

## Resumen

El rendimiento técnico-táctico en los deportes de oposición es uno de los factores más estudiados y potenciados en la teoría y metodología del entrenamiento deportivo especializado, estableciéndose una relación entre la técnica del movimiento y la toma de decisiones por parte del deportista boxeador. Por tal motivo, potenciar la coordinación de brazos-piernas para realizar golpes rectos hacia la cabeza del oponente en boxeadores de la FDCH en edades de 12 a 14 años evidencia el objetivo de la investigación. Se selecciona bajo un muestreo intencional no probabilístico a 10 especialistas boxeadores para validar teóricamente la importancia de la investigación, más 10 boxeadores escolares del género masculino (Categoría 12-14 años), sometiéndolos a un proceso de intervención con ejercicios especializados para mejorar la coordinación de brazos-piernas. El entrenamiento especializado del boxeador exige el desarrollo de capacidades determinantes y condicionantes de una forma integral y al diagnosticarse como parte del pretest la coordinación de brazos y piernas en función de la técnica de golpes rectos hacia la cabeza del oponente, se determina la necesidad de mejorar el proceso tanto docente como educativo específico implementándose la propuesta de intervención, se evidencia mejoras significativas a favor del pretest, potenciando la coordinación señalada y la técnica especificada.

*Palabras Clave:*

- **BOXEO**
- **COORDINACIÓN BRAZOS Y PIERNAS**
- **GOLPEO RECTO**

## **Abstract**

Technical-tactical performance in opposition sports is one of the most studied and enhanced factors in the theory and methodology of specialized sports training, establishing a relationship between movement technique and decision-making by the boxer athlete. For this reason, enhancing arm-leg coordination to perform straight blows towards the opponent's head in FDCH boxers aged 12 to 14 years evidences the objective of the research. Under an intentional non-probabilistic sampling, 10 boxing specialists are selected to theoretically validate the importance of the research, plus 10 school boxers of the male gender (Category 12-14 years), subjecting them to an intervention process with specialized exercises to improve the coordination of arms legs. The specialized training of the boxer requires the development of determining and conditioning capacities in a comprehensive way and when the coordination of arms and legs is diagnosed as part of the pretest based on the technique of straight blows towards the opponent's head, the need to improve is determined. The specific teaching and educational process, implementing the intervention proposal, shows significant improvements in favor of the pretest, enhancing the indicated coordination and the specified technique.

*Key words:*

- **BOXING**
- **ARMS AND LEGS COORDINATION**
- **STRAIGHT HIT**