

Tipo de artículo: Artículo original

Recibido: 05/05/2020

Aceptado: 09/08/2020

El tratamiento metodológico de la preparación técnico-táctica en luchadores escolares de Villa Clara

The methodological treatment of technical-tactical preparation in school wrestlers from Villa Clara

Ricardo Enrique Ibañez Díaz^{1*}, Rafael de Mato Navelo Cabello², Mercedes de Armas Paredes³

¹ Dirección Municipal de Deportes, Santa Clara, Villa Clara, Cuba. Orcid 0000-0003-3373-1283

² Universidad Central "Marta Abreu" de Las Villas. Facultad de Cultura Física, Cuba. Orcid 0000-0002-6634-2076

³ Universidad Central "Marta Abreu" de Las Villas. Facultad de Cultura Física, Cuba. Orcid 0000-0002-4273-0680

* Autor para correspondencia: ridiaz@uclv.cu

Resumen

La preparación técnico-táctica en la Lucha Olímpica (estilo Libre y Greco-romana) es una de las menos estudiadas, dado entre otras cosas por la complejidad de su tratamiento, siendo este tipo de preparación una de las más débiles mostradas por los luchadores villaclareños en las diferentes competiciones. Por lo anterior se hace necesario el estudio en esta temática, en especial el de la enseñanza y perfeccionamiento de los elementos técnicos y el estudio del pensamiento táctico del luchador en las acciones técnico-tácticas. El estudio tiene como objetivo diagnosticar el estado actual que presenta el tratamiento metodológico de la preparación técnico-táctica en la Lucha Olímpica escolar villaclareña acorde a las demandas competitivas y las exigencias del deporte actual. Sus resultados brindan la posibilidad de perfeccionar el entrenamiento técnico-táctico. Se ofrece la situación actual que presenta el tema en cuanto a la preparación técnico-táctica durante el período preparatorio de los luchadores, apoyándose en el análisis de documentos, la observación, la entrevista y la triangulación. Se pudo conocer que la producción intelectual existente en este deporte es más rica en temas sobre técnica y condición física que en lo técnico-táctico. Se determinan insuficiencias en la conceptualización en torno al tratamiento técnico-táctico, en la aplicación de los métodos, así como de sus contenidos y un papel absoluto del entrenador en dicho proceso, lo que limita las posibilidades de los luchadores en cuanto a su independencia en la toma de decisiones.

Palabras clave: Lucha olímpica, tratamiento metodológico, preparación técnico-táctica

Abstract

The technical-tactical preparation in the Olympic Wrestling (Freestyle and Greco-Roman styles) is one of the less studied due, among other things by the complexity of its treatment, being this type of preparation, one of the weakest shown by Villa Clara fighters in the different competitions. That is why it is necessary to study this subject, especially the teaching and improvement of technical elements and the study of the fighter's tactical thinking in technical-tactical actions. The study aims to diagnose the current state presented by the methodological treatment of technical-tactical preparation in the Villa Clara school Olympic Wrestling according to the competitive and of the current sport demands. Its results provide the possibility of perfecting technical-tactical training. The current situation presented by the subject in terms of technical-tactical preparation during the preparatory period of the fighters is shown, based on the analysis of documents, observation, interview and triangulation. It was possible to know that the existing intellectual production in this sport is richer in subjects about technique and physical condition than in the technical-tactical. Insufficiencies are determined in the conceptualization around the technical-tactical treatment, in the application of methods, as well as of its contents and an absolute role of the coach in that process, which limits the possibilities of the fighters in terms of their independence in decision making

Keywords: *Olympic Wrestling, methodological treatment, technical-tactical preparation*

Introducción

Para el mantenimiento de altos rendimientos en luchadores escolares es necesaria la comprensión del complejo proceso de entrenamiento y la búsqueda de diferentes alternativas que posibiliten la mejora de la preparación de los luchadores, de manera que se puedan solucionar los obstáculos que puedan aparecer en la preparación.

Los requerimientos físicos y técnicos se incrementan vertiginosamente a partir de los diferentes estudios científico investigativos, ya que en este sentido existe una extensa producción intelectual a través de revistas, libros y un gran número de publicaciones que persiguen aumentar el conocimiento referente a estos componentes del proceso de entrenamiento, sin embargo, un componente de vital importancia para los deportes de combate y en especial para la Lucha Olímpica, es el componente técnico-táctico.

Navelo, R. (2001) define la preparación técnico - táctica como un proceso pedagógico donde se produce la transmisión y asimilación de la técnica y la táctica deportiva en una unidad dialéctica, de manera que el jugador logre de forma efectiva la solución de las tareas motrices en el juego. Sin

embargo, tal concepción no se ha desarrollado en toda su magnitud, un ejemplo de ello es lo expresado por Morales, A. (2002) que compara el entrenamiento en las diferentes preparaciones y determina las diferencias en cuanto a su tratamiento.

Se infiere de ello que, como resultado histórico del proceder, se ha contado con luchadores con un elevado componente físico, volitivo y técnico, y en estos momentos corresponde armarlo de una adecuada preparación técnico-táctica, de manera que cumpla con las expectativas y las demandas competitivas contemporáneas cada vez más exigentes.

Otras investigaciones realizadas sobre el tema, coinciden en que existe una gran interdependencia entre lo técnico-táctica y factores psicológicos, entre los cuales se ha hecho énfasis en los conocimientos, el nivel de razonamiento y la experiencia anterior.

Del Pino y S. (2003) establecen que, en luchadores de la Selección Nacional, la capacidad intelectual se relaciona con los conocimientos teóricos sobre el tema. Sin embargo, los factores psicológicos implicados en la táctica, comprenden otras esferas además de la cognitiva. En esta dirección también López, R. (2010) destaca la importancia de la concentración necesaria que permita una adecuada conducción técnico-táctica del combate, pero no llega a brindar procedimientos para enfrentar el proceso de preparación técnico- táctica del luchador.

Por otra parte, López-Ros y Sargatal (2014) reconocen la unidad técnico-táctica al plantear que, dado un contexto deportivo determinado, puede tener una dimensión técnica y otra táctica y esto debería ser relevante para la práctica, fundamentalmente porque si solo se considera una de las dos dimensiones, el entrenamiento se planteará de forma diferente que si se considera de conjunto.

Milán y Cabrales (2016) consideran que la preparación técnico-táctica incluye el perfeccionamiento de los procedimientos racionales de solución de los problemas que surgen en el proceso de la competencia y, el desarrollo de capacidades especiales que determinan la efectividad en el combate, las cuales deben interrelacionarse en un mismo contexto. La preparación técnico-táctica se ha convertido en un eslabón fundamental en la formación general del deportista y actúa como factor determinante en el rendimiento y en el triunfo competitivo.

De igual manera Milán y Cabrales (2016) destacan que cuando se hace mención de las acciones técnico-tácticas, es posible que alguien se pregunte el por qué se unen dos componentes de la preparación en uno sólo y es importante aclarar que en la Lucha estos son insolubles, ya que durante el aprendizaje y perfeccionamiento de un elemento técnico tiene que estar presente siempre la táctica, pues hay que considerar la condición favorable que se presente o se propicie para alcanzar el éxito del mismo.

Por otra parte, Barkov (2017) realiza un estudio en los combates de Lucha Libre de la Universidad Estatal de Moscú cuyos datos y análisis dieron los medios para ofrecer recomendaciones prácticas a los luchadores universitarios. Dicha investigación muestra una valoración de acciones del combate como elemento esencial en la medida del rendimiento.

Además en la Lucha Olímpica la preparación técnico-táctica ha sido abordada por autores como Guevara, L.F. (2014) y González, S. (2017) que ofrecen un grupo de elementos que permiten guiar el accionar técnico-táctico del luchador, pero solo se limitan a dar recomendaciones físicas y técnicas, reduciendo así la riqueza del aspecto táctico que no solo se limita a esto, además de ser propuestas en las que su método para la enseñanza es directivo; también por Argudo (2020) quien reconoce indistintamente la independencia y unidad técnico-táctica en la preparación en la Lucha Olímpica.

Se ha considerado en esta investigación el reconocimiento por parte de los directivos y entrenadores de la Lucha Olímpica en Villa Clara, en reuniones de análisis de las Olimpiadas Nacionales Juveniles y en plenarias del deporte, la necesidad de perfeccionar el tratamiento metodológico en el entrenamiento, los criterios de diversos autores y especialistas, así como las consideraciones brindadas por diferentes investigadores a partir de sus resultados en el orden internacional y nacional.

También se tiene en cuenta lo expresado en el informe de la Comisión Nacional que plantea que en Villa Clara, relacionado con la preparación técnico-táctica, resultan insuficientes los estudios realizados en cuanto a su orientación metodológica, provocando limitaciones en la planificación, organización y ejecución del proceso, lo cual afecta el desarrollo armónico del luchador. Además, demuestran la necesidad de buscar nuevas variantes metodológicas que ayuden a realizar un mejor desempeño de los entrenadores de Lucha Olímpica. (Comisión Nacional de Luchas 2016)

A partir de la situación problemática señalada anteriormente se arriba al siguiente problema científico: ¿En qué condiciones se encuentra el tratamiento metodológico de la preparación técnico-táctica en los luchadores escolares villaclareños?

En correspondencia con ello se plantea como objetivo: Diagnosticar el estado actual que presenta el tratamiento metodológico de la preparación técnico-táctica en la Lucha Olímpica escolar villaclareña.

Metodología

La investigación que se realiza tiene un carácter no experimental debido a que el fenómeno se observa tal y como es, sin que el investigador manipule las variables ni tenga control directo sobre ellas, sino que sólo puede constatar sus efectos como totalidad. Es de tipo exploratoria en cuanto se realiza para obtener un primer conocimiento de la situación donde se piensa realizar una investigación posterior.

En este tipo de investigación se asume el carácter descriptivo pues cumple con la descripción de los fenómenos. Utiliza métodos descriptivos como el análisis de documentos, para estudiar los documentos normativos y metodológicos del proceso, relacionados con el tema objeto de estudio.

La observación, para constatar en la práctica la aplicación del tratamiento metodológico de la preparación técnico-táctica en los luchadores escolares de Villa Clara. La entrevista, para conocer cuál es el estado actual que presenta el tratamiento metodológico de la preparación técnico-táctica en los luchadores escolares villaclareños y la triangulación que permitió determinar los elementos que sustentan los resultados alcanzados.

Resultados y discusión

Análisis de documentos

Posibilitó recopilar información, con vista a describir la realidad del tratamiento de la preparación técnico-táctica del luchador. Se consultan los documentos que son rectores en el trabajo del Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación (INDER) y se particulariza en los contemplados por la Comisión Nacional y Provincial de Luchas como: el Programa Integral de

Preparación del Deportista (PIPD) principal documento y guía del trabajo metodológico en el deporte.

Este es considerado el documento rector para el trabajo de los entrenadores con informaciones de gran validez. Este documento orienta cómo debe ser la preparación del deportista de las diferentes categorías en la Lucha. El mismo constituye un instrumento importante en manos de los entrenadores porque en él se expresan orientaciones relacionadas con los objetivos de la formación del luchador en su etapa de iniciación y de perfeccionamiento.

En el análisis del Programa Integral de Preparación del Deportista se evidenciaron las siguientes dificultades:

- No se aprecian acciones y son limitadas las orientaciones metodológicas para el tratamiento de la preparación técnico-táctica.
- El contenido táctico solo se limita a dar recomendaciones tácticas para todos los momentos de la preparación por igual y no se aprecia una diferenciación que atienda a las características individuales de los luchadores, ni métodos y medios para el tratamiento de la misma.

El método directivo para la enseñanza según Jiménez, C. (2003) se caracteriza por:

- El alumno es un sujeto pasivo, ya que el entrenador ocupa el papel rector absoluto en el proceso.
- Ponen énfasis en el desarrollo del mecanismo de ejecución, en la carga de entrenamiento y no se considera el accionar técnico-táctico, ni los rendimientos parciales en este sentido durante el entrenamiento y la competencia.
- Los tipos de situaciones son descontextualizadas con poca similitud con la situación real del combate, ya que se centran en la ejecución técnica y no reflejan que el proceso técnico- táctico es inseparable.

En tal sentido estudios realizados en la provincia de Villa Clara en tesis de maestrías, especialidades y doctorados por Toledo, R. (2009), Fernández, Toledo y Carrillo (2011), Guevara, L.F. (2014), López, R. (2016), revelan que en la práctica pedagógica presente en el proceso de enseñanza-aprendizaje de la Lucha Olímpica predomina el proceder metodológico antes mencionado.

Otros estudios han enfatizado la importancia de la esfera volitiva, González, S. (2017) observó que, en los luchadores, la perseverancia y el autodomínio permiten la elección de las acciones técnico-tácticas y uno de los más importantes objetivos que persigue todo entrenador de los deportes pertenecientes a los grupos de Combate o Juegos Deportivos, es conseguir un elevado desarrollo del accionar técnico-táctico de sus practicantes, este autor, aunque presenta resultados en el orden teórico no explicita los medios para lograr dichos propósitos.

En la revisión de los planes de entrenamiento se pudo constatar lo siguiente:

- Deficiente formulación de objetivos referidos a la preparación técnico-táctica en las etapas, mesociclos, microciclos y en las unidades de entrenamiento correspondientes.
- Deficientes acciones concretas dirigidas a tratar la preparación técnico-táctica desde la visión de la integración de lo físico, teórico y psicológico.
- No se aprecian métodos específicos para el tratamiento de la preparación técnico-táctica.

También se revisaron en los planes de entrenamiento, los informes del chequeo del estado de la preparación, con el propósito de constatar insuficiencias en la planificación del tratamiento individualizado de la preparación técnico-táctica del luchador, aspecto este que destaca la necesidad de crear nuevas alternativas que permitan mejorar la preparación técnico-táctica del luchador escolar. Cuando se realiza la revisión de este documento se puede constatar que en las planillas que utilizan para el control, se refieren a acciones específicas de defensas, contraataques y la efectividad en los mismos tanto en la posición de pie como en cuatro puntos, pero no se valoran aspectos relacionados con las acciones técnico-tácticas.

Entrevista a entrenadores de Lucha

La entrevista fue realizada a entrenadores vinculados al proceso de entrenamiento en la Lucha Olímpica, entre los que se encuentran:

Los 16 entrenadores de la categoría escolar, que participaron en los Juegos Escolares Nacionales del año 2018 y cinco (5) entrenadores de Lucha Olímpica de la provincia de Villa Clara, pertenecientes a la Escuela de Iniciación Deportiva Escolar (EIDE) "Héctor Ruiz Pérez".

Estos entrenadores son seleccionados de manera intencional, justificándose este criterio por:

- El dominio del tema.
- Ser graduados de nivel superior.
- Poseer más de 10 años de experiencia en el trabajo con la categoría escolar en el alto rendimiento.
- Haber realizado investigaciones relacionadas con el tema.

La entrevista fue realizada con el propósito de conocer desde distintas perspectivas cómo realizan el tratamiento de la preparación táctica del luchador y los diferentes métodos que emplean en dicho tratamiento.

a. En cuanto a la unidad técnico-táctica.

Los aspectos de significación están dados en la división de criterios en torno a la unidad en el trabajo de la técnica y la táctica, pues el 75% plantea que siempre la trabajan unidas y un 25% hace referencia a que a veces realiza este trabajo por separado.

b. A su dosificación

Respecto a la dosificación de la preparación técnico-táctica el 62.5% refiere que, sí la dosifica, el 12.5% no la dosifica y el 25% a veces.

c. En cuanto a los medios (ejercicios) técnico-tácticos

En los profesores se aprecia un buen dominio de los medios que se emplean para la preparación técnico-táctica. Hacen referencia a las características de los mismos, sin embargo, la dificultad radica en que es limitado su empleo y no se fundamenta sobre la base del conocimiento de las exigencias tácticas en la actividad del luchador.

d. En torno al inicio del trabajo táctico

El 100% de los profesores plantean que comienza a trabajar la táctica en la etapa especial, por lo que no reconocen la existencia de ejercicios de carácter general como base de los ejercicios que se emplean en la etapa especial y competitiva.

e. Las exigencias y contenidos técnico-tácticos

Con relación a este aspecto los entrenadores refieren algunos de los elementos de la táctica que deben ser dominados por los luchadores, hacen referencias a situaciones de combate, enmascaramiento, cebo, la obstrucción, entre otras, pero no existe claridad en qué enseñar desde el punto de vista técnico-táctico.

Observación a sesiones de entrenamiento

Este método permitió entrar en contacto directo en contextos y situaciones específicas dentro del proceso de entrenamiento y competencia. Se realizaron 26 observaciones a las sesiones de entrenamiento del equipo escolar de Lucha grecorromana de Villa Clara, con el objetivo de constatar en la práctica cómo se manifiesta el tratamiento de la preparación técnico-táctica del luchador. Estas observaciones se efectúan en las etapas de preparación general y especial.

Del total de observaciones, 10 corresponden a la etapa de preparación general y 16 a la especial. En la etapa de preparación general se comienza al final del mesociclo desarrollador I y en la etapa de preparación especial al inicio de esta. La guía de observación es elaborada por los autores y sometida a la valoración de los profesores de Lucha de la Facultad de Cultura Física de Villa Clara y los miembros del Consejo de Ciencia e Innovación Tecnológica de la Lucha Olímpica.

Se pudo constatar cómo los entrenadores desarrollan el tratamiento de la preparación técnico-táctica del luchador en cuanto a métodos, medios, dirección del proceso, entre otros aspectos. Las observaciones son realizadas por el investigador, en unión de dos directivos de la Lucha y dos profesores de la Facultad de Cultura Física de Villa Clara, los cuales recibieron una preparación previa a tal efecto.

Se evidencia que el tratamiento que se le da es eminentemente técnico por cuanto los ejercicios y correcciones que se hacen apuntan a este aspecto de la preparación. Otro aspecto de importancia a

valorar resulta la forma de evaluar lo técnico-táctico, el 50% utilizan la observación, el 25% la medición, un 12.5% las pruebas y el resto, 12.5% refiere que no utiliza ninguna.

Acerca de los métodos de la preparación técnico-táctica, en este importante aspecto se pudo constatar que existe falta de claridad por parte de los entrenadores en torno al empleo de los métodos de la preparación técnico-táctica, el juego, la competencia, el variable y estándar, siendo estos, métodos importantes para el desarrollo del trabajo técnico-táctico.

Triangulación

La triangulación ofrece la oportunidad de mejorar el diagnóstico organizativo al sintetizar los resultados derivados de múltiples métodos científicos, en una interpretación válida y coherente. Se realiza a partir de los métodos de análisis de documentos, observación y la entrevista. El objetivo de emplearla en esta etapa fue el de arribar a regularidades, mediante el contraste de los resultados arrojados por los métodos.

Se trianguló a partir de las siguientes unidades de análisis:

1. Conocimientos teóricos acerca del tratamiento de la preparación técnico-táctica del luchador escolar.
2. Aplicación de medios generales y especiales para el tratamiento de la preparación técnico-táctica en la sesión de entrenamiento.
3. Organización del proceso de preparación técnico-táctica en la sesión de entrenamiento.

Resultados de la triangulación metodológica

La triangulación realizada arrojó los siguientes los resultados:

- Los entrenadores conocen y poseen poca bibliografía que aborda el tema del tratamiento de la preparación técnico-táctica en los deportes de combate, se orientan para su tratamiento por las indicaciones metodológicas del PIPD, las cuales son insuficientes a partir de solo considerar recomendaciones tácticas.
- Se aprecian imprecisiones en la definición técnico-táctica, lo que limita su tratamiento.

- No se ofrecen concepciones básicas del entrenamiento deportivo en función de las acciones técnico-tácticas a los luchadores, de manera tal que les permitan poner en práctica sus conocimientos y habilidades, ante nuevas situaciones en su contexto natural.
- Carencia de acciones para el tratamiento técnico-táctico desde los primeros momentos de la preparación.
- Se constató falta de sistematicidad en el tratamiento de los contenidos técnicos-tácticos a partir de las características individuales de luchadores.
- Se evidencia la presencia de un enfoque tradicional y directivo por parte de los entrenadores en el proceso de preparación técnico-táctica.
- Carencia de acciones que faciliten la orientación a los luchadores de cómo trabajar de manera consciente, independiente, creativa, en los diferentes momentos de la preparación, que les permita obtener los resultados deseados.

Teniendo en cuenta las limitaciones detectadas en el diagnóstico realizado al estado de la preparación técnico-táctica de los luchadores escolares, lo cual ha incidido en los bajos resultados competitivos en los últimos años, los autores proponen realizar acciones multilaterales que permitan al luchador ejecutar técnicas de todos los grupos y subgrupos, tanto de la posición de pie como de 4 puntos.

Se considera que la preparación técnico-táctica del luchador encierra el perfeccionamiento de los diferentes elementos técnicos y su automatización, así mismo resuelve los problemas del establecimiento de esquemas tácticos fundamentales, aspectos que asumen los autores del estudio y proponen para el perfeccionamiento del tratamiento técnico-táctico de cualquier acción técnica.

Se proponen las orientaciones siguientes:

- Elegir las acciones técnico-tácticas de acuerdo a las características del desarrollo funcional, físico y psicológico del luchador.
- Escoger las acciones técnicas más eficaces conforme a las exigencias del reglamento internacional vigente.
- Seleccionar las acciones técnico- tácticas y sus variantes de mayor posibilidad de resultados en los combates, teniendo en cuenta las características y posibilidades del contrario.

- Aplicar una correcta metodología de la enseñanza y una revisión sistemática de los programas y del estudio y perfeccionamiento de las acciones técnico-tácticas por grupos y subgrupos y de los movimientos más fáciles a los más complejos.

Conclusiones

El diagnóstico del estado actual de las concepciones metodológicas utilizadas para el tratamiento de la preparación técnico-táctica en luchadores escolares arrojó entre otros aspectos, insuficiencias en la conceptualización en torno al tratamiento técnico-táctico, en la aplicación de los métodos, así como de sus contenidos y un papel absoluto del entrenador en dicho proceso, lo que limita las posibilidades de los luchadores en cuanto a su independencia en la toma de decisiones.

A partir de los resultados del diagnóstico, se proponen orientaciones a los entrenadores para facilitar el tratamiento a la preparación técnico-táctica de luchadores escolares.

Referencias

- Argudo, C. A. (2020). El Proceso de Formación Deportiva del Luchador Olímpico Español (tesis doctoral). Universidad de Murcia: Murcia.
- Barkov, A. Y. (2017). Securing university wrestlers' technical and tactical progress based on competitive performance quality rating data. *Theory and Practice of Physical Culture*, (1), 53-55.
- Del Pino y Sabas. (2003). *Táctica y Estados Psicológicos en Luchadores de Elite*. (s.l) (s.n)
- Federación Cubana de Luchas. (2016). *Programa Integral del Preparación del Deportista*. Ciudad de la Habana.
- Fernández, Toledo, & Carrillo. (2011). Organización de los contenidos en la Lucha grecorromana categoría juvenil. *Memorias del VI Simposio Internacional "Retos de la Cultura Física en el siglo XXI"*. Cienfuegos. Cuba.

- Guevara, L.F. (2014). Efectividad en los movimientos técnicos de pie a cuatro puntos en luchadores escolares. (Tesis de Maestría). ISCF "Manuel Fajardo". Villa Clara.
- González, S. A. (2017) Estudio y perfeccionamiento técnico-táctico de la lucha deportiva. Revista Educación Física y Deportes, 22(230), 1-3.
- González, S. (2013), Técnica y Táctica en la Lucha Deportiva. La Habana: Editorial Científico Técnica.
- López-Ros, V. y Sargatal, J. (2014). El aprendizaje de la acción táctica. (Editores). Universitat de Girona. ISBN: 978-84-8458-436-0.
- López, R. (2010). Factores que intervienen en la efectividad técnico táctica en la Lucha Deportiva. Material de estudio. Villa Clara: ISCF." Manuel Fajardo".
- López, R. (2016). La dirección del Proceso de Enseñanza Aprendizaje de la Lucha Olímpica. (Tesis de doctorado). Universidad Central "Marta Abreu" de Las Villas: Centro de Estudios de Educación "Gaspar Jorge García Galló".
- Milán, Y.A., Cabrales, W. (2016). Acciones técnico-tácticas en la Lucha escolar, estilo libre femenino de la EIDE Granma. Olímpia Revista de la Facultad de cultura física y Deportes de Granma, 13(40), 147-158.
- Morales, A. (2002). El camino del éxito hacia el deporte elite. Tegucigalpa: Editorial Cultura.
- Navelo, R. (2001). Modelo didáctico alternativo para la preparación técnico-táctica de los jóvenes voleibolistas. (Tesis de Doctorado). ISCF "Manuel Fajardo". La Habana.
- Toledo, R. (2009) La estructuración de los contenidos en la Lucha Deportiva desde una concepción técnico-táctica del entrenamiento (Tesis de Maestría). Villa Clara: ISCF." Manuel Fajardo".