

RANGOS EVALUATIVOS PARA LA CAPACIDAD FÍSICA RAPIDEZ DE LOS BOXEADORES CATEGORÍA 13-14 AÑOS**EVALUATION RANGES OF PHYSICAL SPEED CAPACITY IN BOXERS CATEGORY 13-14 YEARS**

Lic. Luis Manuel González- Torres. Profesor instructor deportivo, Metodólogo Inspector
Dirección Provincial del INDER. Holguín

MSc. Mayelín Hernández- Rodríguez. Profesora Asistente
Centro de Estudios Nacional de Deportes de Combate (CENDECOMB)

País. Cuba

RESUMEN

Los deportes de combate en Holguín son los motores impulsores para el logro de una mejor ubicación nacional de nuestra provincia en los Juegos Escolares, siendo el Boxeo uno de los que menos aportes ha dado en los últimos años, situación asociada entre otros aspectos a las limitaciones en la aplicación de otras ciencias aplicadas al proceso de evaluación en las capacidades físicas de los boxeadores escolares. La presente investigación aborda argumentos sobre las posiciones teóricas metodológicas y de aplicación práctica. Donde se propone como objetivo elaborar rangos para la

evaluación de la capacidad física rapidez por subgrupos de divisiones de peso en boxeadores de la categoría 13-14 años de la EIDE “Pedro Díaz Coello”. La muestra estuvo compuesta por 13 boxeadores de la categoría 13-14 años de la EIDE de Holguín, los métodos teóricos y empíricos permitieron determinar los rangos evaluativos para la rapidez a partir de los criterios de entrenadores y el procesamiento estadístico, además un grupo de especialistas confirmaron el rigor teórico metodológico que justifica la significación práctica y factibilidad de esta propuesta.

Palabras clave. Rangos evaluativos, Capacidad física rapidez, Boxeadores categoría 13-14 años

Key words. Evaluation ranges, Physical speed capacity in boxers, category 13-14 years.

ABSTRACT

Combat sports in Holguín are the impeller motors for the location at national level; however, boxing is of those sports that less contribution had given in the last years. This situation is associated, among other aspects, with limitations in the application of other sciences to the evaluation process regarding the physical capacities of the school boxers. The present investigation approaches arguments on the theoretical methodological positions and of practical application. Where the intended objective to elaborate the evaluation ranks for groups of divisions of weight in the boxers that favors the planning of the process of training. The sample was composed by 13 boxers of the category 13-14 years, the theoretical and empiric methods allowed determining the evaluation ranges for the speed, starting from the approaches of trainers and the statistical prosecution. Besides, a group of specialists confirmed the theoretical methodological rigor that justifies the social significance and relevance of this proposal.

INTRODUCCIÓN

El Boxeo como deporte de combate plantea grandes exigencias desde el punto de vista psíquico y físico a sus practicantes y es por ello que desde los primeros momentos de la incursión de los adolescentes en el gimnasio se debe atender este tipo de preparación.

Es un deporte técnicamente difícil que requiere un aprendizaje progresivo y a veces lento. Es una de las modalidades más completas, exige una rígida disciplina a sus practicantes y una constante labor de entrenamiento tanto en sus inicios como en su posterior actividad deportiva.

La preparación de un boxeador debe realizarse de acuerdo con su constitución y sus características físicas, adecuando gradualmente el cuerpo y los movimientos del atleta a los objetivos del Boxeo.

Especial y merecido interés en todo este empeño por el fortalecimiento del Boxeo en este país se le atribuye a la etapa de iniciación deportiva como base del alto

rendimiento, en tanto se reconoce que la adquisición de las habilidades deportivas indicadas para esa fase y su continuidad en las categorías que le preceden, constituyen la única garantía de una correcta formación técnica de nuestros boxeadores.

En la EIDE hay que trabajar especialmente las capacidades del boxeador con la misma importancia que el profesor le presta a las habilidades técnicas y situaciones tácticas, argumento planteado por el Dr. en Ciencias Rolando Zamora (2001).

El proceso de entrenamiento para la iniciación deportiva muestra exigencia a tener en cuenta por los entrenadores en la planificación, no se puede ver aislado del proceso que inicia el desarrollo de habilidades y destrezas motrices que componen la base de cualquier manifestación del deporte, nos referimos sin dudas a la Educación Física y a la estructuración científica y pedagógica de sus planes y programas.

La iniciación temprana de estos deportistas constituye el proceso de enseñanza inicial adecuado de los elementos básicos de todo deporte, garantizando el futuro desarrollo en los rendimientos deport

ivos competitivos. Además, se crea la base para el desarrollo de la preparación física general en el futuro deportista, preparándolos psicológicamente, tomando como punto de partida la adaptación para las grandes cargas que recibirán durante su vida deportiva.

El Boxeo como todo deporte de combate exige de la utilización del desarrollo científico-técnico y metodológico existente en el mundo, con el objetivo de alcanzar resultados significativos en las competiciones.

No obstante, el proceso de preparación y formación idónea para un buen rendimiento competitivo no se logra en unas pocas sesiones o días, sino que debe ser un proceso activo y prolongado, sistematizado y riguroso, en el que el seguimiento, la enseñanza, el desarrollo de capacidades y habilidades, marcará el resultado.

En la provincia Holguín en los últimos años, los resultados no han sido estables en las competiciones de la categoría 13-14 años, la misma no se encuentra dentro del rango óptimo de efectividad exigido por la instancia superior para los deportes del primer nivel, alcanzando el 11no, 12do y

13ro lugares por provincias en los años 2009, 2010 y 2011 respectivamente.

En virtud de lo anterior expuesto, es necesario continuar perfeccionando sistemáticamente los métodos, medios y mecanismos de trabajo, con el propósito de ascender por este camino y es por ello que, realizando una revisión a las demandas tecnológicas, detectamos dificultades en el control de la preparación física de los boxeadores escolares a través de la revisión de documentos normativos de las diferentes categorías de la Comisión Provincial de Boxeo de Holguín.

Dada esta situación existe la necesidad de realizar una revisión a las normativas físicas que estén en correspondencia con el nivel de los boxeadores de la categoría 13-14 años en la EIDE “Pedro Díaz Coello” de Holguín por lo que proponemos tareas para mejorar algunos medios utilizados en esta labor y que tienen influencia significativa en algunos aspectos de la preparación física de los boxeadores.

A modo de identificar las recomendaciones dadas metodológicamente para la dirección física, se hizo una revisión al Programa de Preparación del Deportista donde se replantea que “Las

investigaciones realizadas en este sentido prueban que, cuando el boxeador en una determinada capacidad se evalúa de bien por la norma de su territorio al compararse con la establecida nacionalmente se evalúa de regular.”

“Ante esta situación se decide que cada territorio haga sus normas, acordes a los ejercicios que se proponen, los cuales se validaron durante la investigación de la Reserva Olímpica, por tanto, a partir de los resultados en el territorio se establecerá el análisis de manera individual o la creación de sus propias normativas para el estudio grupal”.

Apoyándonos en las tesis de investigadores como Carlos Pérez (2009), Alán Cedeño (2010) y otros, además de observar de forma directa la planificación física en el contexto investigado, detectando que no existen rangos de evaluación de la capacidad condicional rapidez para medir los test aplicados a los boxeadores, consideramos que el sistema evaluativo no garantiza la efectividad del rendimiento físico de dichos deportistas.

Luego del estudio teórico y el diagnóstico realizado a los boxeadores de la categoría 13-14 años, con el objetivo de comprobar

la existencia o no de normativas, se detectó lo siguiente:

- En el Programa de Preparación del Deportista no se dictan rangos de evaluación de las capacidades físicas para esta categoría, pues los que se propusieron en los programas anteriores presentan irregularidades y no ofrecen información real del estado en que se encuentra el boxeador.
- Insuficiencias en las normativas para evaluar la capacidad física condicional rapidez de los boxeadores de la categoría 13-14 años en la EIDE “Pedro Díaz Coello” de Holguín.
- Insuficiente bibliografía actualizada para la superación de los entrenadores en cuanto a desarrollo de las capacidades físicas para los boxeadores.
- Las normativas por las que evalúan la rapidez en los boxeadores están estandarizadas para todas las divisiones de peso.
- Se establecen las escalas evaluativas para las capacidades a partir de la primera medición que se realiza para todo el macrociclo.

De modo que se corrobora la necesidad de ofrecer tratamiento al siguiente problema científico.

¿Cómo elaborar rangos por subgrupos de divisiones de peso para la evaluación de la capacidad física rapidez de los boxeadores categoría 13 - 14 años de la EIDE “Pedro Díaz Coello”?

Con el Objetivo de elaborar rangos para la evaluación de la capacidad física rapidez por subgrupos de divisiones de peso de los boxeadores categoría 13-14 años de la EIDE “Pedro Díaz Coello”.

METODOLOGÍA

En el presente estudio se trabajó con el 100% de los boxeadores de la categoría 13-14 años de la EIDE “Pedro Díaz Coello” de Holguín, coincidente con el total de la población de la citada categoría.

Se emplearon los métodos científicos teóricos: Analítico – sintético, histórico – lógico, análisis de contenido y sistémico – estructural.

Estos métodos facilitaron establecer los antecedentes, la evaluación y el estado actual del problema de crear un sistema de rangos evaluativos idóneos para la capacidad física rapidez respondiendo a

los intereses de boxeadores y entrenadores.

Se profundizó en los indicadores planteados, posibilitando comprobar los elementos estructurales para el desarrollo de la capacidad física rapidez como parte del campo de acción del presente trabajo científico.

Los métodos empíricos tales como la medición: para obtener los datos referidos a las pruebas de rapidez como capacidad condicional incorporada como parte del campo de acción del presente estudio.

La encuesta: se utilizó un cuestionario para entrenadores, orientado a determinar el nivel de necesidad y prioridad de los contenidos científicos y metodológicos vinculados a la preparación física de los boxeadores escolares.

Estas prioridades son conducentes a la incorporación de los contenidos seleccionados a las distintas preparaciones metodológicas y autopreparación de los entrenadores y criterios de especialistas: Se aplicó este método a un total de 10 especialistas, considerados por su amplia experiencia en el Boxeo y en particular por el conocimiento como entrenadores de experiencias en el dominio teórico práctico de este deporte y, además 2 especialistas

de las ciencias aplicadas (Estadística aplicadas al deporte) para los criterios en la aplicación de rangos de evaluación de la rapidez.

Para el procesamiento estadístico de la información se empleó el paquete estadístico editor de datos SPSS 11.5, a modo de almacenar todos los datos necesarios y procesar con alta fiabilidad los mismos.

RESULTADOS

Propuesta de rangos evaluativos para la rapidez en los boxeadores para la etapa de preparación física general y especial.

En el Boxeo y para los profesionales que trabajan en él, es de imperiosa necesidad el análisis de las pruebas o test, así como el perfeccionamiento de otros que con el transcurso del tiempo, han perdido su razón de ser, o el objetivo para el cual fueron creados.

Por ello constituye un reto para los especialistas en el Boxeo, convertir estas pruebas en verdaderos instrumentos de recogida de información confiable, para el perfeccionamiento en la labor de control del estado de preparación de los boxeadores.

Las pruebas y mediciones para llevar a cabo la investigación, con el objetivo de establecer los rangos evaluativos, se convierten en una forma de control al inicio de la etapa de preparación física general o del periodo preparatorio, por lo que se hace necesario, fundamentar en cierta medida, teóricamente este aspecto tan importante dentro del proceso de entrenamiento.

Estas pruebas, se han convertido en material de consulta obligatoria para la planificación del entrenamiento, en cuanto a preparación física se refiere durante el periodo preparatorio e inicial en la confección del macrociclo y demás puntos de referencia durante el proceso de entrenamiento.

Por lo que esta investigación refiere que estos rangos evaluativos, puedan ser aplicados en el equipo de la categoría 13-14 años de la EIDE en la provincia Holguín, lo que se necesita para ello los resultados de los test aplicados, para lo que se tuvo en cuenta los criterios de (Zartsiorki, V) una relación de normas que brinden criterios acortados y de esta forma, este resultado se convierta en evaluación.

De igual forma se tuvo en cuenta los criterios de varios autores, para profundizar

en los aspectos que se tuvieron en cuenta al proponer los rangos y pudo constatar que estos plantean que entre las formas de control más importantes están el análisis de la observación, la medición y las pruebas.

Zatsiorski (1989), define la medición como “la correspondencia que se establece entre los fenómenos estudiados por una parte y su expresión numérica por la otra”.

También expresa dicho autor que “por todos son conocidas y comprendidas las variedades más simples de mediciones; por ejemplo, la medición de la longitud del salto y la del peso del cuerpo.”

Se tuvo en cuenta tres problemas que representan los fundamentos de la teoría de las mediciones: las escalas de las mediciones, las unidades de medidas y la exactitud en las mediciones.

Se pudo ver que en la propuesta para el Boxeo, generalmente para las escalas de medidas, es muy importante la unidad de medida que se aplica en el momento de la medición, por ejemplo: la rapidez en 50 metros se da en distancia mientras que el golpeo en 10 segundos es por repeticiones, y las vías para que estas unidades sean confiables están dadas, en la exactitud de dichas mediciones, por lo

que la metodología empleada se tuvo en cuenta por los entrenadores para ganar en confiabilidad de este proceso.

Otro elemento importante para determinar rangos de evaluación es que existe la escala de intervalos, en la cual los números no sólo están ordenados por rangos, sino que también están divididos en determinados intervalos.

Los datos de estas escalas de intervalos no permiten confirmar que un valor de la magnitud medida sea tantas veces mayor o menor que el otro para poder evaluar.

Por último la escala de relaciones se distingue de la escala de intervalo, por el hecho de que en ella se encuentra estrictamente determinada la posición del cero de la escala.

Los rangos evaluativos son aplicables si han sido establecidas sobre la base de la investigación, de una muestra típica de analizador dentro de todo el grupo del universo, el cual se aplica. También considerando que las posibilidades motoras de las personas de diferentes generaciones no son iguales, los rangos evaluativos se deben revisar periódicamente.

Esta investigación concede gran importancia y utilidad desde el punto de vista teórico, puesto que brinda criterios evaluativos a tener en cuenta para evaluar la condición física rapidez de los boxeadores, así como los medios para la rápida y efectiva recopilación de la información necesaria para la evaluación, además de los rangos evaluativos.

La relevancia de esta forma de evaluación propuesta está dada en que ofrece a los entrenadores de Boxeo, un material de estudio que facilita una guía para seleccionar a los boxeadores con mejores condiciones, y permite definir con mayor exactitud los rangos permisibles de dichas evaluaciones por subgrupos de divisiones de peso.

Como el Boxeo es un deporte individual, pero además se compite por divisiones de peso y en muchas ocasiones se ha podido comprobar que el comportamiento de la velocidad de los boxeadores pesos pesados no es igual que los medianos y ligeros, se pudo comprobar que estos boxeadores estudiados no escaparon de esta regularidad y tal es así que al analizar el comportamiento de los rangos, se pueden observar diferencias en los tiempos según los subgrupos.

Se realizó el procesamiento de las mediciones mediante y la determinación de los cuartiles y los percentiles según las variables a medir, utilizando el 90 para el golpeo en 10 segundos y el 10 para la rapidez en 50 metros, por subgrupos de divisiones de peso.

Se introdujeron los datos al paquete estadístico SPSS 11.5 por subgrupos de divisiones de peso para la obtención de los rangos, solicitándole la extracción de los cuartiles y los percentiles, por lo que para la obtención de los rangos para la rapidez en 50 metros el cuartil de 0 a 0.25 dio la evaluación de muy bien, así como de 0.25 a 0.50 de bien, de 0.50 a 0.75 regular y de 0.75 a 100 mal y para la determinación del excelente se calculó por el percentil 10.

De esta misma forma se realizó para el golpeo al cojín de pared en 10 segundos, pero a la inversa ya que se buscan valores ascendentes, por lo que los cuartiles de 0 a 0.25 la evaluación es de mal, de 0.25 a 0.50 es regular, de 0.50 a 0.75 es de bien y de 0.75 a 100 es de muy bien, así como para la categoría de excelente se determinó por el percentil 90.

La metodología aplicada para medir el desarrollo de la capacidad rapidez fueron

adaptaciones a las que aparecen en el Programa de Preparación del Deportista, Boxeo. (2007), pero en 50 metros.

Propuestas de test:

Pruebas Físicas:

- Carrera de rapidez en 50 metros planos con arrancada alta (50m a/alta). Velocidad (aceleración, fuerza rápida).

Este ejercicio se ejecuta de acuerdo con las reglamentaciones de la IAAF para las carreras de 100 m, pero con arrancada alta. Si no se utiliza la señal de salida con un disparo, se hace necesario que se utilice una palmada, para que los cronometristas accionen el instrumento al hacer contacto las palmas de las manos del juez de salida. El resultado se expresa en segundos.

- Golpeo en cojín de pared en 10 segundos:

El sujeto se colocará de frente al cojín con manos en posición de combate, comenzará la mayor cantidad de golpes rectos durante 10 segundos.

El boxeador deberá mantener la misma posición durante la ejecución, logrando una correcta extensión de los brazos.

Para facilitar el conteo, se tomarán los golpes de una mano multiplicándoles por dos.

Con los participantes se debe velar por la calidad del ejercicio, enseñarlos como golpear, deteniendo la prueba cuando se vea afectado el golpeo.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

Se pudo constatar que en el caso de determinar los rangos cuando se separan por cuartiles tiene que haber una diferencia significativa de los valores, tal es así que en la evaluación cualitativa de muy bien hay que realizar 7,54 exacto para el subgrupo 1 y de 8,01 para el subgrupo 2,

sino estas evaluado de bien ya que el número que le sucede pertenece a otra categoría de rangos evaluación en los valores.

Por otra parte se comprobó que los boxeadores 1er año de la categoría, al provenir de la base y no ser entrenados por planes de entrenamiento, pero además de forma sistemática como en el alto rendimiento, al comparar sus resultados en la misma etapa pero de su segundo año de la categoría, los tiempos son mayores en calidad, al tener menores tiempo desde que comienza dicha etapa y hasta que termina.

Tabla 5. Rangos evaluativos de la capacidad rapidez (50 metros) por subgrupo divisiones de peso para la EPFG 2010-2011

Subgrupo 1 Rapidez 50 Mts		Subgrupo 2 Rapidez 50 Mts	
Excelente	7.53 ó menos	Excelente	8.00 ó menos
Muy bien	7.54	Muy bien	8.01
Bien	7.55 - 7.70	Bien	8.02 - 8.29
Regular	7.69 - 8.26	Regular	8.30 - 8.90
Mal	8.27 ó más	Mal	8.91 ó más
Subgrupo 3 Rapidez 50 Mts			
Excelente	6.99 ó menos		
Muy bien	7.00 - 7.02		
Bien	7.03 - 7.72		
Regular	7.73 - 9.23		
Mal	9.24 ó más		

Tabla 6. Rangos evaluativos de la capacidad rapidez (50 metros) por subgrupo divisiones de peso para la EPFG 2011-2012.

Subgrupo 1 Rapidez 50 Mts		Subgrupo 2 Rapidez 50 Mts	
Excelente	6.39 ó menos	Excelente	6.29 ó menos
Muy bien	6.40 – 6.70	Muy bien	6.30
Bien	6.71 – 7.00	Bien	6.31 – 6.90
Regular	7.01 – 7.60	Regular	6.91 – 7.40
Mal	7.61 ó más	Mal	7.41 ó más
Subgrupo 3 Rapidez 50 Mts			
Excelente	6.49 ó menos		
Muy bien	6.50 – 6.60		
Bien	6.61 – 7.30		
Regular	7.31 – 7.90		
Mal	7.91 ó más		

Tabla 7. Rangos evaluativos de la prueba de golpeo en 10 segundos para la EPFE 2010-2011.

Subgrupo 1 Golpeo en 10 segundos		Subgrupo 2 Golpeo en 10 segundos	
Excelente	62 ó más	Excelente	62 ó más
Muy bien	58 - 60	Muy bien	60
Bien	54- 56	Bien	52 - 58
Regular	42 - 52	Regular	44 - 50
Mal	40 ó menos	Mal	42 ó menos
Subgrupo 3 Golpeo en 10 segundos			
Excelente	54 ó más		
Muy bien	46 - 52		
Bien	40 - 44		
Regular	36 - 38		
Mal	36 ó menos		

Tabla 8. Rangos evaluativos de la prueba de golpeo en 10 segundos de la EPFE 2011-2012.

Subgrupo 1 Golpeo en 10 segundos		Subgrupo 2 Golpeo en 10 segundos	
Excelente	64 ó más	Excelente	66 ó más
Muy bien	62	Muy bien	58 - 64
Bien	54 - 60	Bien	56 - 62
Regular	46 - 52	Regular	52 - 54
Mal	44 ó menos	Mal	50 ó menos
Subgrupo 3 Golpeo en 10 segundos			
Excelente	56 ó más		
Muy bien	54		
Bien	46 - 52		
Regular	40 - 44		

Mal	38 o menos	
-----	------------	--

CONCLUSIONES

El estudio de las fuentes, los criterios de los distintos autores y los aportados por el autor de la presente investigación, constituyen argumentos de respaldo teórico al proceso de preparación de la capacidad física rapidez del boxeador.

Los entrenadores deportivos encuestados ofrecieron criterios vinculados con la necesidad de en su autopreparación un grupo de contenidos científico – metodológicos de distintas ciencias, las cuales tributan y perfeccionan el sistema de control y la evaluación de la preparación física, con énfasis en el de la capacidad rapidez al detectar que los rangos evaluativos aplicados no respondían a las exigencias de cada una de las divisiones de pesos.

A partir de la medición realizada como diagnóstico inicial desarrollado en la etapa de preparación física general y especial efectuado con los boxeadores de la categoría 13-14 años de la EIDE “Pedro Díaz Coello”, se constató el estado actual, así como las insuficiencias con el proceso evaluativo de la capacidad condicional rapidez.

Con el procesamiento estadístico a los resultados de las mediciones realizadas, se comprobó que las escalas aplicadas antes de este estudio no contribuían a un proceso evaluativo eficiente, ya que se relegaba de las particularidades por división de peso, una característica importante en el Boxeo.

La consulta oportuna con los especialistas permitió la valoración por estos de la pertinencia y adecuada significación práctica de las escalas de evaluación aportadas en este estudio.

BIBLIOGRAFÍA

1. AIBA Reunión Ordinaria. (2002). Camerún.
2. Antón García, J. (1995) Entrenamiento deportivo de la edad escolar: bases de aplicación. 2 ed. Andalucía. Junta de Andalucía.
3. Barrios Recio, J. y Ranzola, A. (1998) Manual para el deporte de iniciación y desarrollo. Ciudad de la Habana. Editorial Deportes.
4. Cadierno Matos, Oscar. (2001) Clasificación y características de las capacidades motrices. Disponible en: 78

- <http://www.efdeportes.com/Revista>
Digital. Buenos Aires. Año7 No.41.
Consultado el 17 de Julio del 2003.
5. Carballosa Parra, Hugo. (2009) Normas para la evaluación de la capacidad condicional rapidez en el Judo femenino escolar. Tesis de maestría en deportes de combate, ISCF. Holguín.
6. Domínguez García, J. y Sagarra Carón, A. (2007) Programa de preparación del deportista Boxeo. Comisión Nacional. Ciudad de la Habana.
7. Domínguez, J. y Llanos, J. (1987) La preparación básica de los boxeadores Ciudad de la Habana: Editorial Científico Técnica.
8. Domínguez, J. y Llanos J. (1974).Manual sobre técnica y táctica del Boxeo. EPEF. Ciudad de la Habana: Imprenta J. Huelga.
9. Fontanil, J. (2002). Enseñar a boxear es todo un proceso pedagógico. Disponible en: Revista Digital Año 8 No. 53 Buenos Aires htm. Consultado el 17 de julio del 2003.
10. Forteza, A. (2001) Entrenamiento Deportivo Ciencia e Innovación Tecnológica. Ciudad Habana Editorial Científico Técnico.
11. González Ramírez, José. (2009) Sistema informático para evaluar la preparación física de los taekwondistas juveniles del sexo masculino de la provincia de Holguín. Tesis de maestría en deporte de combate. Facultad de Cultura Física de Holguín.
12. Grosser, M. (1992) Entrenamiento de velocidad. Fundamentos, métodos y programas/México: ed. Martínez Roca S.A.
13. Hahn, Erwin. (1988) Entrenamiento con niños. Teoría, práctica y problemas específicos. España, Ediciones Martínez Roca. S.A
14. Harre, D. (1989). Teoría del entrenamiento deportivo. Ciudad de la Habana, Editorial Pueblo y Educación.
15. Hernández Rodríguez, Mayelín. (2009) Perfil de exigencia técnico para los taekwondistas de las escuelas de Iniciación Deportiva Escolar. tesis de maestría en deporte de combate. Facultad de Cultura .Física

16. Hernández Sampieri, Roberto. (2000) Metodología de la Investigación. 4ta edición. Roberto Hernández Sampieri, Carlos Fernández Collado y Pilar Baptista. Ed. Infagon Web. México.
17. INDER. (1993). Solicitud de la Federación Cubana de Boxeo para incluir el Boxeo en los Juegos Pioneriles. Ciudad de la Habana.
18. INDER. Federación Cubana de Boxeo. (s.a.) Orientaciones metodológicas y reglamentación de la categoría 11-12 años de Boxeo.
19. Matveev, L.1983. Fundamentos del entrenamiento deportivo / L. Matveev. – Moscú : , Ed. Raduga.
20. Menéndez Campos, F. (2001). La velocidad y la potencia en el Boxeo. Disponible en: [htm@2001 A.C.D. Hispaginasion](http://htm@2001.A.C.D.Hispaginasion). Consultado el 16 de Julio del 2003.
21. Morales, A. Pruebas específicas para el control de los errores cometidos por el esgrimista Floretista, escalas cubanos (14-16) años.
22. Ozolin N.G. D.P.Markov (1991) Atletismo. La Habana: Ed. Científico-Técnica,-- t. 1
23. Ozolin, N.G. (1988) Sistema contemporáneo de entrenamiento deportivo. Ciudad de la Habana: ed Científico Técnico.
24. Pelegrín Carrión, Sandro (2011) Sistema informático para el control de la calidad técnica en el taekwondo escolar, Tesis en opción al título de máster en Deportes de Combate. Universidad de ciencias de la cultura Física y el Deporte en Holguín.
25. Ranzola, Alfredo (1990) Metodología para la definición y planificación de las cargas de entrenamiento. Caracas, IND.
26. Reinoso, J. F. (2003). Alcides Sagarra y la Escuela Cubana de Boxeo. Disponible en: htm Centro de Información para la prensa. Consultado en Julio de 2003.
27. Sagarra Carón, Alcides y Pedro L. Díaz Benítez. (1995) Entrenamiento de equipo e instrucción técnica. —2. ed – Ciudad de la Habana, Editorial Deportiva. –22p.
28. Sagarra, A. (1991). Charlas entre cuerdas. La Habana, Editorial José Martí.

29. Sagarra, A. (1998). Boxeo. El PDC en la Escuela Cubana de Boxeo. Ciudad Habana, Editorial Científico Técnica.
30. Torres Rodríguez, M. Mayra López (2000). Teoría y práctica de los juegos. La Habana. Editora EIEFD Material mimeografiado.
31. Verjoshanski, V .I. (1995) Entrenamiento deportivo: Planificación y programación. Barcelona. Ed. Martínez Roca, S.A. 321p
32. Vichi, R. (1988) Comisión Nacional de Boxeo. Programa de Preparación del Deportista. Ciudad de la Habana: Unidad impresora. José A. Huelga.
33. Vichi, R. (2000). Comisión Nacional de Boxeo. Plan de preparación del deportista. Ciudad de La Habana.
34. Vichi, R. Domínguez, J. (1981) Comisión Nacional de Boxeo. Sub - sistema del Deporte de alto rendimiento. Ciudad de la Habana: Unidad impresora J. A.
35. Zaldívar Pérez, B. (2003). Fisiología. Apuntes para la asignatura. Ciudad de La Habana. EIEFD.
36. Zamora Castro, R. (1995) El Boxeo: con lo nuevo y lo tradicional. Santiago de Cuba. Editorial Oriente.
37. Zamora Castro, R. (1997) Modelo Didáctico para el perfeccionamiento de la Enseñanza del Boxeo formativo. Tesis en opción al Título en opción al título académico de Máster en Ciencias de la Educación. CES "Manuel F. Gran". Universidad de Oriente. Santiago de Cuba.
38. Zamora Castro, R. (2001). Modelo psicofísico para la enseñanza del Boxeo formativo de estilo olímpico. Material mimeografiado. CEES "Manuel F. Gran". Universidad de Oriente.
39. Zatsiorski, V. (1988). Biomecánica de los Ejercicios Físicos. Ciudad de la Habana. Editorial Pueblo y Educación.
40. Zatsiorski, V. (1989) Metrología Deportiva Ciudad de la Habana. Editorial Pueblo y Educación. 310p.

Recibido: 29032012

Aprobado: 24052012

Datos de los Autores:

Lic. Luis Manuel González- Torres.

Profesor instructor deportivo. Metodólogo

Inspector

Dirección Provincial del INDER. Holguín

MSc. Mayelín Hernández- Rodríguez.

Profesora Asistente

Centro de Estudios Nacional de Deportes
de Combate (CENDECOMB)

E-mail: mhernandez@hlg.uccfd.cu