



Artículo original

Ejercicios para el mejoramiento del desempeño táctico en boxeadores de la preselección de Camagüey

Exercises to Improve Tactical Performance of Boxers in the Pre-Selection of Camagüey, Cuba

Exercícios para a melhoria do desempenho tático em boxeadores da equipe de pré-seleção da Camagüey

Yusiel Nápoles Marcillan^{1*}  <https://orcid.org/0000-0003-2693-6854>

Jorge Franci Martínez Hernández^{1*}  <https://orcid.org/0000-0003-2810-6643>

Carlos Alberto Enríquez Muñiz²  <https://orcid.org/0000-0006-2610-6971>

¹Academia Provincial de Boxeo de Camagüey "Vietnam Heroico", Camagüey, Cuba.

²Universidad de Camagüey, Facultad de Cultura Física, Camagüey, Cuba.

*Autor para la correspondencia: carlos.muniz@nauta.cu

Recibido: 15/10/2021.

Aceptado: 20/12/2021

DOI: <https://doi.org/10.34982/2223.1773.2022.V7.No2.012>

Este documento posee una licencia Creative Commons Reconocimiento-No Comercial

Compartir igual 4.0 Internacional 

RESUMEN

Introducción: el desempeño táctico de los boxeadores es de vital importancia caracterizado por las particularidades de los atletas de este deporte, teniendo en cuenta principalmente la tres distancias en el combate.

Objetivo: elaborar ejercicios para el mejoramiento del desempeño táctico en boxeadores de la preselección de mayores de Camagüey.





Materiales y métodos: se elaboró y se tuvo como base los objetivos de la categoría de mayores, el estudio se llevó a cabo con 24 boxeadores de la categoría de mayores que integran la preselección de la provincia, pertenecientes a varias divisiones establecidas en el Programa Integral de Preparación del Deportista y las características de los boxeadores de las edades comprendidas entre 19 y 40 años.

Resultados: mediante la valoración realizada por diez usuarios, se pudo obtener como resultado general la aceptación y conveniencia del sistema de ejercicios, expuesta por los usuarios según sus opiniones y manifestado en los cuales lo consideran como una valiosa herramienta metodológica para los entrenadores de esta categoría,

Conclusiones: la validación del sistema de ejercicios se comprobó a partir de su implementación en la práctica educativa y la aplicación de los instrumentos inicial y final, gracias a los cuales pudieron ser medidos los indicadores establecidos en la etapa del diseño. Tal proceder permitió demostrar la mejoría alcanzada en los atletas en cuanto al nivel técnico-táctico, de manera que una vez aplicado el sistema de ejercicios.

Palabras clave: Boxeo, sistema, desempeño técnico - táctico.

ABSTRACT

Introduction: The tactical performance of boxers is critical; it takes into consideration the particularities of each athlete in the sport, especially the three bout distances.

Aim: To design exercises to improve the tactical performance of boxers in the adult pre-selection of Camaguey.

Materials and methods: The objectives of the adult category were used to design the; the study included 24 boxers of the adult category from the local preselection, in the several divisions established in the Comprehensive Program of Athlete Preparation, and the characteristics of the boxers between 19 and 40.

Results: The assessment made by ten users revealed the acceptance and convenience of the system of exercises conforming to their opinions, as they consider it is a valuable methodological tool for coaches in this category.

Conclusions: The validation of the system of exercises was checked upon its implementation in educational practice and the application of the initial and final instruments utilized to measure the parameters set during the design stage. This procedure demonstrated the improvements observed in the athletes, in terms of technical-tactical level when the exercise system was applied.





Keywords: Boxing, system, technical-tactical performance.

RESUMO

Introdução: o desempenho tático dos boxeadores é de vital importância, caracterizado pelas particularidades dos atletas neste esporte, principalmente levando em conta as três distâncias em combate.

Objetivo: desenvolver exercícios para a melhoria do desempenho tático em boxeadores da equipe sênior de pré-seleção de Camagüey.

Materiais e métodos: O estudo foi realizado com 24 boxeadores da categoria sênior que compõem a equipe de pré-seleção da província, pertencentes a várias divisões estabelecidas no Programa Integral de Preparação do Atleta e as características dos boxeadores entre os 19 e 40 anos de idade.

Resultados: por meio da avaliação realizada por dez usuários, foi possível obter como resultado geral a aceitação e conveniência do sistema de exercício, expresso pelos usuários de acordo com suas opiniões e manifestado no qual eles o consideram como uma valiosa ferramenta metodológica para os instrutores desta categoria,

Conclusões: a validação do sistema de exercício foi verificada através de sua implementação na prática educacional e a aplicação dos instrumentos iniciais e finais, graças aos quais os indicadores estabelecidos na fase de projeto puderam ser medidos. Este procedimento permitiu demonstrar a melhoria alcançada nos atletas em termos de nível técnico-tático, de modo que uma vez aplicado o sistema de exercício.

Palavras-chave: Boxe, sistema, desempenho técnico-tático.

INTRODUCCIÓN

El desempeño tático de los boxeadores de la provincia Camagüey, se ha visto caracterizado por las particularidades de los atletas de este deporte en este territorio, al considerar a los boxeadores peleadores en las distancia media y larga, y por ser estilistas. Estas características y sus resultados competitivos, los han llevado a estar dentro de los equipos nacionales, y a contar con una escuadra que ostenta por nueve ocasiones, el título de campeón nacional. Sin embargo, somos del criterio que, el fortalecimiento del trabajo para la preparación táctica del combate de boxeo debe constituir un elemento fundamental en la preselección de mayores, así como en las áreas.





Son varios los investigadores que han abordado la temática referente a la táctica en el boxeo desde diferentes aristas, Zamora, (1995), Albuquerque, M. B. (2013), Machuat, G. *et al.*, (2017) y García, J. M. y *et al.*, (2018); se coincide en diferentes aspectos que, desde el punto de vista de la preparación, son necesarios tener en cuenta como es el caso de la clasificación de las acciones intermitentes y de alta intensidad, donde el pensamiento lógico es de vital importancia para darle solución a las situaciones que se presentan el combate.

En este sentido, se reconoce al boxeo como deporte de combate que exige constantemente de un correcto desempeño táctico. Autores tales como Vélez, Machuat, Moreno y Boffil (2020), consideran que la efectividad de la táctica depende principalmente de un buen nivel técnico, siendo imposible ejecutar la táctica de forma exitosa, sin que el boxeador no tenga un dominio adecuado de la ejecución de los fundamentos técnicos del boxeo.

En este sentido, el Programa Integral de Preparación del Deportista, Domínguez y Sagarra (2017), refleja como uno de sus objetivos fundamentales en categorías precedentes, el fortalecimiento de la preparación técnico-táctica, ajustada a las nuevas exigencias que en este orden se manifiestan en el boxeo contemporáneo.

No obstante, a lo anteriormente planteado, existe una contradicción entre los buenos resultados alcanzados en los últimos años (2011-2017), entre el nivel técnico presentado por los boxeadores de 1ra. categoría de la provincia de Camagüey (evaluación técnica) y las insuficiencias presentadas en cuanto a la táctica del combate de boxeo (evaluación táctica), por los atletas de la Academia Provincial de boxeo "Vietnam Heroico" en las Competencias Nacionales, manifestándose deficiencias tales como:

- Tendencia solo a combatir en la media y larga distancia.
- Mayor dedicación a los aspectos puramente técnicos durante el entrenamiento.
- Insuficiente planificación de ejercicios basados en situaciones que permitan desarrollar un pensamiento táctico.

Por todo lo antes expuesto, se plantea como objetivo elaborar ejercicios para el mejoramiento del desempeño táctico en boxeadores de la preselección de mayores de Camagüey

MATERIALES Y MÉTODOS

El presente estudio se llevó a cabo, con 24 boxeadores de la categoría de mayores que integran la preselección de la provincia Camagüey, pertenecientes a las siguientes divisiones: tres en 49 Kg; tres en 52 Kg; cuatro en 56 Kg; tres en 60 Kg, dos en 64 Kg; dos en 69 Kg; uno en 75 Kg; dos en 81 Kg; dos en 91 Kg y dos en





+91; de las diez que participan en el Evento Nacional. La representación por municipios de cada atleta, es la siguiente: (Vertientes con uno; Carlos Manuel de Céspedes con uno; Sibanicú con uno; Camagüey con ocho; Jimaguayú con tres; Sierra de Cubitas con dos; Najasa con tres; Santa Cruz del Sur con dos; Esmeralda con uno y Nuevitas con dos.

Para la búsqueda de información referente al desempeño táctico de los boxeadores de la selección de mayores de la provincia Camagüey, se aplicó una entrevista al jefe técnico de la Comisión Provincial de boxeo, con el objetivo de conocer su opinión sobre las principales dificultades que a su juicio están incidiendo en el desempeño táctico de estos boxeadores, a lo que manifiesta que en observaciones a entrenamiento se puede apreciar un marcado interés por la ejecución técnica propiamente, descuidando su integración con el aspecto táctico.

Como resultado del test inicial y de la observación a combates durante la preparación, se pudieron constatar dificultades en los aspectos siguientes:

- No se aprovecha correctamente la ejecución de las fintas para marcar golpes efectivos.
- No se conoce la forma correcta de cómo ejecutar las fintas.
- No se conoce la forma correcta de cómo ejecutar los engaños.
- Se desconocen las formas de ejecución de las maniobras.
- Dificultades en la realización del desplazamiento en péndulo en los ataques con un golpe.
- Colocación fuera de la distancia de golpeo en el ataque con dos golpes.
- Desconfianza de quedar fuera de distancia al golpear al contrario si atacan con dos golpes.
- Fuera de la distancia en el contraataque de encuentro y de riposta.
- Poca efectividad del contraataque de riposta.
- Dificultades en el trabajo de los desplazamientos y el golpeo largo en la distancia larga.
- En la distancia media, en el trabajo rápido de piernas quedándose lejos del boxeador contrario y no poder por consiguiente marcar.
- En la distancia media, en las defensas con el tronco.

Sistema de ejercicios:

El sistema de ejercicios se concibió para los boxeadores de la categoría social.

Ejercicio No. 1:

Objetivo: realizar imitaciones de las acciones de la táctica del combate de Boxeo en el lugar en fila, mediante la Escuela Cubana de boxeo.

Forma de ejecución:

Los alumnos formarán en una fila de frente al profesor y a la señal del mismo y





desde la parada de combate realizarán la acción táctica del combate de boxeo en el lugar; además el entrenador se desplazará por todo el gimnasio y realizará la corrección de los errores cometidos por los atletas; esta escuela de boxeo tendrá una duración de 30 minutos diarios. Su evaluación se realiza a través de las ejecuciones, se destacarán las de mejor realización.

Ejercicio No 2:

Objetivo: ejecutar imitaciones de las acciones de la táctica del combate de boxeo en pasos planos en fila, mediante la Escuela de boxeo, mejorando las mismas.

Forma de ejecución:

Los alumnos formarán en una fila de frente al profesor y a la señal del mismo y desde la parada de combate realizará la acción táctica del combate de boxeo en pasos planos durante 30 minutos.

Ejercicio No. 5:

Objetivo: efectuar imitaciones de las acciones de la táctica del combate de boxeo en pasos péndulos en fila, mediante la Escuela de boxeo, mejorando las mismas.

Forma de ejecución:

Los alumnos formarán en una fila de frente al profesor y a la señal del mismo y desde la parada de combate realizarán la acción táctica del combate de boxeo en pasos péndulos; además el entrenador se desplazará por todo el gimnasio y realizará la corrección de los errores cometidos por los atletas; esta escuela de Boxeo tendrá una duración de 30 minutos diarios.

Ejercicio No 6:

Objetivo: realizar imitaciones de las acciones de la táctica del combate de boxeo en el lugar en parejas, mediante la Escuela de boxeo.

Forma de ejecución:

Los alumnos formarán en dos filas una frente a la otra, el profesor se ubicará en uno de los extremos de ambas filas y a la señal del mismo y desde la parada de combate realizarán la acción táctica del combate de boxeo en el lugar, duración de 30 minutos diarios.

Ejercicio No. 7:

Objetivo: ejecutar imitaciones de las acciones de la táctica del combate de boxeo en pasos planos en parejas, mediante la Escuela de boxeo.

Forma de ejecución:

Los alumnos formarán en dos filas una frente a la otra, el profesor se ubicará en uno de los extremos de ambas filas y a la señal del mismo y desde la parada de combate realizarán la acción táctica del combate de boxeo en pasos planos, duración de 30 minutos diarios.

Ejercicio No.8:





Objetivo: efectuar imitaciones de las acciones de la táctica del combate de boxeo en pasos péndulos en parejas, mediante la Escuela de Boxeo.

Forma de ejecución:

Los alumnos formarán en dos filas una frente a la otra, el profesor se ubicará en uno de los extremos de ambas filas y a la señal del mismo y desde la parada de combate realizarán la acción táctica del combate de boxeo en pasos péndulos; además el profesor se desplazará por todo el gimnasio y realizará la corrección de los errores cometidos por los atletas; esta escuela de boxeo tendrá una duración de 30 minutos diarios.

Ejercicio No.9:

Objetivo: realizar imitaciones de las acciones de la táctica del combate de Boxeo en movimiento en parejas, mediante la Escuela de boxeo.

Forma de ejecución:

Los alumnos se ubicarán en parejas dispersos por el gimnasio, el profesor se ubicará en una posición que le permita una visión total o casi total del trabajo a realizar además de desplazarse por todo el gimnasio y realizando la corrección de los errores cometidos por los atletas; a la señal del mismo y desde la parada de combate realizarán la acción táctica del combate de boxeo en movimiento; esta escuela de boxeo tendrá una duración de 30 minutos diarios.

Ejercicio No.10:

Objetivo: ejecutar las acciones de la táctica del combate de boxeo en movimiento en parejas, mediante la Escuela de Combate Dirigida.

Forma de ejecución:

Los alumnos se ubicarán en parejas, dispersos por el gimnasio. El profesor se ubicará en una posición que le permita una visión total o casi total del trabajo a realizar y dará la señal de comienzo. Este se desplaza por todo el gimnasio y realiza la corrección de los errores cometidos por los atletas. Desde la parada de combate el boxeador número uno realizará la acción táctica del combate de boxeo en movimiento con tiempo de un minuto cada asalto de trabajo. Se alternará la ejecución en el segundo asalto para el boxeador número dos. Esta escuela de combate dirigida tendrá una duración de 20 minutos diarios, entre 4 y 5 asaltos.

Ejercicio No.11:

Objetivo: efectuar de las acciones de la táctica del combate de Boxeo en movimiento en parejas, mediante la escuela de combate libre con tarea.

Forma de ejecución:

Los alumnos se ubicarán en parejas dispersos por el gimnasio, el profesor se ubicará en una posición que le permita una visión total o casi total del trabajo a realizar. El entrenador dará la señal de comienzo y se desplazará por todo el





gimnasio para corregir los errores cometidos por los atletas. Desde la parada de combate ambos boxeadores realizarán un combate libre en movimiento con énfasis en la acción táctica del combate de boxeo que se está trabajando, con tiempo de un minuto de duración el asalto. El profesor utilizará el minuto de descanso entre asaltos para realizar demostraciones, así como correcciones de errores de forma general; esta escuela de combate libre con tarea tendrá una duración de dos asaltos diarios, cuatro minutos de trabajo.

Ejercicio No. 12:

Objetivo: ejecutar las acciones de la táctica del combate de boxeo, mediante la Escuela de Combate Libre con guantes (sparring).

Forma de ejecución:

Este se realiza similar a los combates con tres asaltos de duración de tres minutos por un minuto de recuperación entre asaltos, preferiblemente en un cuadrilátero, con los guantes de combate de diez onzas de peso, protector de boca y de copa; se desarrolla en parejas y se puede llevar la votación del mismo o no, de acuerdo al criterio evaluativo del profesor y el objetivo que se desea alcanzar, se efectúa una vez por semana con una duración aproximada de 9 a 12 minutos cada sparring.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Para realizar el diseño del sistema de ejercicios propuesto, se tuvo en cuenta las investigaciones precedentes realizadas sobre esta temática, Ibarra, M., Soto, C., Martín, Y. y Heredia, F. (2015), Pantoja, O., Pérez, R. y García, A. (2017), en la que se proponen ejercicios para mejorar la efectividad de las habilidades defensivas en boxeadores juveniles y el accionar táctico ofensivo en los atletas de la 1ra. categoría respectivamente. Vallejo (2020), hace referencia a una propuesta metodológica de intervención técnico-táctica, centrando su atención en los contraataques. Por su parte, Romero y Lanza (2021), brindan orientaciones metodológicas dirigidas al perfeccionamiento de la planificación del entrenamiento de la táctica ofensiva en boxeadores 13-14 años. Como elemento coincidente se destaca que se tienen en cuenta la búsqueda de solución de las situaciones que se presentan desde el punto de vista táctico en el combate. Se tiene en cuenta el accionar del boxeador, ahora bien, la propuesta de esta investigación, además de tener en cuenta los aspectos anteriormente analizados, se basa en las particularidades del boxeador camagüeyano; sus características como peleador de la media y larga distancia, al considerar estos aspectos desde el punto de vista táctico, fundamentales, si se tiene en cuenta que en la misma actividad competitiva que se manifiesta en el accionar del boxeador, pueden hallarse diferentes estilos de combate y esto brinda la posibilidad de adaptar este estilo a las particularidades de





cada boxeador.

Valoración teórica del sistema de ejercicios utilizando el criterio de usuarios

Mediante la valoración realizada por diez usuarios, se pudo obtener como resultado general la aceptación y conveniencia del sistema de ejercicios, expuesta por los usuarios según sus opiniones; estos lo consideran como una valiosa herramienta metodológica para los entrenadores de esta categoría. Se demuestra al estar de acuerdo el (100 %), y el (80 %) plantea estar muy de acuerdo con la utilidad práctica, manifestada en las dimensiones e indicadores analizados. Por último, el (100 %) de los usuarios declaran estar de acuerdo con la utilidad metodológica que brinda al entrenador el sistema de ejercicios.

Luego de analizados las opiniones emitidas por los consultados se concluye que el sistema de ejercicios es aplicable con el objetivo de mejorar el desempeño táctico de los boxeadores en la categoría de mayores.

Validación de la efectividad del sistema de ejercicios propuestos

Con el propósito de la aplicación práctica se establece la determinación de la efectividad del sistema de ejercicios dirigidos a mejorar el desempeño táctico de los boxeadores categoría mayores de la provincia Camagüey, la que se realiza por medio del pre-experimento, en su concepción pre-test y post-test, con un solo grupo, cuyos atletas se encuentran caracterizados.

Los resultados de la estadística descriptiva (Tabla 1), reflejan los valores centrales y más frecuentes, para cada uno de los momentos en los que se aplicó el test; ello muestra cómo aumentaron de un momento a otro los resultados obtenidos por los atletas.

Un ejemplo de ello se manifiesta en los resultados generales donde el valor del centro para el primer momento fue uno y en el segundo momento tres, mientras que el valor más frecuente para el primer momento fue uno y cinco en el segundo momento evidenciando el incremento de un momento a otro.

Tabla 1. - Estadísticos descriptivos

	Evaluación general 1er. momento	Evaluación general 2do momento	
N	Válidos	24	24
	Perdidos	0	0
Mediana		1.00	3.00
Moda		1	5

Todo lo anteriormente analizado, se puso de manifiesto en los resultados alcanzados en el evento nacional Playa Girón en el que se participó, alcanzándose cuatro medallas de oro, tres de plata y cuatro de bronce de los 19 atletas





participantes, también se aportaron tres atletas al equipo nacional de boxeo de nuestro país.

Los atletas ejecutaron las acciones planificadas en el sistema de ejercicios, y mejoraron paulatinamente su ejecución en los combates hasta llegar a ejecutar las estas en la competencia nacional, tales como: las acciones preparatorias, los ataques con uno o varios golpes, los contraataques, las distancias (larga y media); además presenta la mayor dificultad en cuanto a los engaños, maniobras, ataques con dos golpes y contraataque de riposta, y perciben estos, la táctica como algo necesario.

CONCLUSIONES

El sistema de ejercicios se elaboró teniendo en cuenta los aspectos que distinguen la educación cubana, los fundamentos de la teoría y metodología del entrenamiento deportivo y de la escuela cubana de boxeo, a partir de las necesidades emanadas del diagnóstico del proceso de preparación técnico-táctica y de las características del boxeador camagüeyano.

La consulta a usuarios arrojó resultados valorativos del sistema de ejercicios, considerado como muy adecuado.

La validación del sistema de ejercicios se comprobó a partir de su implementación en la práctica educativa y la aplicación de los instrumentos inicial y final, gracias a los cuales pudieron ser medidos los indicadores establecidos en la etapa del diseño. Tal proceder permitió demostrar la mejoría alcanzada en los atletas en cuanto al nivel técnico-táctico, de manera que una vez aplicado el sistema de ejercicios.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Albuquerque, M. B. (2013) Escuela cubana de boxeo: Aspectos medulares de la preparación técnico-táctica. Wanceulen, Editorial. ISBN: 8499933386 p. 152
https://books.google.com.cu/about/Escuela_Cubana_de_Boxeo.tttml?Id=RfXYoAEACAAJ&redir_esc=y
- Domínguez, G. y Sagarra, C. (2017) Programa Integral de Preparación del Deportista. Comisión Nacional de Boxeo. <https://www.academia.edu>
- García Hernández J. M., Machuat Santana G., Fernández Jiménez G. 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.
<https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/722/html>
- Machuat, G. y et al., (2017). Ejercicios técnicos para mejorar la efectividad en la ejecución de los golpes rectos a la cara y al tronco de los boxeadores de la





- categoría 11-12 años. *PODIUM- Revista de ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 12 (3), 178-188.
<https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/713/html>
- Romero, O. y Lanza A. (2021). El tratamiento de la táctica defensiva de los boxeadores escolares de Villa Clara. *OLIMPIA*. ISSN: 1817-9088. RNPS: 2067 Vol. 18 N° 2 (2021) Abril-Junio Olimpia@udg.co.cu. <https://olimpia.udg.co.cu>
- Pantoja, O., Pérez, R. y García, R. (2017). Propuesta de ejercicios para mejorar el accionar táctico ofensivo en los atletas de la 1ra categoría de boxeo. *OLIMPIA. Revista de la Facultad de Cultura Física de la Universidad de Granma Vol.14, Núm. 45 (2017): Edición especial*. ISSN: 1817-9088. RNPS: 2067. olimpia@udg.co.cu. <http://revistas.udgf.co.cu>
- Ibarra, M., Soto, C., Martín, Y. y Heredia, F. (2015) Propuesta de ejercicios para mejorar la efectividad de las habilidades defensivas en boxeadores juveniles. *REVISTA ESPAÑOLA DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES -REEFDISSN: 1133-6366 y ISSN: 2387-161X*. Número 411, año LXVII, 4º trimestre, 2015.: <http://www.researchgate.net>
- Vallejo, E. (2020). 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". Universidad de las Fuerzas Armadas de Ecuador. Disponible en: <https://www.lareferencia.info>
- Vélez, F., Machuat, S., Moreno, I. y Boffil, H. (2020) Ejercicios para mejorar las defensas de tronco en boxeadores de categoría pioneril. *Revista PODIUM*, septiembre -diciembre 2020, 15 (3); 437-448. ISSN: 1996-2452 RNPS: 2148. Disponible en <http://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/925/>
- Zamora, R. (1995) *El boxeo: con lo nuevo y lo tradicional*. Santiago de Cuba. Editorial Oriente. ISBN 978-959-11-0151-8. Disponible en: <https://isbn.cloud/9789591101518/el-boxeo-co-lo-nuevo-y-lo-traditional/>

Conflicto de intereses:

Los autores declaran no tener conflictos de intereses.

Contribución de los autores:

Los autores han participado en la redacción del trabajo y análisis de los documentos.

