

La preparación técnico-táctica de los boxeadores espirituanos

The technical-tactical preparation of the boxers from Sancti Spíritus

Juan Manuel García Hernández¹, Giraldo Machuat Santana², Bárbaro Fernández Jimenez³, Pedro Omar Toledo Díaz⁴

¹Licenciado en Cultura Física, Entrenador de Boxeo, Árbitro Nacional de Boxeo. Academia provincial de Boxeo en Sancti Spíritus. Cuba.

²Licenciado en Cultura Física, Máster en Actividad Física Comunitaria, Profesor de Boxeo, Categoría Asistente Principal, Árbitro Internacional de Boxeo. Universidad de Pinar del Río «Hermanos Saiz Montes de Oca» Facultad de Cultura Física «Nancy Uranga Romagoza». Cuba. Correo electrónico: giraldo.machuat@upr.edu.cu

³Licenciado en Cultura Física, Especialista en Postgrado para el alto rendimiento, Entrenador de Boxeo. Academia provincial de Boxeo, Sancti Spíritus.

⁴Doctor en Ciencias Pedagógicas, Profesor Titular, profesor de recreación y Boxeo. Universidad de Sancti Spíritus «José Martí Pérez», Facultad de Cultura Física. Cuba. Correo electrónico: ptdiaz@uniss.edu.cu

Recibido: 27 de marzo de 2018.

Aprobado: 2 de mayo de 2018.

RESUMEN

La investigación que se presenta es resultante del quehacer cotidiano del colectivo de entrenadores que labora en la Academia Provincial de Boxeo en la provincia de Sancti Spíritus. El problema que se investiga responde a las demandas tecnológicas que existen a nivel provincial, teniendo como objetivo aplicar un conjunto de acciones técnico-tácticas para la elevación del nivel de preparación de los boxeadores espirituanos que permita la obtención de resultados satisfactorios en el orden competitivo. La muestra utilizada la componen 20 boxeadores categoría élite de la provincia de Sancti Spíritus. En el proceso investigativo se emplearon métodos teóricos, empíricos y matemáticos estadísticos, entre ellos: histórico-lógico, análisis síntesis, inductivo deductivo, observación, entrevista, el pre-experimento y la estadística descriptiva.

ABSTRACT

The investigative work presented is part of the daily work of the group of trainers that works in the Provincial Boxing Academy in the province of Sancti Spíritus. The problem investigated responds to the technological demands that exist at the provincial level, with the objective of applying a set of technical-tactical actions to raise the level of preparation of the boxers of Sancti Spiritus that allows obtaining satisfactory results in the competitive order. The diagnosis was developed based on the results of the technical tests of the participation of the boxers from Sancti Spiritus in the Playa Girón National Championships in the 2013-2016 cycle. The final results are compared with those issued by the specialists of the National Technical Commission in the present Playa Girón National Championship held in December

Se realizó un diagnóstico a partir de los resultados de las pruebas técnicas de la participación de la muestra en los Campeonatos Nacionales Playa Girón, en el ciclo 2013-2016. Los resultados finales se comparan con los emitidos por los especialistas de la Comisión Técnica Nacional en el Campeonato Nacional Playa Girón, celebrado en el mes de diciembre de 2017, en la Sala Yara de la provincia de Sancti Spíritus. Los logros se corresponden con el trabajo realizado de forma colectiva e individual a partir de las carencias y potencialidades que presentan los boxeadores espirituanos investigados. Se pudo demostrar que teniendo en cuenta el comportamiento de las principales dimensiones e indicadores de las pruebas técnicas, se pueden obtener buenos resultados competitivos, además de facilitar el trabajo diferenciado con cada boxeador.

Palabras clave: Preparación técnico-táctica, Entrenamiento deportivo, Boxeo.

2017, in the Sala Yara of the Province of Sancti Spíritus. The population that was used for this investigation is made up of 20 elite category boxers from the province of Sancti Spíritus. The achievements correspond to the work done collectively and individually from the shortcomings and potentials presented by the investigated boxers from Sancti Spíritus. Therefore, it was possible to demonstrate that taking into account the behavior of the main dimensions and indicators of the technical tests, good competitive results can be obtained and that it facilitated the differentiated work with each boxer taking into account the scientific and technical advances at our disposal. In order to comply with this research, theoretical, empirical and mathematical mathematical methods were used; among which we can mention: Historical-logical, synthesis analysis, inductive deductive, observation, interview, pre-experiment and descriptive statistics.

Keywords: Technical-tactical preparation, Sports training, Boxing.

INTRODUCCIÓN

El boxeo es tan antiguo como es el surgimiento del hombre, el origen del denominado pugilato se pierde en el tiempo, (Alfonso, Marcos, 2006). Desde las civilizaciones antiguas existen evidencias de la presencia de esta actividad deportiva que en la actualidad es conocida como el arte de dar y no recibir golpes. Su organización como competencia surgió a partir de la civilización griega.

Los filósofos griegos como Aristóteles, Aristófanes y Plutarco apreciaban en este

deporte virtudes en la preparación física de los atletas y en el espíritu de lucha una cualidad volitiva muy valiosa en la formación del hombre (Alfonso, Jorge 1988).

Las exigencias actuales del deporte como el Boxeo, su dinámica, la influencia diaria de los adelantos de la ciencia, la técnica, las nuevas reglas, el mejoramiento de los resultados deportivos actuales requieren de un paso fundamental como es el perfeccionamiento del mismo, tanto del nivel de preparación de los deportistas, como

de todo el sistema técnico, táctico y metodológico de la preparación del boxeo. (Enrríquez y Toala, 2016).

Teniendo en cuenta todas estas transformaciones, unido a las nuevas características del sistema competitivo, cada vez más exigente, ha provocado la búsqueda de soluciones desde todos los prismas del fenómeno, con el objetivo de ser cada día más preciso en la consecución de un atleta de Boxeo más preparado para obtener resultados superiores, acorde a los momentos actuales.

Este deporte ha tenido un vertiginoso y creciente desarrollo en el mundo, y Cuba no está ajeno a ello. El trabajo realizado por los técnicos y especialistas de este viril deporte, desde sus inicios, ha marcado pauta a nivel mundial, siendo reconocidos por muchos como potencia mundial. Además, con el sistemático y planificado entrenamiento unido al conocimiento de los grandes entrenadores de nuestro país se fundó la «Escuela cubana de Boxeo», reconocida a nivel nacional e internacional (Santana; Quian y García, 2017).

En la actualidad coexisten tres tendencias fundamentales en el desarrollo de la teoría y metodología del entrenamiento deportivo. La primera desarrollada por Matveev (1965), que radica en la periodización de este proceso y su división en etapas y periodos, y la segunda tendencia teórica-metodológica basada en la experimentación como paradigma científico y el control de las variables fisiológicas. Dentro de esta tendencia se destacan los estudios de Malacko (1982); Bompa (1983); Platonov (1986 y 2000).

La tercera tendencia, la científica-aplicada se centra en el estudio en profundidad de los factores y condiciones que determinan el desarrollo de la maestría deportiva. En

el marco de esta tendencia se concentran los estudios de Verjoshanski, V.I. (1990).

La escuela cubana de Boxeo aplica la primera tendencia y la tercera de acuerdo con las categorías a trabajar; en el programa de preparación del deportista se orienta este trabajo en función de los sistemas competitivos y la edad de desarrollo de atleta.

El enfoque sistémico del proceso formativo del boxeador defiende que el resultado no depende de la sumatoria de las ciencias aplicadas sino, sobre todo, la interacción dialéctica que se pone de manifiesto entre ellas y, mediante las ciencias pedagógicas, este axioma se hace más efectivo. (Sagarra, 2011).

El pensamiento es valorado como el proceso de mayor importancia para una adecuada ejecución técnico-táctica del deportista, el cual vincula las tareas, las condiciones y los modos de solución. Implica planificar acciones, fundamentándose en la anticipación previsor y en la inmediata, las cuales tienen un carácter individual y colectivo, y su particularidad depende del tipo de deporte (Díaz Benítez, P. L, 2015).

En el Boxeo se requiere de un total dominio del pensamiento lógico para darle respuesta a las diferentes acciones que se desarrollan en el combate para estar a todo con las exigencias actuales. En este sentido Alburquerque, M. B. (2013) planteó que «Las situaciones de combate son tan rápidas, complejas y cambiantes, que apenas el deportista puede detenerse con exhaustividad para valorar las acciones del adversario y debe ejecutar la acción de respuesta que más corresponde a la situación. Es por eso, que durante el proceso de toma de decisiones la solución de tareas tácticas depende de gran medida de los hábitos tácticos y

fundamentalmente opera el deportista con los objetos que percibe de manera directa y no con los imaginados y con aquellos vínculos que están dados directamente en la percepción».

Por tal razón se coincide en que el desarrollo del pensamiento técnico-táctico en los deportes de combate constituye una de las demandas investigativas de estas disciplinas. Los deportes de combate por su dinámica requieren del atleta la solución rápida y efectiva a los diferentes problemas tácticos que se le presentan durante el combate.

La Escuela Cubana de Boxeo goza de un incalculable prestigio a nivel mundial principalmente por como prepara técnico y tácticamente a sus púgiles. Según Domínguez (2007), es el modo racional de planificar y conducir el combate, resolviendo las diversas situaciones que se presentan en la competencia y en el combate bajo el cumplimiento de las reglas.

En la provincia de Sancti Spíritus, a partir de los datos recogidos y la experiencia como entrenador, ha permitido determinar las principales dificultades en el desenvolvimiento técnico-táctico del combate, dadas fundamentalmente por carencias en la preparación de los boxeadores, los recursos disponibles, así como el tiempo empleado para ello.

Por otra parte se debe considerar las deficiencias de los atletas a la hora de solucionar los problemas que se le van a dar en su accionar competitivo. Es importante que el boxeador, pueda resolver las diferentes situaciones problemáticas, que se le pueden presentar en el combate.

De ahí la importancia de poder evaluar el comportamiento técnico táctico de los

boxeadores espirituanos durante el evento más fuerte de nuestro país, mediante la guía de evaluación nacional para el boxeo. Esto permitirá accionar de manera directa en la solución de tales deficiencias.

Partiendo de lo abordado anteriormente es que el objetivo del presente trabajo se centra en aplicar un conjunto de acciones técnico-tácticas para la elevación del nivel de preparación de los boxeadores espirituanos que permita la obtención de resultados satisfactorios en el orden competitivo.

MATERIALES Y MÉTODOS

Para esta investigación se trabajó con una población integrada por 20 boxeadores de la categoría élite de la provincia de Sancti Spíritus, los mismos presentan una edad promedio de 22 años y 6 meses, además de poseer 9 años de experiencia en la práctica del Boxeo. Se tuvo en cuenta para la presente obra muestrear a los que formaron parte del equipo provincial al campeonato nacional Playa Girón.

Se utilizaron los métodos teóricos, entre ellos el Histórico-lógico, inductivo deductivo y el análisis síntesis. Dentro de los empíricos se tuvieron en cuenta la observación, entrevista y el pre-experimento; y dentro los matemáticos estadísticos se trabajaron con la estadística descriptiva, específicamente con la media aritmética y el cálculo porcentual. Todos estos métodos permitieron darles feliz cumplimiento a todos los pasos de la investigación, ya que los teóricos permitieron enriquecer aún más el arsenal teórico respecto al tema a investigar y los métodos empíricos

posibilitó detectar el problema existente mediante la observación y la entrevista realizada y después mediante el pre-experimento se pudo, en cierta manera, valorar los ejercicios y criterios emitidos o propuestos. También el método matemático estadístico dio la posibilidad de tabular los resultados emitidos en la investigación.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Resultados de la evaluación técnica en el campeonato nacional Playa Girón 2017

La provincia Sancti Spíritus, presentó equipo completo, más cuatro boxeadores pertenecientes a la preselección nacional. De los 14 boxeadores solo siete (50 %) se habían presentado en ediciones anteriores y por tanto no se contaban con referentes para hacer comparaciones, el resto fueron nuevos ingresos, con los que se inicia el trabajo desde el punto de vista evaluativo.

Desde el punto de vista competitivo, el equipo Sancti Spíritus obtuvo resultados satisfactorios, a pesar de ello el autor y la Comisión técnica provincial no están conforme ya que pudieron ser mejores, pero en ello incidieron varias causas, entre ellas el sorteo, que ubicó a algunos atletas en la misma ruta de las figuras sembradas, es preciso acotar que se le llama figuras sembradas a los atletas más destacado de cada división a los cuales se separan en el organigrama para que puedan avanzar y enfrentarse entre ellos en la final o semifinal, en dependencia de la cantidad de sembrados por cada división de peso, que pudieran ser hasta 4 boxeadores, lo que generalmente siembran a los dos primeros del ranking.

49 kg Richard Núñez. Es un boxeador novel, que presenta variadas limitaciones técnico-tácticas, perdió en eliminatorias. No pudo aportar puntos al equipo.

En la evaluación realizada durante el Playa Girón se le señalaron dificultades relacionadas con: ausencia de pegada, entrada a la distancia corta de frente y con doble defensa, así como presencia de ataques y defensas inefectivas. Obtuvo 38 puntos y categoría de Bien.

52 kg Frank Cleger. Fue uno de los boxeadores perjudicados por el sorteo ya que, en su debut, se tuvo que enfrentar a Yosvany Veitía, campeón mundial y primer boxeador del Ranking nacional. En la evaluación técnica se señalaron aspectos relacionados con: Uso reiterados de la doble defensa como medio defensivo y para entrar en la distancia corta.

Se le han visto avances desde el punto de vista técnico-táctico. Obtuvo una calificación de 40 puntos y categoría de Bien. Por sus resultados los especialistas de la Comisión técnica lo incluyeron en la Reserva de la Preselección Nacional.

52 kg Jorge Griñan Merencio. Boxeador de alto rendimiento. Subcampeón mundial juvenil. Se incorporó al Equipo Nacional y ha realizado combates ante figuras destacadas en eventos internacionales. En el Playa Girón realizó dos combates, cayó discutiendo el bronce en un cerrado combate. Es una figura en ascenso que debe perfeccionar su aspecto defensivo. Se mantiene como matrícula de la Escuela Nacional de Boxeo. Obtuvo categoría de Bien.

52 kg Yosvany Veitía Soto. Boxeador de alto rendimiento. Campeón Mundial en 2016. Ha ganado el Campeonato Nacional Playa Girón, en ocho ocasiones consecutivas, encabeza el Ranking en su

división. Según el criterio de especialistas del Boxeo, es un boxeador que debe incrementar su accionar combativo sobre el cuadrilátero, para obtener mejores resultados, pues en ocasiones se acomoda a los contrarios y descuida su aspecto defensivo. Obtuvo categoría de Bien.

56 kg. Roilán Mena Pina. Es un boxeador de nueva incorporación. No avanzó en el organigrama perdió en su combate inicial. Le fueron señaladas varias dificultades: la no presencia de pegada, el uso de la doble defensa para entrar a la distancia corta. Defensas inefectivas en los intercambios de golpes. No salida del cuerpo a cuerpo empujando el contrario. Y la presencia de manotazos. Obtuvo calificación de 39 puntos y categoría de bien.

56 kg Osvaldo Díaz Peralta. Boxeador que ha obtenido resultados satisfactorios. Ha ido perfeccionando sus dificultades en cuanto a la ejecución de las series de golpes rectos a la cara y al tronco, el trabajo de las defensas ante los golpes cruzados y el trabajo en la distancia media, aunque debe seguir trabajando para perfeccionar su defensa y el golpeo en corta distancia. Ganó sus combates eliminatorios demostrando superioridad sobre sus rivales, perdió con Robeisy Ramírez, (Bicampeón Olímpico) discutiendo la plata. Se mantiene en la matrícula de la Escuela Nacional de Boxeo. Obtuvo categoría de Bien.

60 kg Arnaldo Vega Acosta. Boxeador que ha perfeccionado algunos elementos tales como el golpeo con el interior del guante, la rapidez de reacción y los ataques con series de golpes rectos a la cara y al tronco, pero que aún hay que seguir trabajando con él en cuanto a la coordinación de piernas y brazos. Le fueron señalados aspectos relacionados con: desplazamientos descoordinados, poca velocidad de reacción, en ocasiones

fuera de la distancia, utiliza pocos elementos preparatorios y los ataques sorpresivos no son eficientes. Obtuvo una calificación de 40 puntos y categoría de Bien. A pesar de ello se han visto avances en comparación con ediciones anteriores, pues ganó sus combates iniciales, fue eliminado por Lázaro Álvarez discutiendo bronce.

60 kg Dariesky Palmero Carrión. Boxeador experimentado con resultados destacados en varias divisiones dentro de los campeonatos Playa Girón. Boxeador técnico y combativo, aspecto que le ha sido reconocido en varios torneos como el Lino Salabarría, la copa Roberto Balado, debe perfeccionar su aspecto defensivo. Avanzó en el organigrama en sus combates iniciales, fue superado cerradamente por Armando Martínez en la discusión del bronce, combate que fue seleccionado como el mejor para el cuadro de honor del Torneo Nacional. Obtuvo categoría de Bien.

64 kg Juan Omar Figueroa Fernández. Boxeador joven que presenta limitaciones desde el punto de vista técnico-táctico, avanzó en sus combates iniciales, cayó cerradamente discutiendo medalla de bronce, en su evaluación le fueron señalados aspectos relacionados con la insuficiencia de pegada en su golpeo, poca coordinación golpe paso, quedando fuera de distancia con defensas inefectivas en los intercambios, insuficientes elementos de la preparación ofensiva con ataques frontales y ataques inefectivos. No acciones de salida del cuerpo a cuerpo. Obtuvo una calificación de 38 puntos y categoría de Bien.

69 kg Alex Michel Pérez Esponda. Boxeador joven con resultados en eventos

nacionales. Ha ido perfeccionando sus carencias técnicas. Obtuvo calificación de 40 puntos y categoría de Bien, debe perfeccionar sus desplazamientos sobre el cuadrilátero e incrementar los contraataques, así como fortalecer las acciones defensivas. Avanzó en el organigrama, fue eliminado en la discusión del bronce por el multi-campeón Roniel Iglesias. Su actuación fue considerada por los técnicos para ser incluido en la matrícula de la preselección nacional de la Escuela Cubana de Boxeo.

75 kg Jorge Cuellar. Boxeador joven, se encuentra en el Servicio Militar, por ende, su preparación no es óptima, ganó su combate inicial dando muestras de su combatividad, perdió en su segunda salida ante Yainier Abreu, miembro de la preselección nacional, quien obtuvo medalla de bronce. En su evaluación le fueron señalados varios aspectos: La coordinación se presenta entre dos segmentos, intermitencia en la aparición de golpes y movimientos explosivos. Ocasionalmente fuera de la distancia del golpeo. Utiliza algunos elementos preparatorios, pero hay baja efectividad. No acciones de salida del cuerpo a cuerpo. Manotazos en el intercambio. Obtuvo calificación de 37 puntos y categoría de B. en comparación con la edición anterior obtuvo mejores resultados.

81 kg Lázaro J. Fiss Méndez. Boxeador con experiencia en torneos naciones, ha ido superando las deficiencias técnicas señaladas. Avanzó en el organigrama, cayó cerradamente en una decisión dividida en la discusión del bronce ante Racial Poll, miembro de la preselección nacional, su actuación fue valorada por los técnicos para ser incluido en la reserva de la preselección. Debe continuarse trabajando para perfeccionar su explosividad en el golpeo, así como su coordinación del golpe-paso. Debe

mantener la distancia y tener cuidado con la cabeza en sus entradas al cuerpo a cuerpo. Obtuvo calificación de 36 puntos y categoría de Bien.

91 kg Isac Carbonel Portal. Boxeador con experiencia en torneos nacionales, no ha sido estable en sus rendimientos. Presenta limitaciones en variados aspectos, Pierde la coordinación golpe paso, quedando fuera de distancia con golpes inefectivos, posee escasos recursos para realizar la defensa, presencia de manotazos y entradas con la cabeza, insuficientes ataques y contraataques efectivos. Todos los aspectos fueron evaluados de Regular, obteniendo una calificación de 27 puntos. Es un boxeador joven que necesita una atención diferenciada.

Más de 91 kg Adoris Bel Iznaga. Boxeador joven con resultados en copas nacionales. Ha mostrado avances significativos en comparación con la edición anterior, avanzó en el organigrama, pero cayó en cerrada decisión ante Erislandi Savón discutiendo medalla de bronce, su actuación fue valorada por los técnicos para ser incluido en la matrícula de la escuela nacional de boxeo. Debe perfeccionarse su movilidad en el cuadrilátero empleando adecuadamente la mano adelantada, así como los aspectos técnico-tácticos para obtener mejores resultados. Obtuvo calificación de 36 puntos y categoría de Bien.

Desde el punto de vista colectivo según el criterio de los evaluadores (Girón 2017: M. Sc. Jesús Domínguez García y Esp. Julio César Rodríguez Morales). Se aprecian avances en los resultados evaluativos, a pesar de ello hay que continuar trabajando para erradicar, en lo posible, las principales limitaciones de los boxeadores relacionadas con:

- **Preparación Física**

1. Baja explosividad en el golpeo.
2. Poca presencia de pegada.
3. Trabajo de fuerza en los golpes y la presencia de su pujo, que limita la rapidez y la explosividad y no se manifiesta pegada.
4. Pérdida de la coordinación del golpe paso en las combinaciones.

- **Preparación Técnica**

1. Poca variabilidad de defensa.
2. Inefectividad de las defensas, fundamentalmente en los intercambios de golpes.
3. Presencia de manotazos en los intercambios e incluso en golpes aislados.

- **Preparación Táctica**

1. Insuficiente utilización de los elementos de la preparación ofensiva, lo más usados fintas de brazos y tronco, y que muchas veces sus ataques y contraataques no se hacen efectivos.
2. Cambio de distancia, principalmente de distancia larga a distancia corta por la poca movilidad de desplazamientos y en otros casos, se aprecia que lo desean.
3. No se realizan acciones para salir del cuerpo, observándose, que están en espera de la voz del árbitro en que diga «Break» o «Stop».
4. Poca utilización de los pasos laterales en la entrada de la distancia corta, prefiriendo

avanza de manera frontal hacia su contrario.

- **Preparación Psicológica**

Hasta el momento no hay muchos problemas, pero:

1. Se muestra poca iniciativa de cambio de acciones frente a boxeadores alto o bajo, observándose un mismo patrón de combate.

- **Cumplimiento de Reglas**

1. Las faltas más usuales en el siguiente orden son:

- Manotazos, agarre y entrada con la cabeza.

- Protector bucal de manera intencional o por golpe.

Fundamentación de la propuesta

Dado los resultados alcanzados en el diagnóstico y después de valorados los mismos por el colectivo de entrenadores y la Comisión Técnica Provincial se decidió elaborar una propuesta de ejercicios variados encaminados a fortalecer la preparación de los boxeadores espirituanos de la categoría élite.

La propuesta incluye ejercicios para los diferentes componentes de la preparación del boxeador, pero se hace énfasis en la preparación técnico-táctica, dada las carencias en este importante aspecto y la necesidad de superar las dificultades detectadas.

Se hace una proyección colectiva para elevar el nivel técnico-táctico en sentido general, pero se intensifica el trabajo individual con cada boxeador.

Es imprescindible el trabajo integrado del colectivo de especialistas que forman parte del colectivo técnico del equipo, para hacer que el boxeador, interiorice sus dificultades y que muestre el interés necesario por erradicarlas.

La propuesta se sostiene sobre el fundamento piso-pedagógico donde el docente utiliza un amplio repertorio de elementos, para introducir los aspectos técnico-tácticos que deben asimilar los boxeadores.

Para una mejor asimilación de los aspectos técnico-tácticos, es necesario usar adecuadamente los medios de enseñanza al alcance del entrenador, entre ellos se hace imprescindible el empleo de las nuevas tecnologías ya que estas muestran las evidencias gráficas de lo ocurrido en las acciones combativas. Esto facilita el trabajo del entrenador, pues se apoya en este importante medio para que el boxeador observe donde están sus dificultades y determine cómo puede resolverlas de inmediato.

Por otra parte el uso del video permite además adquirir nuevos conocimientos para incorporar a su repertorio, elementos técnico-tácticos con un mayor grado de dificultad.

Propuesta de solución

Aspectos técnico-tácticos de carácter general.

1. A partir de la parada de combate, el trabajo de la mano adelantada, en la preparación del ataque.

2. El desplazamiento para trabajar las distancias, el cuidado del pie delantero, para mantenerse en el área de impacto.

3. Salir del área de impactos, haciendo usos de las defensas y los contraataques.

4. El empleo de la defensa circular, y las inclinaciones.

5. Las acciones combativas de golpes aislados y en combinaciones.

6. La ejecución correcta del golpeo, para evitar los manotazos.

Además se tuvieron en cuenta ejercicios de carácter individual que van dirigidos a erradicar las insuficiencias detectadas anteriormente, que se pone de manifiesto el principio de La individualización del entrenamiento deportivo.

A pesar de las deficiencias señaladas durante el proceso de investigación se puede corroborar que existen avances en la preparación de los boxeadores espirituanos en la categoría élite, se obtuvo una puntuación de 27 puntos obteniendo una medalla de oro y tres de bronce, un boxeador y un árbitro fueron seleccionados para el cuadro de honor del evento. Se mantienen los cuatro atletas que estaban incluidos en la preselección nacional y se incorporan dos nuevos boxeadores. También fueron incluidos en la reserva dos boxeadores.

La preparación del boxeador es fundamental para su desempeño competitivo, todos sus componentes son esenciales, pero se debe intensificar el trabajo en el aspecto técnico-táctico, ya que este es decisivo a la hora de alcanzar los resultados esperados. Además se proyectaron acciones para elevar el nivel de desempeño de los boxeadores en las

acciones técnico-tácticas para alcanzar resultados satisfactorios en los eventos competitivos, calendariados por la Federación Cubana de Boxeo.

cantón La Libertad, provincia de Santa Elena. (Tesis de Pregrado). Universidad Estatal Península de Santa Elena, La Libertad, provincia de Santa Elena. Recuperado a partir de <http://repositorio.upse.edu.ec/handle/46000/3275>

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Alburquerque, M. B. (2013). Escuela cubana de boxeo: Aspectos medulares de la preparación técnico-táctica. Wanceulen S.L.

Alfonso, Jorge. 1988. *Puños dorados: Apuntes para la historia del boxeo en Cuba*. Editorial Oriente. Santiago de Cuba.

Alfonso, Marcos. (2006). *Escuela cubana de Boxeo. «Confesiones de Alcides*

Sagarra». La Habana: Editorial Deportes. Colección Pedagogos del Deporte.

Bompa Tudor, O. (1983). *Theory and Methodology of training: The key of athletes performance*. Dubuque, Iowa: Kendall/Hunt Publishing Company.

Díaz Benítez, Pedro Luis. (2015). *Boxing MMA. «Entrenar para ganar»*. Printed by Create Space. Lexington. K.Y. USA

Domínguez García, Jesús. (2007). *El entrenador y la clase de boxeo*. La Habana: Editorial Deportes.

Enríquez Rojas, T., y Toala Medina, O. E. (2016). Ejercicios físicos para la preparación táctica en la disciplina de boxeo en edades de 14 a 16 años del sector San Gregorio,

Machuat Santana, G., Ramos Quian, Y., & Ramos García, L. (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 y 12 años. *PODIUM - Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 12(3), 178-188.

Malacko, J. (1982). *Fundamentos de la formación deportiva: un enfoque cibernético*. Belgrado, RS: Sportska knjiga.

Matvéev, L.P. (1965). *La Periodización del entrenamiento deportivo*. Fisicultura Sport: Moscú.

Platonov, V.N. (1986). *La preparación de atletas calificados*. Moscú, Editorial Cultura Física y Deporte.

Platonov, V.N. (2000). *El entrenamiento deportivo. Teoría y metodología*. Barcelona: Editorial Paidotribo.

Sagarra Carón, Alcides (2011). *Escuela cubana de Boxeo. «Filosofía: atleta=colectivo»*. La Habana: Editorial Deportes.

Vejoshanski, V.I. (1990). *Entrenamiento deportivo: planificación y programación*. Barcelona: Editorial Martínez Roca, S.A.