

Tipo de artículo: Artículo Original
Recibido: 18-7-2025
Aceptado: 4-9-2025

Ejercicios específicos para estructurar el contraataque del Balonmano en el equipo nacional femenino de Cuba

Specific exercises to structure the counterattack in handball for the Cuban women's national team

Pedro Andrés Contreras Alfonso^{1*}, Jorge Coll Arencibia², Jorge Abundio González Pascual³

¹ Universidad Central "Marta Abreu" de Las Villas. Facultad de Cultura Física.

² Escuela Superior de Formación de Atletas de Alto Rendimiento "Cerro Pelado", La Habana.

³ Universidad Central "Marta Abreu" de Las Villas. Facultad de Cultura Física.

* Autor para correspondencia: pcontreras@uclv.cu

Resumen

Como culminación de estudios en la Especialidad de Balonmano para el Alto Rendimiento, la presente investigación pretende estructurar el contraataque del Balonmano en el equipo Nacional Femenino de Cuba, dada la importancia que este tiene a nivel internacional. A partir de las insuficiencias detectadas en observaciones de la Copa Caribe del año 2017, y los Juegos Panamericanos Juveniles Cali 2021, se expone como objetivo proponer ejercicios específicos por posiciones para estructurar el contraataque de dicho equipo. Para diagnosticar el estado actual del contraataque en el equipo, se utilizaron métodos como la observación científica, la entrevista y la encuesta. Se utilizó la tormenta de ideas para obtener las ideas fundamentales de los entrenadores en la elaboración de los ejercicios que dan cumplimiento al objetivo. Mediante el método de criterio de especialistas se obtuvieron resultados positivos al valorar la propuesta por ser necesaria, por ser pertinente y por lo novedoso del tratamiento a la preparación táctica del contraataque distribuida en las diferentes posiciones para la estructuración del mismo en el equipo nacional femenino con vista al logro de mejores resultados.

Palabras clave: balonmano, contraataque, ejercicios.

Abstract

As the culmination of studies in the High-Performance Handball Specialization, this research aims to structure the counterattack in the Cuban Women's National Handball Team, given its international importance. Based on deficiencies identified during observations of the 2017

Caribbean Cup and the 2021 Cali Pan American Youth Games, the objective is to propose position-specific exercises to structure the team's counterattack. To diagnose the team's current state of the counterattack, methods such as scientific observation, interviews, and surveys were used. Brainstorming was employed to gather the coaches' key ideas for developing the exercises that fulfill the objective. Through expert evaluation, positive results were obtained, with the proposal being deemed necessary, relevant, and innovative in its approach to tactical preparation for the counterattack, distributed across different positions to structure it within the women's national team and achieve improved results.

Keywords: handball, counterattack, exercises

Introducción

El deporte Balonmano de sala está categorizado, por varios aspectos, como uno de los deportes con mucha dinámica, clasificado como un deporte de cooperación y oposición donde la posesión del balón determina la realización de acciones coordinadas con los compañeros para conseguir el objetivo de obtener un gol, superando las acciones defensivas del equipo rival que lo intenta impedir (Hernández et al., 2021).

En el deporte Balonmano de sala los expertos plantean o especifican que existen tres acciones fundamentales del juego: la posesión del balón (ataque), la posesión del balón por parte del adversario (defensa) y el cambio de posesión del balón (transición). Dependiendo de la tenencia o no del balón se pueden observar las cuatro fases de juego del Balonmano, enunciadas por diversos autores como Román (2016), Jiménez et al. (2020) y Alvarado (2021). Estas son el ataque posicional, la defensa posicional, el repliegue defensivo y el contraataque motivo de la presente investigación definido como.

El contraataque es una fase de ataque caracterizada por una alta velocidad de ejecución que inicia con acciones defensivas y de continuidad para recuperar el balón, llevarlo a zonas de ataque y alcanzar una situación ventajosa de lanzamiento antes que el equipo contrario organice su defensa. Todo en un corto espacio de tiempo, donde el accionar coordinado de

los integrantes del equipo garantiza el óptimo aprovechamiento de las subfases del contraataque para alcanzar el resultado positivo de anotar un gol. (Contreras, 2024, p. 88).

Varios autores como Salvat (2016), Román (2016) y Ruiz et al. (2017), definen las sub fases del contraataque, estas son: recuperación del balón, 1ra oleada, 2da oleada y 3ra oleada. En el Curso de Solidaridad Olímpica de Oliver (2004), en el tema XII titulado “El Contraataque”, se definen las posiciones de los jugadores durante la realización del contraataque, estas son: el portero, los jugadores veloces, el director, el 2do director y los jugadores apoyos. También queda definido el reparto de responsabilidades de cada una de estas posiciones para cada sub fase del contraataque. Así el contraataque queda estructurado de una forma organizada. Esta estructuración es la más utilizada en la actualidad, lo que propicia su actual desarrollo.

En un estudio de Oliver (2003), basado sobre el análisis comparativo entre las competiciones de los Juegos Olímpicos de Sídney 2000 y el mundial masculino de Portugal 2003 se demuestra que la dinámica de juego en el Balonmano evoluciona hacia un aumento de las acciones de contraataque. En correspondencia con lo planteado, en la investigación de Rogulj et al. (2004), se señala que los equipos a nivel mundial usan más y mejor el contraataque.

Sin embargo, en el equipo nacional femenino de Cuba, existen dificultades en la realización de los contraataques. Ello ha sido motivo de que los resultados de dicho equipo no sean del todo satisfactorios. Constatado en los resultados alcanzados en varios eventos internacionales como la Copa Caribe del año 2017, y los Juegos Panamericanos Juveniles Cali 2021. En ellos se evidencia el poco dominio de la fase de contraataque por las balonmanistas donde no se observa que el contraataque está estructurado.

En la búsqueda de información sobre la temática se realizó una revisión bibliográfica donde se analizaron autores como Jiménez (2001) en su estudio “La estructuración del contraataque colectivo, un paso más” realiza un análisis histórico del contraataque donde hace observaciones de los aportes de otros deportes al contraataque. Finalmente presenta una propuesta de un contraataque estructurado donde se ofrecen alternativas metodológicas para su desarrollo. Pero,

todo ello basado en los antecedentes del contraataque del equipo de la URSS a finales de los años 80, y adaptando la configuración del sistema a un equipo determinado con características diferentes a las del equipo objeto de estudio.

Por su parte Jiménez et al. (2020) en su investigación maneja categorías focales en los comportamientos relacionados con la recuperación del balón, el transporte y la finalización del contraataque. Dicho estudio aportó datos de interés, pero no dio una solución al problema. Igualmente, Cordovés et al. (2020) realiza un control del aprendizaje táctico del Balonmano donde provee por cientos de efectividad de los contraataques en comparación con el juego posicional en el aprendizaje de la acción. Pero su sistema de acciones no tiene en cuenta las subfases para la enseñanza del contraataque, donde también se nota el vacío en las acciones las posiciones para la estructuración del contraataque.

En el caso de Bailes (2022), presenta una metodología para la enseñanza del Balonmano con el objetivo de comprobar su superioridad sobre la metodología tradicional, pues la misma implica más a los balonmanistas que aprenden divirtiéndose. Sin embargo, su sistema de acciones para la enseñanza de los contraataques no ofrece indicaciones para el trabajo de las subfases ni de las acciones individuales para su estructuración.

Teniendo en cuenta todos los elementos anteriormente expresados, el objetivo de la investigación consiste en: proponer ejercicios específicos por posiciones para estructurar el contraataque de Balonmano en el equipo Nacional Femenino de Cuba.

Materiales y métodos

Para el presente trabajo, se utilizó una población de 3 entrenadores de Balonmano de la Selección Nacional Femenina, pues son los que laboran directamente con el equipo objeto de estudio. Una segunda población de 20 jugadoras de dicho equipo, que integran la selección nacional que se prepara para participar en diversos eventos internacionales.

Para la elaboración de los ejercicios se trabajó con una tercera población, de 6 entrenadores de la Escuela Superior de Formación de Atletas de Alto Rendimiento “Cerro Pelado” y los investigadores. También se trabajó con una muestra de cinco especialistas de Balonmano, que, atendiendo a sus años de experiencias, al nivel académico, y al lugar donde laboran pudieron ser capaces de ofrecer valoraciones conclusivas del problema y hacer recomendaciones al respecto.

Para la selección de los especialistas se tomaron en cuenta los siguientes requerimientos:

- Tener más de 15 años de experiencia en el Balonmano.
- Tener dominio en la utilización de la metodología para el desarrollo del proceso de entrenamiento deportivo.
- Haber ocupado cargos de dirección de equipos en eventos nacionales.
- Participación en investigaciones.
- Estar laborando actualmente en el Balonmano.

En el desarrollo de la investigación se emplearon varios métodos relacionados a continuación:

Analítico-sintético: posibilitó hacer un estudio valorativo de la bibliografía que aborda la temática y en particular la relacionada directamente con los contraataques en el Balonmano.

Inductivo-deductivo: propició profundizar en la teoría y hacer inferencias y generalizaciones de lo investigado al expresar coincidencias o divergencias en relación con los estudios de otros autores o como resultado de la aplicación de otros métodos de investigación.

Tormenta de ideas: con la misma se logró obtener las ideas fundamentales de los entrenadores participantes en los talleres, en la elaboración de los ejercicios para la estructuración del contraataque.

La observación científica: permitió la posibilidad de apreciar el desenvolvimiento de los sujetos en el desempeño de sus funciones. Para medir la variable de efectividad en el equipo objeto de estudio se empleó el protocolo de observación utilizado por Contreras y González (2023).

La encuesta: se aplicó a los entrenadores con el propósito de constatar la preparación que poseen para dirigir el proceso de entrenamiento deportivo encaminado a la estructuración del contraataque en el Balonmano actual. También se aplicaron a las jugadoras con el objetivo de constatar los conocimientos que posee en cuanto al contraataque.

La entrevista: se aplicaron a entrenadores y jugadoras para contrastar o enriquecer la información obtenida mediante otras herramientas.

Criterio de especialistas: Brindó la posibilidad de conocer la opinión crítica y la valoración de la propuesta para su futura aplicación práctica.

Metodología para la elaboración de los ejercicios

Para la elaboración de los ejercicios se confeccionó un equipo de trabajo integrado por los 6 entrenadores de la Escuela Superior de Formación de Atletas de Alto Rendimiento “Cerro Pelado” y los investigadores. El equipo se reunió en un taller con el objetivo de caracterizar el tratamiento de los contenidos de las diferentes posiciones durante el contraataque y determinar las características de los ejercicios, de modo que permita la organización de los contenidos de las diferentes posiciones durante el contraataque.

En el taller se utilizó primeramente la tormenta de ideas donde los integrantes expresaron todas las ideas de solución. Y luego se procedió a la técnica de reducción de lista donde se determinaron las ideas correctas que dieron por cumplido el objetivo. Finalmente quedaron elaborados los ejercicios para estructurar el contraataque del Balonmano en el equipo Nacional Femenino de Cuba.

Resultados y discusión

En la realización del diagnóstico se aplicaron encuestas a entrenadores y a balonmanistas del equipo objeto de estudio con el propósito de conocer el estado actual del contraataque en dicho

equipo, los aspectos metodológicos fundamentales que se aplican durante el proceso de entrenamiento deportivo, así como las potencialidades del propio proceso de entrenamiento. También entrevistas para enriquecer la información obtenida en las encuestas. Mediante la observación científica realizada por los investigadores se analizaron 5 juegos de entrenamiento para apreciar el desenvolvimiento de los sujetos en el desempeño de sus funciones y medir la variable de efectividad absoluta del contraataque en el equipo objeto de estudio.

En el diagnóstico realizado al equipo objeto de estudio se constató que:

- Los entrenadores presentan dificultades en la preparación que poseen para dirigir el proceso de entrenamiento deportivo encaminado a la estructuración del contraataque en el Balonmano actual dado por la falta de una guía metodológica que los oriente.
- Las atletas desconocen las posiciones o funciones específicas que deben cumplir durante la ejecución de los contraataques.
- La efectividad absoluta del contraataque se comporta al 28,87% evaluada de regular, con prevalencia de errores en la manipulación del balón y poca utilización de la 2da Oleada.

Para la elaboración de los ejercicios se reúnen los 6 entrenadores de Balonmano, bajo la dirección de los investigadores, quienes participan como facilitador y enumerador. El facilitador presenta la situación, estimula, promueve y conduce al grupo a aportar ideas. Se permite cualquier número de ideas ya sean opuestas, complementarias o mejoradas, discriminando la posibilidad de crítica o evaluación de las mismas. El registrador escribe las ideas en una pizarra.

La reducción de lista se establece por los siguientes pasos:

1. Esclarecer: el registrador enumera secuencialmente todas las opciones. El facilitador dirige el proceso de esclarecimiento con la ayuda del resto del grupo.
2. Eliminación: el facilitador propone analizar si hay puntos repetidos o que se puedan combinar con otros sin alterar la esencia del contenido.
3. Votación: esta se realiza por las preferencias de los miembros del grupo y puede requerir de varias rondas. Las opciones menos favorecidas no se desechan, sino que se marcan como no seleccionadas, para que sean retomadas de ser necesario.

Finalmente se elaboró un grupo de ejercicios específicos por posiciones para estructurar el contraataque en el equipo objeto de estudio. La estructura asumida para los ejercicios es la utilizada por Contreras (2024), en ella aparecen el nombre del ejercicio, el objetivo a cumplir, la descripción del ejercicio, el método de trabajo, las variantes de ejecución, el gráfico del ejercicio, las indicaciones metodológicas para la implementación.

También se toma la clasificación aportada por Navelo et al. (2025) donde se recurre a ejercicios modelados de desarrollo con la utilización del método de modelación variable. Además, como guía para su futura puesta en práctica se aporta a los entrenadores indicaciones metodológicas. Finalmente quedaron propuestos los siguientes ejercicios.

Ejercicios específicos por posiciones para estructurar el contraataque del Balonmano en el equipo nacional femenino de Cuba

Ejercicio para porteros (modelado de desarrollo).

Nombre: porteros a gol.

Objetivo: lanzar a puerta con parábola para evitar la intervención del portero rival.

Posición inicial: portero del equipo A con balón en su área de portería. Portero del equipo B en su cancha defensiva fuera de la línea de 9 metros.

Descripción: portero del equipo A lanza a la portería contraria con parábola. Solo después que el balón sale de la mano del portero A, el portero B puede atravesar la línea de los 9 metros para defender su portería. Luego se intercambian los roles.

Método: modelación variable.

Acento fundamental: el saque o lanzamiento debe llevar la velocidad y la parábola correcta para vencer al portero contrario.

Variante: el portero que defiende se coloca más cerca de su portería pues esta vez no utiliza la línea de los 9 metros, en su lugar utiliza la línea de los 6 metros.

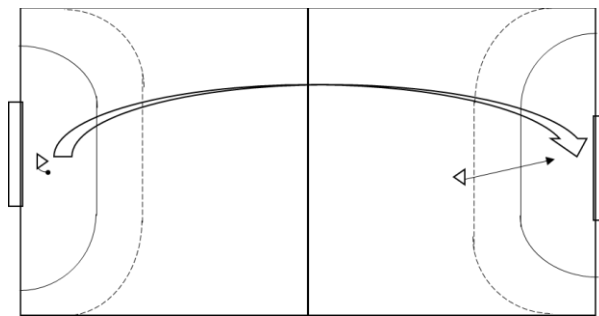


Figura 1. Gráfico y simbología del ejercicio porteros a Gol

Indicaciones metodológicas: el ejercicio puede realizarse dentro o fuera de la unidad de entrenamiento, siempre en forma de juego los porteros compiten para ver quién anota más goles.

Ejercicio para porteros y jugadores veloces (modelado de desarrollo).

Nombre: anticipación y pase.

Objetivos: pasar de forma rápida y precisa para el inicio del contraataque (Porteros). Anticiparse a la acción de lanzamiento con desplazamiento frontal para el inicio del contraataque (Veloces).

Posición inicial: portero en su área defensiva. 2 jugadores en función de postes están ubicados en la línea central. Los jugadores veloces en posición defensiva, defendiendo cada uno a un pívot estático en el lugar. Varios jugadores ofensivos circulan el balón a la altura de 12 a 14 metros.

Descripción: 1 jugador ofensivo recibe en movimiento, da 3 pasos y en salto lanza el balón al pecho del portero o pasa a un compañero. En caso de lanzamiento al portero, este detiene el balón y rápidamente le pasa el balón a uno de los postes. Los jugadores veloces deben salir antes del lanzamiento en salto al portero para llegar al poste antes del balón. En caso de pase a un compañero, los veloces deben regresar rápido a la defensa ya que después de un segundo pase los pívots pueden recibir y lanzar a portería. Luego del contraataque el ejercicio continúa con un nuevo balón y la incorporación de otros jugadores veloces.

Método: modelación variable.

Acento fundamental: los porteros deben asegurar la precisión del pase. Los jugadores veloces deben prever la acción del lanzador para realizar la anticipación.

Variantes: para aumentar la dificultad de los jugadores veloces se lanza el balón al portero en salto con un solo paso de impulso, y después el lanzamiento será en movimiento con apoyo lo más rápido posible. En el caso del portero los lanzamientos serán a los lados y después serán a gol. Finalmente se eliminan los postes y se incorporan los pases del portero (distancias medias y largas) a los veloces que ejecutan diferentes finalizaciones (1 vs 0; 1 vs 1; 2 vs 1; 2 vs 2), después del lanzamiento independientemente del resultado, se regresa en repliegue defensivo para terminar en sus posiciones defensivas iniciales.

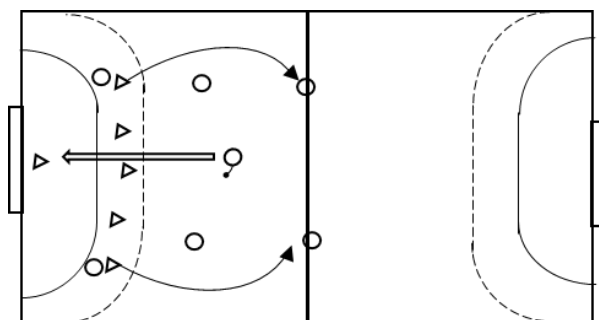


Figura 2. Gráfico y simbología del ejercicio de anticipación y pase

Indicaciones metodológicas: es recomendable que el entrenador pueda determinar los momentos de lanzamiento para tener el control del tiempo de trabajo y descanso en el caso de los jugadores veloces. La lejanía de los postes puede aumentar o disminuir en dependencia de las características del equipo, siempre y cuando sea imprescindible la anticipación para que los jugadores veloces puedan llegar a tiempo. Le es permitido a los jugadores veloces la interceptación del balón antes de llegar al poste sin disminuir su velocidad de traslación. Para los ejercicios sin poste y con diferentes finalizaciones es necesario determinar los objetivos y demás condiciones para cumplir con la metodología que estos ejercicios demandan.

Ejercicio para directores y apoyos (modelado de desarrollo).

Nombre: conducción del balón.

Objetivo: conducir el balón de forma segura mediante pases y recibos para la llegada rápida del contraataque a las zonas de lanzamiento.

Posición inicial: equipo A con 1 portero y 2 defensas. Del equipo B, 1 jugador ofensivo con balón y otro jugador en su cancha defensiva.

Descripción: el jugador con balón lanza a portería y se inicia un contraataque 2 vs 1 con defensas en espacios reducidos. El jugador que lanzó, defiende hasta la línea central y su compañero defiende desde la línea central hasta la línea de 6 metros. Después del lanzamiento independientemente del resultado, se regresa en repliegue defensivo para terminar en sus posiciones defensivas iniciales.

Método: modelación variable.

Acento fundamental: debe priorizarse el pase y recibo para la conducción del balón, con la ayuda de los diferentes desplazamientos para desmarcarse. El drible se usará como último recurso.

Variantes: iniciar el contraataque con saques laterales o con saques desde diferentes zonas del área de juego simulando violaciones cometidas. Contraataque 3 vs 2 con defensas en espacios reducidos, 2 defensores en cada cancha. Y contraataque 4 vs 3 con defensas en espacios reducidos, 3 defensores en cada cancha.

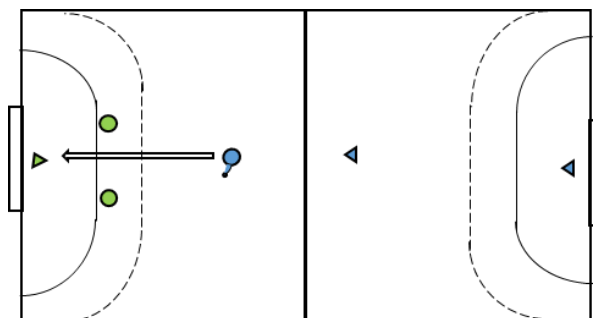


Figura 3. Gráfico y simbología del ejercicio de conducción del balón

Indicaciones metodológicas: velar por el uso correcto de los pases. En el caso de iniciar el contraataque con saques laterales o con saques desde diferentes zonas del área de juego, el portero tiene que salir de su área para apoyar a sus compañeros, el saque lo realiza quien esté más cerca del balón.

Los ejercicios específicos por posiciones se llevaron a la práctica en los entrenamientos, los cuales consistieron en realizar los ejercicios en la Etapa de Preparación Especial. Estos ejercicios se aplicaron durante ocho semanas, en cuarenta sesiones de entrenamiento donde se utilizaron 30 minutos de cada sesión para la aplicación de los mismos.

Esto arrojó un total de 720 minutos en la aplicación de los ejercicios. Fue importante vencer los objetivos de cada uno de los ejercicios para aumentar la complejidad del mismo o cambiar al siguiente. La medición de la variable dependiente (efectividad del contraataque) se realizó antes de aplicar la propuesta y al terminar con la misma.

Dicha medición se realizó de la siguiente manera, durante la realización de cinco partidos al igual que en el primer momento. Para que hubiera confiabilidad en los datos recogidos la observación se realizó por el mismo grupo de especialistas y se garantizó que los juegos del primer y segundo momento se efectuaran ante los mismos rivales.

La organización y obtención de los datos se llevó a cabo de forma directa apoyados en una guía de observación. Todo este proceso se desarrolló en situaciones reales de juego con árbitros y aplicando el reglamento oficial de la Federación Nacional de Balonmano.

Como la población coincide con la muestra, ello permite utilizar los mismos instrumentos de entrada y salida. Al establecer la comparación con la prueba inicial (la cual fue enriqueciendo en la medida que se aplicaron los ejercicios específicos) se pudo constatar un cambio cualitativo en los criterios manejados.

Criterio de especialistas

Para la valoración de la propuesta se utilizó el criterio de especialistas. A estos se les envió copia de los resultados a valorar y una encuesta para que expresaran sus criterios. Respecto a la pertinencia de la organización de los ejercicios en correspondencia con los objetivos que se trazan, el 80 % de los especialistas seleccionados los considera muy pertinentes y el 20 % los considera pertinentes, también reconocen los aspectos positivos de los ejercicios propuestos, lo que demuestra la importancia que desde el punto de vista práctico se le debe atribuir al tratamiento del contraataque por posiciones.

Los especialistas encuestados (100 %) expresaron valoraciones positivas sobre la necesidad de su aplicación práctica en el entrenamiento del equipo por la calidad formal de los ejercicios, destacando los aspectos relacionados con la relación entre las exigencias tácticas y los contenidos tácticos con las situaciones tácticas y el tratamiento por posiciones del contraataque.

Son coincidentes además los criterios de estos (100 %) con respecto a que los ejercicios contribuyen a la solución de las insuficiencias presentes en el tratamiento de la preparación táctica del balonmanista, dado en lo fundamental que la misma permite el desarrollo de la preparación táctica del contraataque tomando en consideración las características individuales de las diferentes posiciones lo cual hace más objetivo dicho proceso.

Al valorarse la originalidad de los ejercicios, el 100 % de los especialistas los considera muy originales. Esto se sustenta en que valoran de novedoso del tratamiento de la preparación táctica del contraataque distribuida en las diferentes posiciones para la estructuración del mismo. Y como consideraciones finales aconsejan la utilización de los ejercicios para la evaluación y clasificación de las jugadoras a la hora de definir las posiciones que ellas deben asumir en el contraataque.

Conclusiones

Se constata la necesidad de contar con ejercicios específicos por posiciones en el equipo objeto de estudio por afectaciones en el contraataque evaluado de regular con una efectividad absoluta de 28,87%.

Los ejercicios específicos por posiciones propuestos fueron elaborados según criterios de Contreras (2024) y Navelo et al. (2025), dando preferencia al quehacer colectivo en la manipulación del balón en cada una de las posiciones.

Los especialistas aportaron criterios positivos al valorar la propuesta por ser necesaria, por ser pertinente y por lo novedoso del tratamiento a la preparación táctica del contraataque distribuida en las diferentes posiciones para la estructuración del mismo.

Referencias

- Alvarado Velázquez, M. J. (2021). *El Balonmano*. [Examen de Suficiencia Profesional para optar al Título Profesional de Licenciado en Educación. Universidad Nacional de Educación, Facultad de Pedagogía y Cultura Física, Lima] <https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/6536267?show=full>
- Bailes Velasco, A. (2022). *Enseñanza del Balonmano mediante la metodología de gamificación en Educación Física*. [Grado en Educación Primaria: Mención de Educación Física, Facultad de Educación y Trabajo Social, Universidad de Valladolid]. <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/56628/TFG-G5562.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Contreras Alfonso, P.A. y González Pascual, J. A. (2023). *Estudio del comportamiento del contraataque en el equipo escolar masculino de balonmano en Villa Clara*. Revista Digital: Ciencia y Deporte. 8(2). 272-287. <https://dx.doi.org/10.34982/2223.1773.2023.v8.no2.009>.
- Contreras Alfonso, P. A. (2024). *Metodología para mejorar el empleo del contraataque durante la actividad competitiva en el balonmanista escolar*. [Tesis Doctoral, Departamento de Cultura Física, Facultad Cultura Física, Universidad Central “Marta Abreu” de Las Villas].
- Cordovés Peinado, R., Baide Ordoñez, F. R. y Lao Cordero, M. (2020). *Tactical learning control system in the Honduras handball team*. Journal of Human Sport and Exercise, 15(4proc), 1500-1511. <https://doi.org/10.14198/jhse.2020.15.Proc4.46>
- Hernández Moreno, J., Castro Nuñez, U., Gil Sánchez, G., Cruz Cabrera, H., Guerra Brito, G., Quiroga Escudero, M., y Rodríguez Ribas, J. P. (2021). *La iniciación a los deportes de equipo de cooperación/oposición desde la estructura y dinámica de la acción de juego: un nuevo enfoque*. EFDeportes, 6(33), 1-2. <https://www.efdeportes.com/efd33/inicdep.htm>
- Jiménez Salas, J. (2001). El contraataque estructurado. Un paso más. [conferencia] *VIII Jornadas de actualización de entrenadores de balonmano*. Málaga: I.A.D.

- Jiménez Salas, J., Morillo-Baro, J. P., Reigal, R. E., Morales-Sánchez, V., y Hernández-Mendo, A. (2020). *Polar coordinate analysis to study counterattacks in senior and under-16 men's handball*. Cuadernos de Psicología del Deporte, 20(1), 48-61.
<https://scielo.isciii.es/pdf/cpd/v20n1/1578-8423-cpd-20-1-0048.pdf>
- Navelo Cabello, R., Guillén Pereira, L. y de la Rosa, Y. A. (2025) *El entrenamiento técnico-táctico modelado, una mirada al éxito en los juegos deportivos*. Ecuador. Ed FUNGADE. 146p.
- Oliver, J. F. (2003). Análisis del Mundial masculino Portugal'2003: “Tendencias de futuro”. Cuadernos Técnicas. Área de Balonmano, 25, 1-16.
- Oliver, J. F. (2004). El contraataque. Curso de alto nivel: solidaridad olímpica. São Pablo (Brasil): Comité Olímpico Brasileño y Confederación Brasileña de Balonmano.
- Rogulj, N.; Srhoj, V.; y Srhol, L. (2004). *The contribution of collective attack tactics in differentiating handball score efficiency*. Collegium antropologicum, 28 (2), 739-746.
- Román Seco, J. D. (2016). *La evolución del juego de ataque en Balonmano*. Revisión histórica: Los inicios del Siglo XXI. e-balonmano.com: Revista de Ciencias del Deporte, 12 (3), 151-164. En https://www.researchgate.net/publication/43166448_La_evolucion_del_juego_de_ataque_en_balonmano_Revision_historica_Los_inicios_del_Siglo_XXI.pdf.
- Ruiz Sánchez, V., Gómez-López, M., y Herrera Cuadrado, J. L. (2017). *Análisis observacional del lanzamiento de Balonmano en la fase de contraataque de las selecciones finalistas del mundial de Qatar 2015*. Espiral. Cuadernos del Profesorado, 10(20), 73-79.
<https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/140188/Adjunto1.pdf?sequence=1>

Salvat Sánchez, S. (2016). La duración de la posesión en Balonmano de alta competencia. [Tesis doctoral, Universidad de Barcelona]
<https://www.tesisenred.net/handle/10803/401554#page=1>