

COORDINACIÓN DE PIERNAS Y BRAZOS EN GOLPES RECTOS DE LOS BOXEADORES PIONERILES DEL PLAN TURQUINO

Lic. Carlos Manuel Prego Sánchez

Dr. C. Octavio Bruceta Serrano.

Profesor Titular, Universidad de Holguín. Facultad de Cultura Física de Holguín, <https://orcid.org/0000-0003-3387-3409>, obrucetas@gmail.com, obrucetas@uho.edu.cu.

Dr. C. Elsa Sivila Jiménez

Profesor Titular, Universidad de Holguín. Facultad de Cultura Física de Holguín.

RESUMEN

La necesidad de transformar el rendimiento técnico en los boxeadores pioneriles requirió de la elaboración de una alternativa metodológica, para perfeccionar la coordinación de piernas y brazos en golpe recto a la cara de los boxeadores de la categoría pioneril del combinado deportivo Mariano Mestre Serrano perteneciente al Plan Turquino en Sagua de Tánamo, sobre la base de la relación entre el desempeño y el contexto en que se desarrolla el boxeador, lo que posibilitará resolver las insuficiencias en relación con las transformaciones que se realizan en los modos y medios de los sistemas de entrenamiento deportivo y dar respuesta a las exigencias actuales del deporte. Para ello se determinaron los fundamentos teórico-metodológicos, se utilizaron métodos teóricos, empíricos y técnicas matemático-estadísticas que permitieron conocer el estado actual del objeto de estudio y se modeló su utilización e implementación práctica mediante ejercicios. Se determinaron las estructuras y funciones, estableciéndose nuevas relaciones dialécticas, de los subsistemas que conforman el mismo. Dentro de las conclusiones sobresalen el respaldo teórico al perfeccionamiento de la coordinación de piernas y brazos en golpes rectos, así como la factibilidad de la metodología y los criterios brindados por especialistas al respecto. Se emplean bibliografías actualizadas que respaldan el estudio.

Palabras clave: boxeo, coordinación de piernas y brazos, golpe recto.

INTRODUCCIÓN

Origen del Boxeo se remonta al surgimiento del hombre cuando debió defenderse con los puños ante los animales y sus semejantes. Se ha observado desde los antiguos papiros egipcios anteriores al 400 a.c, imágenes de soldados del Faraón boxeando, protegidos del antebrazo al codo por una especie de cesto. En sus inicios adoptó una forma inhumana y brutal que con el tiempo fue transformándose hasta llegar a humanizarse.

Esta disciplina fue evolucionando hasta convertirse hoy en día en deporte olímpico. El arte de golpear y no ser golpeado es la esencia de esta disciplina para que el atleta logre la victoria. Sus reglas comenzaron a establecerse a principios del siglo XVIII, por el británico James Figg, 100 años más tarde, otro británico, el Marqués de Queensberry ofreció unas normas muy similares a las actuales. De Europa el boxeo pasó a América con Estados Unidos a la cabeza en los inicios del

Siglo XIX. La Asociación de Boxeo Amateur, (AIBA)

Se introduce en Cuba en el año 1910 por el Chileno John Budinich, procedente de los Estados Unidos, quien funda y dirige el primer gimnasio destinado a la práctica de este deporte, en el territorio que hoy ocupa Ciudad de La Habana. La propagación del boxeo por el resto de la Isla se produce lentamente, llega a Santiago de Cuba nueve años después, extendiéndose por todo el Oriente Cubano.

En 1921 se fundó la Federación Cubana de Boxeo, presidida por el Coronel Rosendo Collazo; el primer torneo se inauguró en el año 1939, al que se le denominó “Guantes de Oro” y que pretendió ser para los boxeadores aficionados del país, pero sin lograrlo. La escena pugilística fue dominada por el profesionalismo desde el 1910 a 1962. Se destacaron grandes figuras internacionales como: Kid Tunero, Kid Gavilán, Kid Paret, Kid Charol, Mantequilla Nápoles, Urtiminio Ramos y nuestro sin igual Campeón Mundial Eligio Sardiña Nápoles (Kid Chocolate). En esta etapa predominó el boxeo profesional sobre el amateur.

Después del triunfo de la revolución se crea el Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación (INDER), lo cual dictó algunas resoluciones de carácter general y en lo particular a este deporte, entre ellas: se suspende definitivamente el espectáculo de boxeo profesional, se organiza en su lugar el boxeo formativo y el competitivo de cuyas canteras surgirían los atletas que representarían a Cuba en los eventos nacionales e internacionales alcanzando relevantes resultados. Además, con el ordenado y planificado entrenamiento, unido al conocimiento de los grandes entrenadores de Cuba, se fundó la Escuela Cubana de boxeo, reconocida a nivel nacional e internacional Santana, Quian y García, (2017).

DESARROLLO

El boxeo es un deporte individual donde se compite por categorías de edades y divisiones de peso, se caracteriza por el dinamismo y la variabilidad de sus acciones, en el cual para alcanzar altos resultados competitivos los boxeadores deben dominar y perfeccionar los elementos técnico-tácticos y físicos de este deporte. Alburquerque, (2015).

En la última década el Boxeo ha aumentado su desarrollo en el mundo y sus exigencias cada día son mayores en los eventos competitivos. Casi todos los practicantes de este deporte usan la ciencia en función del desarrollo de sus púgiles y la obtención de los resultados deportivos, llegando la hora de trascender la era de la realización de entrenamientos intuitivos y empíricos y dando paso a los de carácter científico.

La experiencia del entrenador, la revisión del programa integral del deportista, planes de clases, planes de entrenamiento, así como la observación a unidades de entrenamiento de boxeo en el combinado Mariano Mestre Serrano perteneciente al Plan Turquino en el municipio de Sagua de Tánamo permitió al investigador detectar las siguientes insuficiencias empíricas:

- En el programa integral de preparación del deportista de boxeo no aparece definida una metodología para trabajar la coordinación en la categoría 11-12 años.
- Limitado conocimiento por parte de los entrenadores respecto a los estudios sobre el entrenamiento de la coordinación en esta categoría.

- Los practicantes realizan los golpes rectos con poca efectividad al no realizar eficientemente la coordinación de piernas y brazos, lo que incide en el desempeño técnico del competidor.

En la busca de referentes teórico-metodológicos que fundamenten el desarrollo de la coordinación de piernas y brazos en golpes rectos en los boxeadores se pudo constatar que las capacidades condicionales como las coordinativas son fundamentales en la práctica deportiva. El adecuado desarrollo de las capacidades coordinativas en períodos de iniciación deportiva, con un apropiado estímulo de las capacidades condicionales, ayudará a formar deportistas más preparados para el ámbito competitivo.

La importancia de la coordinación en el boxeo precisa de una cadena de acciones que, en parte, se suceden a gran rapidez, donde apenas queda tiempo para pensar. En esa forma las decisiones correctas deben tomarse de manera automática. Por ello tienen una gran influencia en el rendimiento aquellas habilidades del deportista como es el caso de la coordinación y la maestría consecuente.

A pesar de constituir la coordinación de piernas y brazos en la ejecución de los golpes rectos un aspecto favorecedor del correcto desempeño del boxeador y sus resultados deportivos, el tratamiento actual de coordinación se sustenta fundamentalmente en concepciones empíricas, de lo cual no queda exenta la categoría pioneril de boxeo, Domínguez (1997).

En el boxeo los golpes (recto, gancho y cruzado) dirigido a la cara y al tronco constituyen el arma fundamental de ataque y contraataque. Por tanto, con la maestría y efectividad que estas acciones ofensivas se ejecuten y la capacidad del boxeador de defenderse de las acciones del contrario, determinarán un resultado adverso o no en el combate.

Los golpes rectos ocupan el mayor por ciento de los ataques en la categoría pioneril. Para ellos es necesario lograr buena coordinación de piernas y brazos que posibiliten mayor acierto ofensivo en el boxeo. De tal manera es de vital importancia la efectividad de estas acciones, pues el mayor por ciento de las victorias se deriva de un adecuado ataque con estos golpes.

Investigadores afines con el tema González, Sagarra y Díaz (2008), Pedroso (2011), Suarez (2014), Alburquerque (2015), Ramos (2015), Machuat (2017), Moreno (2017), Canales (2017), Ardelia, Melgarejo, y Galindo (2017), Saavedra (2018), Aguilar (2019), Moreira (2020), Mejía (2020), Chávez (2021) dirigen su mirada al tratamiento en edades tempranas respecto a la potenciación e importancia en los practicantes para el desarrollo del control motor durante la iniciación deportiva y la actividad física de forma general.

Así, se propician métodos y actividades que desarrollen esa capacidad de los alumnos. Sin embargo, quedan vacíos teóricos en el trabajo de la coordinación en el boxeo de iniciación. En este sentido son insuficientes las evidencias sobre el tratamiento particular a esta capacidad en el boxeo bajo las condiciones de las áreas deportivas, así como en boxeadores pioneriles del Plan Turquino según las evidencias socializadas. Tal afirmación se evidencia en investigaciones a nivel internacional, nacional y local que determinan las siguientes insuficiencias teóricas.

- Constituye una regularidad los limitados estudios dirigidos a la coordinación de piernas y brazos en golpes rectos a la cara de los boxeadores de la categoría pioneril en el contexto nacional y local.

- Se valora como tendencia la diversidad de enfoques y procedimientos en torno al tratamiento metodológico de la coordinación de piernas y brazos en golpes rectos a la cara, de los boxeadores de la categoría pioneril y su contextualización.
- No se aprecian nexos de continuidad e integración de los estudios que existen sobre la coordinación de piernas y brazos en golpes rectos a la cara de los boxeadores de la categoría pioneril.

Las insuficiencias empíricas y teóricas permitieron determinar cómo situación problemática. Las deficiencias que presentan los boxeadores de la categoría pioneril del Combinado Deportivo Mariano Mestre Serrano perteneciente al Plan Turquino del municipio Sagua de Tánamo en la coordinación de piernas y brazos en golpes rectos a la cara, limitan el perfeccionamiento técnico y mejores resultados competitivos.

A partir de esta situación problemática se determina como Problema científico: ¿Cómo perfeccionar la coordinación de piernas y brazos en golpes rectos a la cara de los boxeadores de la categoría pioneril del Combinado Deportivo Mariano Mestre Serrano del Plan Turquino en Sagua de Tánamo?

Por tanto, el Objeto de Investigación se enmarca en: el entrenamiento de la coordinación en el boxeo.

El problema planteado conllevó a elaborar el siguiente Objetivo: elaborar una alternativa metodológica, para perfeccionar la coordinación de piernas y brazos en golpes rectos a la cara de los boxeadores de la categoría pioneril del Combinado Deportivo Mariano Mestre Serrano del Plan Turquino en Sagua de Tánamo.

Se precisa como campo de acción: la coordinación de piernas y brazos en golpes rectos a la cara de los boxeadores de la categoría pioneril del Combinado Deportivo Mariano Mestre Serrano del Plan Turquino en Sagua de Tánamo.

Para orientar el proceso investigativo se formularon las siguientes preguntas científicas:

¿Cuáles son los fundamentos teórico-metodológicos que sustentan el entrenamiento de la coordinación en el boxeo?

¿En qué estado se encuentra la coordinación de piernas y brazos en golpes rectos a la cara de los boxeadores de la categoría pioneril del Combinado Deportivo Mariano Mestre Serrano del Plan Turquino en Sagua de Tánamo?

¿Qué recurso implementar para el perfeccionamiento de la coordinación de piernas y brazos en golpes rectos a la cara de los boxeadores de la categoría pioneril del combinado deportivo Mariano Mestre Serrano del Plan Turquino en Sagua de Tánamo?

¿Cuál es la factibilidad de la alternativa metodológica para el perfeccionamiento de la coordinación de piernas y brazos en golpes rectos a la cara de los boxeadores de la categoría pioneril del Combinado Deportivo Mariano Mestre Serrano del Plan Turquino en Sagua de Tánamo?

Para ser viable la investigación y darle cumplimiento al objetivo propuesto se desarrollan las tareas científicas siguientes:

Determinar los fundamentos teórico-metodológicos que sustentan el entrenamiento de la capacidad coordinación en el boxeo.

Diagnosticar el estado actual que presenta la coordinación de piernas y brazos en golpes rectos a la cara de los boxeadores de la categoría pioneril del Combinado Deportivo Mariano Mestre Serrano del Plan Turquino en Sagua de Tánamo.

Diseñar una alternativa metodológica para el perfeccionamiento de la coordinación de piernas y brazos en golpes rectos a la cara de los boxeadores de la categoría pioneril del Combinado Deportivo Mariano Mestre Serrano del Plan Turquino en Sagua de Tánamo.

Evaluar la factibilidad de la alternativa metodológica para el perfeccionamiento de la coordinación de piernas y brazos en golpes rectos a la cara de los boxeadores de la categoría pioneril del Combinado Deportivo Mariano Mestre Serrano del Plan Turquino en Sagua de Tánamo.

En el desarrollo de la investigación se emplearon métodos teóricos, empíricos y estadísticos-matemáticos que posibilitaron determinar elementos de carácter cualitativo y cuantitativo para darle solución a las tareas propuestas.

Como métodos teóricos se utilizaron:

Histórico-lógico: en el análisis y evolución de diversas concepciones relacionadas con el entrenamiento de la coordinación en el boxeo y su incidencia en el desarrollo deportivo actual.

Analítico-sintético: se utilizó para la caracterización del objeto y campo de la investigación, así como para analizar y sintetizar la información obtenida de la literatura consultada, los documentos de planificación, los datos obtenidos de la aplicación de los métodos empíricos y descubrir relaciones y la lógica a seguir en la obtención de los conocimientos científicos relacionados con la investigación actual en el proceso de entrenamiento en el boxeo en la iniciación deportiva.

Inductivo - deductivo: este método permitió interpretar los datos empíricos; así como descubrir regularidades importantes y relaciones entre los distintos componentes de la investigación.

Como métodos empíricos se utilizaron:

Observación: se utilizó en las sesiones de entrenamiento y competencias para verificar la insuficiente coordinación de piernas y brazos en golpes rectos a la cara en boxeadores de la categoría pioneril del Combinado Deportivo Mariano Mestre Serrano del Plan Turquino en Sagua de Tánamo.

Entrevista: realizada a entrenadores y deportistas, para obtener información acerca del resultado de los ejercicios propuestos para perfeccionar la coordinación de piernas y brazos en golpes rectos a la cara. En todos los casos se desarrollaron entrevistas abiertas, a partir de una idea sugerente. Las mismas se aplicaron al inicio y al final de la puesta en práctica y experiencias.

Encuesta: fue aplicada a entrenadores del combinado deportivo Mariano Mestre Serrano del Plan Turquino en Sagua de Tánamo con el objetivo de conocer los criterios y experiencias relacionados con el estado actual de la coordinación de piernas y brazos en golpes rectos a la cara de los boxeadores pioneriles.

Análisis de documentos: los aspectos normativos, orientaciones, planes y programas de preparación del deportista, estrategias curriculares, acuerdos de reuniones a diferentes niveles para conocer la planificación de esta capacidad y recopilar información sobre el estado actual de la coordinación de piernas y brazos en golpes rectos a la cara, métodos, procedimientos y medios para su aplicación.

Criterio de especialista: fue considerada para la recolección de los criterios valorativos y opiniones sobre la elaboración, organización y evaluación de la alternativa metodológica, con el propósito de someter los procedimientos metodológicos a un análisis, en función de su retroalimentación y perfeccionamiento estructural y funcional.

La medición: posibilita comprobar en dos momentos a través de un pre test y un pos test el estado y las transformaciones del comportamiento de la coordinación de piernas y brazos en golpes rectos a la cara alcanzado por los boxeadores, permitiendo que dichos datos sean evaluados y procesados estadísticamente para inferir resultados.

Dentro de los métodos matemáticos- estadísticos utilizados se encuentran:

La estadística descriptiva: para realizar el procesamiento de los instrumentos iniciales y finales empleados.

Cálculo porcentual: para ponderar los resultados de los instrumentos aplicados para la obtención de datos.

La prueba de Willcoxon en el procesamiento de la escala valorativa de la medición con el objetivo de evaluar los cambios significativos ocurridos en el pre test y el pos test.

CONCLUSIONES

El boxeo es uno de los deportes que le aporta a Cuba los mejores resultados en los Juegos Olímpicos, pero también, es para Holguín la disciplina con más lauros internacionales destacándose figuras como Mario César Kindelán Mesa, Ángel Espinosa Capo, Arnaldo Mesa Bonell y Manuel Martínez Crespo entre otros, estos galardones fueron fruto de la calidad del boxeo de esta provincia.

El municipio de Sagua de Tánamo cuenta con figuras destacadas como es el caso de Julián Muños y Pablo de la Cruz sub campeones nacionales del torneo Playa Girón considerado uno de los eventos más fuertes del mundo por la cantidad de participantes campeones Olímpicos, Mundiales, Panamericanos y Centroamericanos.

BIBLIOGRAFÍA

Ardelia, A., Melgarejo, V., y Galindo, D. (2017). Influencia de un programa de ejercicios físicos sobre la Capacidades Coordinativas en población escolar. Rev. salud. hist. sanid. on – line. Disponible en <http://www.>

Canales Lagos, S.E. (2017). Influencia del Salto de Cuerda en la Coordinación, Velocidad, Agilidad y Resistencia Cardiorrespiratoria. Tesis Maestría. Escuela Superior de Educación y Ciencias Sociales de Leira.