportes*, 19(197), 1-6. Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd197/capacidades-motrices-por-direcciones-lucha-olimpica.htm>

- Guerrón, G. F. (2019). Biomecánica del tiro de pistola de aire calibre 22 en deportistas de ambos sexos de pichincha. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas.*, 38(2), 196-210.
- Harre, D. (1989). *Teoría del Entrenamiento Deportivo*. La Habana, Cuba: Editorial Científico Técnica.
- Issurin, V. B. (2012). *Entrenamiento deportivo. Periodización en bloques*. Barcelona.: Paidotribo.
- Jódar, X. A. (1993). *Eficacia y técnica deportiva: análisis del movimiento humano* (Vol. 301). Barcelona: Inde.
- Lasluisa, E. D., Rodríguez, J. M., & O'Farril, A. R. (2019). Diferencias biomecánicas del remate de voleibol en jugadoras prejuveniles y juveniles. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas.*, 38(2), 170-182.
- Liarte, T., & Nonell, R. (1998). *Diver-fit: diversión mas fitness. Un programa de actividades físicas para niños y adolescentes de aplicación en diferentes ámbitos: escolar, extraescolar, gimnasios y/o centros deportivos*. Barcelona: Inde.
- Manrique Pincay, R. B., Suárez, R. L., Vallejo Flores, K. M., Manrique Suárez, C. C., Santamaría Robles, A. M., & Pincay Ávila, A. G. (2018). Trastornos corporales en adolescentes e influencia de los medios de comunicación. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas.*, 37(4), 1-11.
- Maslow, A. H. (1991). *Motivación y personalidad* (2 ed.). Madrid: Ediciones Díaz de Santos.

- Matveev, L. (1985). *Fundamentos del entrenamiento deportivo*. España: Lib Deportivas Esteban Sanz.
- Miranda, C. M., & Balmaseda, M. (2013). *Escuela cubana de boxeo: Aspectos medulares de la preparación técnico-táctica*. Barcelona: Wanceulen SL.
- Morales, S. C. (2012). *Sistema de registro y procesamiento del rendimiento técnico-táctico para el voleibol de alto nivel*. La Habana: Editorial Universitaria.
- Morales, S., & González, S. A. (2014). *Teoría y metodología de la educación física*. Quito, Ecuador: Editorial de la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE.
- Morales, S., Cevallos, E., & Benítez, E. (Julio de 2016). Increase in the effectiveness of technical displacement in tennis players through specific coordination exercises. *Lecturas: educación física y deportes*, 21(218), 1-10.
- Morales., S. (Febrero de 2009). Las relaciones entre fundamentos del voleibol: Aspectos Básico que determina la cantidad e influencia de las acciones técnico-tácticas en el rendimiento final. *Lecturas: educación física y deportes*, 13(129), 1-11.  
Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd129/voleibol-influencia-de-las-acciones-tecnico-tacticas-en-el-rendimiento-final.htm>
- Moreno, J. H., & Núñez, U. C. (2000). *La iniciación a los deportes desde su estructura y dinámica*. Barcelona: Inde.
- Nitsch, J. R. (2002). *Entrenamiento de la técnica: contribuciones para un enfoque interdisciplinario*. Barcelona: Editorial Paidotribo.

- Ozolin, N. G. (1983). *Sistema contemporáneo de entrenamiento deportivo*. La Habana: Editorial Científico-Técnica.
- Pardos-Mainer, E., Sagarra, L., Mendoza, E. V., Jaramillo, M. L., & Contreras, T. (2017). Programas de entrenamiento para mejorar el rendimiento en jóvenes tenistas: Revisión sistemática. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 36(3), 1-12.
- Platonov, V. N. (2001). *Teoría general del entrenamiento deportivo olímpico*. Barcelona: Editorial Paidotribo.
- Price, R. (2012). *La Guía Definitiva-Entrenar Con Pesas Para Tenis*. Price World Publishing.
- Rice, F. P., & Salinas, M. E. (1997). *Desarrollo humano: estudio del ciclo vital*. Pearson Educación.
- Riera, J. (2000). *Fundamentos del aprendizaje de la técnica y la táctica deportivas*. Barcelona, España: Editorial INDE.
- Riera, J. R. (2005). *Habilidades en el deporte* (Vol. 36). Barcelona: Inde.
- Rodríguez, M. S., Prieto, Y. S., & Cañizares, M. (2018). *Técnicas de intervención psicológica para elevar la concentración de la atención en boxeadores cubanos*. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 22(238), 2-13.
- Romero, S. G. (2001). *Formación deportiva: nuevos retos en educación*. Sevilla: Universidad de Sevilla.

- Ruddock, A. D., Wilson, D. C., Thompson, S. W., Hembrough, D., & Winter, E. M. (2016). Strength and conditioning for professional boxing: recommendations for physical preparation. *Strength and Conditioning Journal*, 38(3), 81-90.
- Ruiz, A. (2012). *Teoría y metodología de la Educación Física y el deporte escolar*. La Habana: Deportes.
- Sailema, M., Ruiz, P. M., Pérez, M. B., Cosquillo, J. L., Sailema, Á. A., & Vaca, M. R. (2017). *El autoconcepto y la educación física en estudiantes de secundaria*. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 36(3), 1-12.
- Santisteban, J. M. (1998). *La detección temprana de talentos deportivos* (Vol. 48). Univ de Castilla La Mancha.
- Sienkiewicz-Dianzenza, E., & Maszczyk. (2019). The impact of fatigue on agility and responsiveness in boxing. *Biomedical Human Kinetics*., 11(1), 131-135.
- Vargas, M. S., Valero, C. S., Díaz, Y. M., & Torres, R. F. (2015). *Propuesta de ejercicios para mejorar la efectividad de las habilidades defensivas en boxeadores juveniles*. *Revista Española de Educación Física y Deportes*., 411, 73-89.
- Vargas, R. (2007). *Diccionario de teoría del entrenamiento deportivo*. México: UNAM.
- Vichi, R., & Domínguez, J. (1988). *Programa de preparación del deportista de Boxeo*. La Habana: INDER.
- Wuitar, C. M., Caveda, D. L., Oms, A. B., & García, M. R. (2018). Estudio técnico y biomédico para detectar talentos en atletismo Technical and biomedical study to

detect talents athletics. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 37(1), 1-12.

Zaballa, M. d., Lara, D., & Chávez, E. (2017). Síndrome de Wolff Parkinson White en remero cubano. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 36(2), 70-78.