

EJERCICIOS TÉCNICO-TÁCTICOS PARA EL JUEGO COLECTIVO OFENSIVO DE BALONMANO EN EL EQUIPO FEMENINO SUB 23

TECHNICAL-TACTICAL EXERCISE FOR THE COLLECTIVE OFFENSIVE GAME OF HANDBALL IN THE SUB 23 WOMEN'S TEAM

Autores:

M.Sc. Yoel Quincosa Hernández

Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo”
Código ORCID <https://orcid.org/0000-0002-7043-9110>.
Correo: yoelquincosa@gmail.com

M.Sc. Juan Marcelo LLanes Pérez

Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo”
Código ORCID <https://.org/0000-0002-5282-2810>
Correo: mirellarod@infomed.sld.cu

Esp. Luis Alberto Martínez Cuesta

Escuela Superior de Formación de Atletas de Alto Rendimiento ESFAAR “
Cerro Pelado. Código ORCID: <https://.org/0000-0002-8750-6535>.
Correo: luisalbertomartinezcuesta@gmail.com

Resumen

El presente trabajo se corresponde con la investigación realizada sobre comportamiento del juego colectivo ofensivo en atletas de balonmano femenino categoría sub 23. Asumió como objetivo: diseñar una propuestas de ejercicios técnico – tácticos para contribuir al juego colectivo ofensivo en el balonmano del equipo femenino sub 23 que sirvieron de cara a enfrentar los juegos juveniles panamericanos de Cali Valle Colombia. La importancia de realizar estudios que indaguen sobre el comportamiento del juego colectivo ofensivo en el balonmano revela el alcance y actualidad de este tema, sobre el empleo de los procedimientos tácticos individuales y colectivos ofensivos para contrarrestar la oposición del contrario. Para cumplimentar el objetivo de la investigación se emplearon métodos del nivel teórico: como el inductivo deductivo y analítico – sintético y del nivel empírico: la observación estructurada y el criterio de especialistas. Los principales resultado permitieron atribuir deficiencias en la circulación de los jugadores y el balón, la fijación al jugador par e impar, los desdobles, las permutas, la continuidad de las acciones, en las combinaciones tácticas colectivas ofensivas, en el juego en superioridad numérica. Los porcentos que alcanzados en los aspectos ofensivos presentan valores entre el 45 y 60 evidenciando problemas en la construcción del juego colectivo ofensivo. Así mismo posibilitaron el diseño de ejercicios en correspondencia con la constatación realizada. El diseño

conformado por 6 ejercicios dirigidos a optimizar el juego colectivo ofensivo de balonmano en el equipo femenino sub 23 fue sometido al criterio de 8 especialistas para su evaluación, viabilidad e implementación

Palabras clave: Diseño, ejercicios, contribuir, juego colectivo ofensivo

Abstract

The present work corresponds to the research carried out on the behavior of the collective offensive game in female handball athletes in the sub 23 category. It assumed as an objective: to design a proposal for technical-tactical exercises to contribute to the collective offensive game in the handball of the female sub 23 team that served to face the Pan American youth games in Cali Valle Colombia. The importance of carrying out studies that investigate the behavior of the collective offensive game in handball reveals the scope and topicality of this topic, on the use of individual and collective offensive tactical procedures to counteract the opponent's opposition. To fulfill the objective of the research, methods of the theoretical level were used: such as the inductive, deductive and analytical - synthetic and of the empirical level: the structured observation and the criteria of specialists. The main results allowed attributing deficiencies in the circulation of the players and the ball, the fixation to the odd and even player, the splits, the swaps, the continuity of the actions, in the offensive collective tactical combinations, in the game in numerical superiority. The percentages achieved in the offensive aspects present values between 45 and 60, evidencing problems in the construction of the offensive collective game. Likewise, they enabled the design of exercises in correspondence with the verification made. The design made up of 6 exercises aimed at optimizing the collective offensive game of handball in the under 23 women's team was submitted to the criteria of 8 specialists for its evaluation, feasibility and implementation.

Keywords: Design, exercises, contribute, offensive collective game

Introducción

El juego colectivo ofensivo ha sido un tema que ha suscitado cierta controversia dentro del entrenamiento del balonmano. La inquietud por esta faceta del juego ha preocupado habitualmente a los entrenadores a lo largo de los años, quizás, porque el juego colectivo ofensivo ha sido una de las variables que ha condicionado la evolución del balonmano en las últimas décadas. De esta forma, muchos éxitos y fracasos de distintos equipos se han justificado por el perfil ofensivo que mostraban los jugadores. En balonmano, la mayoría de las investigaciones se centran en los comportamientos técnico-tácticos en la fase ofensiva; se estudia la influencia del jugador central en los resultados del juego colectivo (Flores y Anguera, 2018), las variables que influyen en la eficacia de los sistemas ofensivos (Lozano y Camerino, 2012; Lozano, Camerino e Hileno, 2016), los comportamientos de las finalizaciones de los jugadores extremos (Montoya, Moras, y Anguera, 2013), las decisiones tomadas por los árbitros en los partidos (Morillo, Reigal, Hernández-Mendo, Montaña & Morales-Sánchez, 2017) y el juego en situaciones de ataque 2 contra 2 (Prudente, Sousa, Sequeira, López-López & Hernández-Mendo, 2017; Sousa, Prudente, Sequeira, López-López y Hernández-Mendo, 2014). En esta

fase de juego, en el balonmano profesional, se han producido cambios relevantes en los últimos años: la velocidad en las acciones y en la toma de decisiones, y el predominio de relaciones tácticas entre dos o tres jugadores en espacios más reducidos, han derivado a una mayor utilización de los medios tácticos colectivos y a modificar la estructura de juego ofensivo con alternancia hacia un juego combinativo de medios tácticos y las transformaciones de sistemas. Morgado (2012) considera que es una forma superior de combinación, en la que participan habitualmente un número mayor de jugadores y que envuelve en su ejecución la transformación de los sistemas ofensivos (circulaciones y desdoblamientos) y las combinaciones tácticas simples (pase y va, cruce, bloqueo, pantalla, cortina y penetración sucesiva). Esta estructura de juego ha sido estudiada en equipos de balonmano de alto nivel (García, García y Aniz, 2004).

Según Román (2008) La filosofía del juego de ataque tiene una raíz basada en los principios tácticos colectivos del ataque que se orienta y apoya en la calidad técnica táctica individual de una parte, y el aprendizaje de medios tácticos para encontrar soluciones adecuadas contra diferentes estructuras defensivas organizadas. Se trata pues de introducirse en la organización colectiva del ataque para intentar aprovechar al máximo todas las riquezas y las conductas de los jugadores y orientarlas debidamente en función de la estructura defensiva del equipo rival. Conviene ya precisar que el orden atacante no debe confundirse con actuaciones rígidas en el comportamiento colectivo.

En los deportes colectivos, el grado de incertidumbre del juego hace que los jugadores deban adaptarse constantemente a nuevas situaciones en el desarrollo del juego. La capacidad individual del jugador de poder adecuarse a un entorno cambiante para poder solucionar los conflictos del juego se torna en una cualidad fundamental. Además, estas individualidades pueden aglutinarse mediante una serie de grupos pequeños de relaciones, con las cuales solventar los problemas del juego, o bien en grupos grandes que posibiliten la reducción del grado de incertidumbre del juego, o en todo caso, anticiparse a situaciones posibles.

Antón (1998), en su artículo La táctica deportiva y la toma de decisiones plantea que “el objetivo fundamental del comportamiento táctico es encontrar soluciones para la resolución práctica de los distintos problemas que plantean las situaciones de competición”. Las acciones técnicas de manera aisladas no son suficientes para el desarrollo del juego; una acción técnica ejecutada con perfección pero realizada en momento inoportuno o en situación inadecuada no lleva necesariamente al éxito; la elección del gesto técnico ajustada al momento de juego en función del contrario y el compañero es necesaria para el éxito del ataque e igualmente para su continuidad.

Análisis y discusión de los resultados

En la investigación, se empleó fundamentalmente una metodología según el tratamiento de los datos cualitativa cuantitativa. El estudio desarrollado según su profundidad u objetivo se corresponde con un diseño exploratorio descriptivo.

Como categorías principales se definieron el empleo de la táctica individual y los medios colectivos ofensivos.

Para la dimensión continuidad de las acciones se establecieron como indicadores

1. Las acciones aumentar, o mantienen, la ventaja lograda por las acciones precedentes.
2. Mantener la continuidad hasta lograr una ventaja suficiente, evitando forzar las situaciones dudosas.
3. Encadenamiento de las acciones con suficiente rapidez para evitar la amortización defensiva de las ventajas obtenidas.
4. Empleo de acciones sorpresivas para los defensores, dificultando al máximo la capacidad de anticipación.
5. Crear peligro con pocos pasos y pocos gestos.
6. Percepción de toda la zona eficaz y tratamiento global de la información
7. Valoración de los riesgos y evitar las faltas a favor que rompen la continuidad.
8. Movimiento colectivo de balón para desequilibrar

Para la dimensión fijación se establecieron como indicadores

1. Situación en zona eficaz (desde el punto de vista individual).
2. Posición correcta.
3. Ataque a portería (acciones que representen un peligro para la defensa).
4. Actuación en función del colectivo.
5. Dominio de las acciones que se ejecuten (fintas, lanzamientos, etc.).
6. Dominio de pases y recepciones en situaciones de proximidad al oponente.
7. Dominio de los desplazamientos y su adaptación a las exigencias espacio-temporales.
8. Explotación de la fuerza en situaciones de oposición directa.
9. Capacidad de resistencia a esfuerzos cortos y numerosos durante un tiempo largo.

Para la dimensión desdoblamiento se establecieron como indicadores

1. Crear nuevas posibilidades ofensivas.
2. Provocar errores o situaciones de desventajas para la defensa.
3. Romper la igualdad numérica y el reparto de responsabilidades en la defensa.
4. Provocar el cambio de sistema defensivo.
5. Posibilitar y aprovechar la eficacia de los jugadores en otros espacios.
6. Aprovechamiento de otros espacios y explotación de puntos débiles de la defensa.
7. Altos niveles de coordinación.
8. Dominio de los medios tácticos
9. Ajuste temporal y espacial de las acciones.
10. Dominio de las capacidades técnico tácticas y alta eficacia de los jugadores en diferentes puestos. Jugador que se desdobra debe tener dominio del ritmo y momento de intervención.
11. Mantener el equilibrio entre anchura y profundidad, asegurando los apoyos y la circulación del balón.
12. Conocer el juego del pivote y juego entre líneas

Para la dimensión permuta se establecieron como indicadores

1. Desplazamiento del jugador para romper la igualdad numérica y la ubicación en los espacios libres en la defensa.
2. Dominio de las capacidades técnico tácticas y alta eficacia de los jugadores en diferentes puestos.
3. Jugador que permuta debe tener dominio del ritmo y momento de intervención en la acción colectiva.
4. Mantener el equilibrio entre anchura y profundidad, asegurando los apoyos y la circulación del balón.
5. Provocar el cambio de sistema defensivo.

Para la dimensión combinaciones de las fases de juego se establecieron como indicadores

3. Juego constantes, alta velocidad y ritmo del juego
4. Forzar contraataques en todas fases del juego.
5. Dominio en la ejecución rápida y frecuentemente del saque de centro.
6. Ataques rápidos durante el contraataque.
7. Recuperación rápida del balón durante el repliegue defensivo.
8. Tiros a faltas técnicas en el juego organizado de ataque del contrario.
9. Cambio Técnico táctico del ritmo de juego.
10. Desdoblamiento o transformaciones directas son fases de organización combinaciones en ataque posicional

Para la dimensión superioridad numérica se establecieron como indicadores

- Búsqueda de opciones con situación final de dos pivotes.
- Tener presente el espacio libre de finalización con respecto al ángulo de lanzamiento y la ubicación de la defensa
- Facilitar las penetraciones.
- Movimientos similares a situaciones 6:6.

En la presente investigación, se emplearon del nivel teórico el método inductivo deductivo y análisis-síntesis y del nivel empírico los métodos:

- Observación (estructurada, campo): permitió develar las características del fenómeno. Se realizó con el objetivo de caracterizar la problemática, y el comportamiento de cada una de las dimensiones.

Estructurada: es aquella donde el investigador determina anticipadamente que elementos del proceso estudiado o de la situación tienen mayor importancia para su investigación y concentra en ello su atención, preparando un plan o guía para el registro de las observaciones antes de comenzar la recopilación de información.

De Campo: Se realizan en condiciones naturales en la situación real en contacto directo con el objeto estudiado

- **Criterio de especialistas:** Se seleccionaron 8 del deporte de balonmano. De ellos, 7 especialistas y un Master en Ciencias, con un rango de años de experiencia de 4 y 32 años. Estos especialistas han trabajado con equipos deportivos de balonmano femeninos y masculinos y dada su capacidad de análisis, su nivel de dominio en la temática

investigada y resultados satisfactorios en su actividad profesional, posibilitaron concentrar los aspectos metodológico esenciales para conformar el diseño de ejercicios para el juego colectivo ofensivo

Procesamiento estadístico-matemático: se empleó la estadística descriptiva. Se utilizó como medida el análisis porcentual para el análisis cuantitativo de las dimensiones de la investigación.

La concepción metodológica de la investigación se refleja a partir de tres etapas

La primera etapa de la investigación se desarrolla a un nivel fenomenológico. (Estudio teórico previo y diagnóstico de necesidades). Esta propicia la revisión de la bibliografía sobre el empleo de la táctica individual ofensiva y los procedimientos tácticos colectivos ofensivos en el balonmano, lo cual posibilitó que se establecieran las principales definiciones conceptuales acerca del juego ofensivo colectivo en el balonmano de élite. Además, se definió el problema de investigación, el objetivo y se aplicaron las técnicas previstas en la constatación inicial, donde se realizó un diagnóstico del estado actual con relación al empleo de la táctica individual y colectiva ofensiva. En este sentido, se aplicó una guía o protocolo de observación donde se recopilaban todos los datos a partir de los indicadores tácticos, técnicos y físicos establecidos en cada de las dimensiones determinados.

La segunda etapa: Se procedió al diseño de ejercicios para potenciar el juego colectivo ofensivo, a partir del diagnóstico inicial y se sometió dicha propuesta a valoración mediante el criterio de especialistas.

A partir de las técnicas aplicadas, se pudo constatar como principales hallazgos de la investigación la existencia de situaciones adversas y deficiencias en el desarrollo del juego colectivo ofensivo del equipo de balonmano femenino sub 23

Tabla 1

COMPORTAMIENTO DEL JUEGO OFENSIVO												
ITEMS	CONTINUIDAD		FIJACIONES		DESDOBLES		PERMUTAS		COMBINACIONES		S.NUMÉRICA	
EFFECTIV	+	-	+	-	+	-	+	-	+	-	+	-
CUBA	4	9	5	3	2	7	6	9	5	13	3	8
TOTAL	11		8		9		15		18		11	
%	36.3	81.8	62.5	37.5	22.2	77.7	40	60	28	72	27.2	72.7
TOTAL	74											
EFFECTIV	POSITIVOS						NEGATIVOS					
TOTAL	25						49					
%	33.7						66.2					

La tabla 1. Fue tabulada a partir del análisis de los indicadores mencionados en los juegos Panamericanos clasificatorios que sirvieron de antecedentes para los juegos Juveniles Sub 23 Valle Cali Colombia 2021 efectuado en México y la misma refleja como el empleo de los procedimientos tácticos colectivos ofensivos continuidad, desdobles, permutas, combinaciones y superioridad numérica presentan una efectividad de carácter negativo que oscila entre los 60 y el 81, porciento respectivamente, denotando que existen dificultades para

llevar a cabo el juego colectivo ofensivo, solo las fijaciones presentaron una efectividad de carácter positivo. En general del total de acciones (74) 49 resultaron negativas para un alto 66.2% de ineffectividad.

A continuación se propone un análisis individual por cada una de las dimensiones que evidencian las principales deficiencias a partir de los indicadores establecidos.

Continuidad de las acciones: La continuidad de las acciones presupone un principio del juego colectivo su concepción fundamental requiere no aplicar medios de ataque cerrados (jugadas programadas) y exigir el juego en su continuidad. La continuidad para que pueda ser exitosa exige que los jugadores de campo deban estar preparados para actuar de acuerdo con las exigencias que la continuidad plantea.

En sentido general las deficiencias con relación a la continuidad de las acciones están en correspondencia con la incapacidad para mantener la continuidad hasta lograr una ventaja suficiente ya que al no crear el momento idóneo para lanzar esta acción se produce de manera forzada y en situaciones dudosas, los encadenamientos de las acciones no se realizan con suficiente fluidez, existe una baja percepción de toda la zona eficaz y permiten muchas faltas a su favor que rompen la continuidad.

La Fijación: La fijación de su oponente es el objetivo mínimo que debe exigirse al jugador en ataque, tanto en su actividad con balón como cuando está sin él. Existen aspectos de relevante desde lo técnico, lo táctico y lo físico que se consideran importantes en la consecución y explotación de las fijaciones los que se tuvieron en cuenta para evaluar este indicador. Aunque la fijación de un oponente no supone un éxito individual 1x1, si puede suponer una contribución al éxito colectivo. Es un elemento imprescindible en la construcción del juego de conjunto, por lo tanto se aplica en todo sistema ofensivo y ante todo sistema defensivo. Es útil, así mismo, en cualquier fase de ataque. Se emplea fundamentalmente para la ampliación de espacio de los compañeros (tanto en anchura como en profundidad), para romper el principio de ayudas en defensa y para la creación y explotación de situaciones de superioridad numérica.

En sentido general las deficiencias con relación a las fijaciones están en correspondencia con el poco aprovechamiento individual en la zona eficaz, no se ataca directamente y con seguridad a la portería para lograr atraer al contrario, no se logra a partir de las fijaciones un adecuado juego colectivo. Con relación a los factores técnicos existen deficiencias en el dominio de los pases y las recepciones en situación de proximidad al oponente lo que provoca pérdidas de balones así como dificultad para realizar los desplazamientos y adaptarlos a las exigencias espacio temporales. En cuanto a los factores físicos la mayor deficiencia radica en la deficiente explotación de la fuerza en situaciones de oposición directa.

Los desdoblamientos: Los desdoblamiento son los desplazamientos de los jugadores hacia otra posición de juego con el fin de atacar en otras zonas, su utilización requiere además de la iniciativa individual, una coherencia de

organización táctica y una disciplina colectiva que se desarrolla en estrecha relación con la circulación del balón. Se rige por el principio específico de la búsqueda de espacios libres y ser apoyo fuera del puesto, alternando constantemente las posiciones en primera línea de ataque.

Para lograr el éxito se debe provechar y explotar los espacios libres creado en el dispositivo defensivo además de constituir un apoyo eventual sobre el poseedor del balón cuando existe una presión defensiva que dificulta la continuidad

En sentido general las deficiencias con relación con los desdobles están en correspondencia con las deficiencias para provocar errores o situaciones de desventajas para la defensa, así mismo existen dificultades para romper la igualdad numérica y el reparto de responsabilidades en la defensa, poco aprovechamiento de otros espacios y explotación de puntos débiles de la defensa. Pobre circulación de los jugadores para posibilitar y aprovechar la eficacia de estos en otros espacios ya que no se produjeron muchas soluciones a través de la circulación del balón, combinado con otros medios tácticos básicos (pase y va, penetraciones sucesivas, bloqueos etc.). El juego evidenció la poca utilización de jugadoras que invadieran el puesto específico del pívot transformando con ello el sistema inicial de 3:3 con dos pívots en 2:4.

Las permutas: En sentido general las deficiencias con relación a las permutas en las diferentes fases del juego están en correspondencia con los desplazamientos del jugador para romper la igualdad numérica y la ubicación en los espacios libres en la defensa. Poco dominio del jugador que permuta del ritmo y momento de intervención en la acción colectiva.

Combinaciones: En sentido general las deficiencias con relación a las combinaciones en las diferentes fases del juego están en correspondencia con la variación de la velocidad de las acciones del juego ya que este no se desarrolla de manera constante a alta velocidad y ritmo en todas sus fases, así mismo no se trabaja para forzar el contraataque en todas la fases del juego, se evidencia poco dominio en la ejecución rápida y frecuente del saque de centro, de igual manera se evidencian un gran número de tiros y faltas técnicas en el juego organizado de ataque del contrario. Dentro de la estrategia competitiva se necesita un mayor dominio de los rápidos enlaces, adecuada percepción de la situación y buena capacidad de anticipación de las acciones rápidas. Con relación a los aspectos físicos las mayores dificultades están asociadas al déficit en la resistencia especial.

Superioridad numérica: La superioridad numérica para que pueda ser exitosa, debe cumplir algunos parámetros de vital importancia de ahí que se deba encadenar las acciones con suficiente rapidez para evitar la amortización defensiva de las ventajas obtenidas para realizar la finalización por el lugar preestablecido, los jugadores deben estar preparadas para actuar de acuerdo con las exigencias que la superioridad numérica en el juego plantea, crear peligro con pocos pasos y pocos gestos por la zona donde se realizara el ataque, Emplear los movimientos colectivos de balón para desequilibrar al contrario y crear la zona más vulnerable de la defensa.

En sentido general las deficiencias con relación a la superioridad numérica en las diferentes fases del juego están en correspondencia con el poco dominio del campo visual de la defensa contraria y la zona eficaz, los desplazamientos ofensivos se realizaban con lentitud deficiencias en la finalización de las acciones, deficiente juego colectivo para facilitar las penetraciones.

Ejercicios técnico - Tácticos para el juego colectivo ofensivo

Ejercicio # 1. Relacionado con el trabajo en la ejecución de las Penetraciones y Desdobles

Objetivo: Realizar penetraciones aprovechando los espacios producidos por los desdobles

Descripción: Jugador central con posesión del balón se desplaza y realiza pase al jugador interior izquierdo que se desdobra haciendo pantalla al jugador defensivo # 2 el jugador extremo se desplaza en diagonal por sobre los 8 metros en dirección al centro de la zona de 6 mts con intención de realizar el lanzamiento a portería después de recibir el pase del jugador interior derecho realizando el lanzamiento a portería por la pantalla previamente hecha por el jugador central.

Indicaciones metodológicas

1. Realizar ataque en penetración entre las defensas centrales
2. Mejorar la acción de desdobles en tiempo y espacio
3. Perfeccionar técnica de desplazamientos ofensivos

Métodos empleados: Estándar invariable, Intervalo extensivo

Series: 8-10 - Repeticiones: 12-14 - Micro pausa: 3 min - Macro pausa: 6-8 min

Posible aplicación: Defensas adelantadas por los jugadores defensores contrarios.

Ejercicio # 2. Relacionado con el trabajo de la acción de la Continuidad y Permuta.

Objetivo: Crear situaciones de finalización mediante el empleo de la continuidad y permuta.

Descripción: Jugador lateral derecho realiza un pase al jugador central simultáneamente en la acción de permuta con el jugador extremo derecho y el central realizara un pase al jugador del lateral izquierdo desdoblándose contrario a la ejecución del pase, recibiendo después el pase del jugador lateral izquierdo para realizar finalmente el lanzamiento a portería contraria.

La continuidad es efectiva por la calidad táctica del jugador lateral izquierdo con soluciones en dependencia de la respuesta de los jugadores defensores garantizando la continuidad y evidentemente la eficacia en la acción ofensiva.

Indicaciones metodológicas

11. Mejorar la efectividad en la continuidad
12. Perfeccionamiento de la acción de permuta.

13. Máxima coordinación espacio-temporal lo que exige que el movimiento contra este tipo de defensa:

Métodos empleados: Estándar invariable, Intervalo extensivo

Series: 8-10 - Repeticiones: 12-14 - Micro pausa: 3 min - Macro pausa: 6-8 min

Posible aplicación: se debe aplicar en dependencia de la defensa adelantada

Ejercicio # 3. Relacionado con el trabajo del desdoble y la continuidad

Objetivo: Encadenar acciones de desdobles y continuidad

Descripción: Movimiento de engaño que realiza el jugador en la realización del cruce entre jugador central y lateral en el momento de la recepción del pase por el jugador del lateral derecho y seguidamente este le realiza un pase al jugador lateral izquierdo el cual debe atacar entre los 2 defensores con posibilidad de pase al jugador pivote que realizara el lanzamiento a la portería.

Indicaciones metodológicas

1. Mejorar la acción de desdobles
2. Evitar pérdidas de balones y faltas técnicas en la continuidad

Métodos empleados: Estándar invariable, Intervalo extensivo

Series: 8-10 - Repeticiones: 12-14 - Micro pausa: 3 min - Macro pausa: 6-8 min

Posible aplicación: este ejercicio se debe utilizar ante defensas adelantadas

Ejercicio # 4. Relacionado con trabajo de la fijación y la continuidad en superioridad numérica.

Objetivo: Crear los espacios vulnerables a la defensa mediante las fijaciones y la continuidad.

Descripción: El jugador extremo derecho ataca al espacio entre la defensa para fijar al defensor, realiza un pase al interior derecho logrando la continuidad y fijación del ejercicio hasta el extremo izquierdo que finalmente realizara el lanzamiento a portería.

Indicaciones metodológicas

- Mejorar la fijación de los jugadores con relación al jugador defensor.
- Se debe Perfeccionar la continuidad en el juego.

Métodos empleados: Estándar invariable, Intervalo extensivo

Series: 8-10 - Repeticiones: 12-14 - Micro pausa: 3 min - Macro pausa: 6-8 min

Posible aplicación: se debe realizar este ejercicio ante una Defensa 6 - 0 (Superioridad Ofensiva)

Ejercicio # 5. Relacionado con el trabajo de La permuta, fijación y continuidad.

Objetivo: combinar modos de actuación en puestos específicos colindantes mediante la fijación y la continuidad.

Descripción: En este ejercicio el jugador central juega con el pivote, realizando un desplazamiento e inmediatamente realizar una permuta sin balón con el

jugador del lateral izquierdo. A partir de ese momento se generan una serie de posibilidades tácticas; pase al jugador del lateral izquierdo en la nueva situación, lanzamiento aprovechando el bloqueo frontal del pivote. La continuidad se asegura con el apoyo del jugador del lateral derecho en cruce o bien con cambio de sentido del pase y penetraciones del central y el extremo derecho en el extremo.

Indicaciones metodológicas

- Mejorar las acciones de permuta
- Realizar fijación de jugadores contrarios en el momento de la acción ofensiva.
- Perfeccionar la continuidad del balón por parte de los jugadores atacantes.
- Realizar acción de penetraciones sucesivas entre las defensas contrarias.

Métodos empleados: Estándar invariable, Intervalo extensivo

Series: 8-10 - Repeticiones: 12-14 - Micro pausa: 3 min - Macro pausa: 6-8 min

Posible aplicación: Se debe realizar este ejercicio ante una Defensa 6- 0

Ejercicio # 6. Relacionado con el trabajo de la continuidad, desdobles, penetración y fijación.

Objetivo: Evitar la pérdida de balón y faltas a favor que rompan la continuidad

Descripción: Iniciar y posibilitar inmediatamente penetraciones y aumentar el ritmo y la velocidad de juego con el jugador central que le realiza un pase al lateral derecho desplazándose inmediatamente por delante y recibiendo de nuevo el balón con el objetivo de penetrar entre los defensores de ese espacio o facilitar el lanzamiento del jugador extremo derecho. El juego aumenta en creatividad en la medida en que el jugador del lateral derecho realiza la finta y provoca otras acciones de pase. Con los demás jugadores del equipo.

Indicaciones metodológicas

1. Realizar los movimientos de continuidad con movimientos rápidos y precisos.
2. Se deben mejorar los desdobles
3. Garantizar la realización de penetración y fijación con efectividad

Métodos empleados: Estándar invariable, Intervalo extensivo

Series: 8-10 - Repeticiones: 12-14 - Micro pausa: 3 min - Macro pausa: 6-8 min

Posible aplicación: Se debe realizar este ejercicio ante una defensa 6- 0 y 5+1

La propuesta de ejercicios sirvió como preparación técnico - táctica de base, para enfrentar los Juegos Juveniles Cali Valle Colombia. A partir de su implementación

en el mencionado evento. Es importante resaltar que aunque Cuba a pesar de alcanzar el cuarto lugar se produjeron resultados de importancia y significación expresados en la victoria alcanzada ante los equipos de Brasil, México,

Dominicana y Puerto Rico altos exponentes del balonmano femenino sub 23 en el área evidenciado fundamentalmente en el mejoramiento de las deficiencias en la construcción del juego ofensivo colectivo del equipo de balonmano femenino sub 23 de Cuba.

La tabla a continuación muestra el resultado alcanzado en las diferentes dimensiones investigadas en relación al juego colectivo ofensivo en los Juegos Juveniles Cali Colombia.

COMPORTAMIENTO DEL JUEGO OFENSIVO												
ITEMS	CONTINUIDAD		FIJACIONES		DESDOBLES		PERMUTAS		COMBINACIONES		S.NUMÉRICA	
EFFECTIV	+	-	+	-	+	-	+	-	+	-	+	-
CUBA	11	8	13	7	10	12	9	5	10	11	8	6
TOTAL	19		20		22		14		21		14	
%	57.8	42.1	65	35	45.4	54.5	64.2	35.7	47.6	52.3	57.1	42.8
TOTAL	110											
EFFECTIV	POSITIVOS						NEGATIVOS					
TOTAL	61						49					
%	55.4						44.5					

Como demuestra la tabla, de 6 dimensiones que presentaron una efectividad negativa en el evento Panamericano clasificatorio efectuado en México, para los juegos Juveniles Sub 23 Valle Cali Colombia 2021 solo 2 presentaron una efectividad de carácter negativo y 4 alcanzaron una efectividad de carácter positivo con una efectividad general positiva de 55.4 % superior al 33,7 % alcanzado en el clasificatorio de México

Conclusiones

La determinación de los fundamentos y presupuestos teóricos y metodológicos que sustentan el estudio, permitieron determinar que la filosofía del juego de ataque tiene una raíz basada en los principios tácticos colectivos ofensivos en el balonmano femenino moderno.

El diagnóstico realizado permitió identificar las principales deficiencias con relación al empleo de la táctica ofensiva individual y los procedimientos tácticos colectivos en la construcción del juego colectivo ofensivos del equipo femenino sub 23 de balonmano.

Mediante el criterio de los especialistas de alto rigor científico, se obtuvo una valiosa valoración de los ejercicios técnico tácticos en cuanto a su diseño, utilidad y viabilidad, cuyos objetivos y contenido responden a la problemática identificada en el diagnóstico.

Referencias

Antón, J.L. (1998). Balonmano, Táctica grupal ofensiva: concepto, estructura y metodología. Madrid: Gymnos.

- Flores, J., Anguera, M. T. (2018). Patrón de juego en balonmano según el jugador que ocupa la posición de central. Apunts: Educación Física y Deportes, [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.cat.\(2018/4\)](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.cat.(2018/4)).
- García, T., García, J. A, & Aniz, I. (2004). Análisis de la estructura del ataque en equipo de alto nivel de balonmano. Apuntes. Educación Física y Deportes. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2015/4\).122.01](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2015/4).122.01)
- Lozano, D., & Camerino, O. (2012). Eficacia de los sistemas ofensivos en balonmano. Apuntes. Educación Física y Deportes. doi: 10.5672/apunts.2014-0983.es.(2012/2)
- Lozano, D., Camerino, O., Hileno, R. (2016). Interacción dinámica ofensiva en balonmano de alto rendimiento. Apuntes. Educación Física y Deportes [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2016/3\)](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2016/3)).
- Montoya, M., Moras, G., & Anguera, M. T. (2013). Análisis de las finalizaciones de los jugadores extremo en balonmano. Apuntes. Educación Física y Deportes. doi: 10.5672/ apunts.2014-0983.es. (2013/3).
- Morgado, A. P. (2012). Análisis de los factores de eficacia de las acciones de prefinalización y finalización en ataque organizado en balonmano de alto nivel. (Tesis doctoral). Universidad de Castilla-La Mancha. Toledo, España. <https://doi.org/10.4995/thesis/10251/54108>
- Morillo, J.P., Reigal, R.E., Hernández - Mendo, A., Montaña, A. & Morales Sánchez, V. (2017). Decision-Making by Handball Referees: Design of an ad hoc Observation Instrument and Polar Coordinate Analysis. Front. Psychol. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01842>
- Prudente, J., Sousa, D., Sequeira, P., López- López, J. A. & Hernández - Mendo, A. (2017). Analyzing the influence of playing time and partial score on the tactical behavior in the duel 2 vs 2 in the offensive process in handball, using the polar coordinates technique. Anales de psicología, 33(3), 515 - 529 doi.org/10.6018/analesps.33.3.271071
- Román, J. D. (2008). Táctica colectiva grupal en ataque: los modelos en el balonmano español. E-balonmano.com: Revista de Ciencias del Deporte.
- Sousa, D. J., Prudente, J., Sequeira, P., López- López, J. A., Hernández-Mendo, A. (2014). Análisis de las situaciones de juego 2 vs 2 en el campeonato europeo masculino de balonmano 2012: Aplicación de la técnica de coordenadas polares, doi.org/10.4321/S1578-84232015000100018.