



Artículo original

Alternativa didáctica para el entrenamiento del desmarque en los balonmanistas pioneriles

A Didactic Training Alternative for Losing Markers in Junior Handball Players

Alternativa didática para o treinamento de desmarcação em jogadores pioneiros de handebol

Reiniel Iván Loyola Fernández^{1*}  <https://orcid.org/0000-0002-7020-0812>

Luciano Mesa Sánchez²  <https://orcid.org/0000-0002-8160-9031>

Yaimara Peña Peña²  <https://orcid.org/0000-0001-7163-1430>

¹Sectorial Municipal de Deportes, municipio Vertientes, Camagüey, Cuba.

²Universidad de Camagüey, Facultad de Cultura Física, Camagüey, Cuba.

*Autor para la correspondencia: reinielloyola72@gmail.com

Recibido: 30/10/2021.

Aceptado: 20/12/2021

DOI: <https://doi.org/10.34982/2223.1773.2022.V7.No2.005>

Este documento posee una licencia Creative Commons Reconocimiento-No Comercial

Compartir igual 4.0 Internacional 

RESUMEN

Introducción: uno de los factores tácticos en el balonmano es intentar estar siempre desmarcados, posibilitando la evolución de las jugadas o para el mantenimiento del balón.

Objetivo: diseñar una alternativa didáctica para el entrenamiento del desmarque en los balonmanistas pioneriles de balonmano del municipio Vertientes.

Materiales y métodos: se utiliza la población de jugadores de balonmano del municipio Vertientes en ambos sexos. Se emplean los métodos del nivel teórico que constituyen procesos lógicos del pensamiento, desde el punto vista empírico se ponderan la observación y la encuesta, así como los estadísticos matemáticos, determinando las distribuciones empíricas de frecuencia.





Resultados: se diseña una alternativa didáctica que, complementa y perfecciona a las metodologías y procedimientos metodológicos tradicionales para el entrenamiento del desmarque, sustentada en la relación entre la estructura de círculos concéntricos en el tratamiento a los contenidos, los principios y problemas tácticos que se deben tener en cuenta al ataque, así como los principios pedagógicos

Conclusiones: Los usuarios consideran que la propuesta perfecciona el desmarque y puede ser aplicada durante la formación de estos jugadores.

Palabras clave: alternativa, didáctica, entrenamiento, desmarque, balonmano.

ABSTRACT

Introduction: One of the tactical factors in handball is to try to gain free space during the game, facilitating the evolution of plays, or keeping ball possession.

Aim: To design a training alternative didactics to lose the markers in junior handball players in the municipality of Vertientes.

Materials and methods: the population was made of handball players of the two sexes in the municipality of Vertientes. The theoretical methods used relied on logical thinking, whereas the empirical methods included observation and survey, as well as mathematical statistics to determine the empirical distributions of frequency.

Results: A didactic alternative was designed, which complements and optimizes the traditional methods and procedures of losing the markers, based on the relationship between the structure of concentric circles of content, the principles, and tactical problems to be considered when attacking, as well as the pedagogical principles.

Conclusions: The users considered that the proposal improves the loss of markers, and can be implemented during player initiation.

Keywords: alternative, didactics, training, losing the markers, handball

RESUMO

Introdução: um dos fatores táticos no handebol é sempre tentar não ser marcado, permitindo a evolução das jogadas ou manter a bola.

Objetivo: conceber uma alternativa didática para o treinamento de desmarcação em jogadores pioneiros de handebol no município de Vertientes.

Materiais e métodos: é utilizada a população de jogadores de handebol do município de Vertientes, em ambos os sexos. Os métodos utilizados são os do nível teórico que constituem processos lógicos de pensamento; do ponto de vista empírico, a observação e o levantamento são ponderados, assim como as estatísticas matemáticas, determinando as distribuições empíricas de frequência.

Resultados: é projetada uma alternativa didática que complementa e melhora as metodologias e procedimentos metodológicos tradicionais para o treinamento da desmarcação, baseada na relação entre a estrutura dos círculos concêntricos no





tratamiento dos conteúdos, os princípios e problemas táticos que devem ser levados em conta ao atacar, assim como os princípios pedagógicos.

Conclusões: Os usuários consideram que a proposta aperfeiçoa a desmarcação e pode ser aplicada durante o treinamento desses jogadores.

Palavras-chave: alternativa, didática, treinamento, handebol.

INTRODUCCIÓN

A partir del final de la década de los 90, se aprecia un incremento del interés en el análisis de elementos estratégicos, técnicos y tácticos del balonmano, aunque también existen estudios previos confeccionados con la máxima rigurosidad científica, según Contreras Alfonso, P.A, Cervera Ramírez, O.J, y Lanza Bravo, A.C. (2021).

El balonmano, en su lógica interna, está influenciado por la cooperación y oposición entre los jugadores. En su contexto, se pretende constantemente la posesión del balón, a partir de una disputa simultánea en espacios comunes, intentando anotar el gol o evitar que el adversario anote, según Pombo Menezes, R, Longarela Pérez, B, y Rafaela Galatti, L. (2020).

Debido a la interacción constante entre compañeros y adversarios, ambos con la intención de conseguir sus objetivos, se presentan entornos tremendamente cambiantes, según Flores-Rodríguez, J., & Anguera, M. T. (2018).

Para ayudar a los entrenadores en su trabajo de optimización del rendimiento de sus jugadores y equipo, es necesario profundizar en la comprensión en las interacciones que se dan. No basta con conocer el dato aislado de una determinada conducta (frecuencia, eficacia), es imprescindible estudiar el contexto en el que se produce; analizando las circunstancias que actúan como antecedentes (movimiento de compañeros, rivales, situación en el terreno de juego, entre otros) y consecuentes se podrá descifrar el cómo y el porqué de los comportamientos en los deportes colectivos, según Flores-Rodríguez, J., & Anguera, M. T. (2018).

El proceso de enseñanza-aprendizaje de los juegos deportivos se produce a largo plazo, englobando diferentes elementos (técnico-tácticos y de preparación física) y demandando estrategias para que los jugadores puedan desarrollarse paulatinamente, según (Antón García, 1990; Ehret, Späte, Schubert y Roth, 2002). A lo largo de este proceso, cabe señalar que se produce un incremento en las exigencias de aspectos como la preparación física y los niveles de especialización de los jugadores, a medida que se aproximan a la edad adulta, según Pombo Menezes, R, Longarela Pérez, B, y Rafaela Galatti, L. (2020).

En el proceso de enseñanza-aprendizaje actual juega un papel fundamental el empleo de la llamada pedagogía no lineal en los juegos deportivos como el





balonmano. La utilización de esta puede llegar a ofrecer mejores resultados en el entrenamiento de determinadas habilidades de los deportes colectivos que los obtenidos mediante la utilización de metodologías basadas en teorías conductistas y/o cognitivas del aprendizaje, según Roberts *et al.*, 2019; según se citó en Flores-Rodríguez, J., & Ramírez-Macías, G. (2021).

Para la pedagogía no lineal, el aprendizaje es considerado un proceso auto organizativo que emerge de la interacción del jugador con la tarea, pues, a medida que el jugador actúa crea nuevos patrones de conducta o modifica los ya existentes para satisfacer las limitaciones (constreñimientos) presentes (Balagué *et al.*, 2014), según se citó en Flores-Rodríguez, J., & Ramírez-Macías, G. (2021).

En esta investigación, se resalta esta pedagogía en las acciones técnico-tácticas ofensivas durante el ataque, en especial los desmarque.

Las intenciones tácticas individuales de un jugador en ataque son: ser capaz de jugar, llegar a ser un jugador participativo y activo, facilitar que tus compañeros de equipo puedan jugar, superar al oponente, buscar oportunidades de conseguir gol, crear espacios. Entre los medios tácticos individuales para hacerlo se encuentra el desmarcarse hacia los espacios libres, el pase y el momento de pase, las fintas, según (Bana, Späte, Lund, Strub, y Khalifa, s.f).

La ventaja principal que obtendrá el equipo de los desmarques es la cantidad de líneas de pase que tendrá el jugador que tenga el balón en cada momento. Si la mayor parte de los jugadores intentan estar siempre desmarcados, se crearán siempre los presupuestos para la evolución de las jugadas o para el mantenimiento del balón. Este tipo de comportamiento servirá también para dificultar la fase defensiva al equipo adversario, ya que encontrará muchas más dificultades para contrastar el juego, y esto ayudará a desordenar el posicionamiento defensivo adversario, según (YouCoach, 2018). Esta imprescindible conducta requiere de un tratamiento acertado durante el proceso de preparación técnico-táctica o proceso de enseñanza-aprendizaje del balonmano.

El desmarque como una capacidad táctica básica para jugar al balonmano, también se trata como una habilidad táctica, sin embargo, no se orientan objetivos en el proceso de enseñanza-aprendizaje relacionados con ellos, no se precisan los métodos y procedimientos que se deben emplear para su entrenamiento, aun cuando se encuentra programado como objetivo a vencer en la distribución de los contenidos a vencer por etapas. No se encontraron indicaciones metodológicas que orienten como llevar a cabo el proceso de enseñanza aprendizaje de los desmarques.

En la revisión de los documentos normativos del balonmano, se encontró que se declara el desmarcarse para ocupar espacios libres y el desmarcarse a distancia de





pase, como capacidades tácticas que tienen que desarrollar el jugador a partir de la enseñanza que realiza el profesor. Se proponen modelos de ejercicios, pero no aparece ningún modelo de juego que oriente a los entrenadores en relación a desarrollar el proceso de preparación técnico-táctico, en especial el desmarque.

Por otra parte, en el contexto de las demandas tecnológicas de la provincia de Camagüey, se encuentra reflejado como una deficiencia el accionar técnico-táctico de los jugadores en relación al desmarque en las categorías infantiles.

En los seminarios provinciales de los últimos tres cursos escolares, el comisionado de balonmano hacía referencia al trabajo con los atletas que participan en el evento provincial incluyendo los que ingresan a la Escuela de Iniciación Deportiva y dentro de ello señalaba las deficiencias que presentan los jugadores en cuanto al dominio principalmente en las habilidades técnico-tácticas enfatizando en el desmarque con y sin balón, dificultad que perjudica el desarrollo técnico - táctico dentro del juego.

En cuanto a los resultados de los jugadores, en relación a los desmarques durante el juego, los jugadores del municipio Vertientes en las competencias provinciales de los tres últimos cursos han presentado dificultades en las acciones de desmarque, con énfasis en los cambios de dirección durante el desmarque sin balón, elección del momento en que realiza el desmarque, proximidad al defensor cuando se desmarca, entre otros.

Existen pocas evidencias en la literatura que muestren como son los procesos de entrenamiento de equipos de balonmano. Son más escasas aún las referencias que abordan el estudio del entrenamiento en equipos amateur o en periodos de formación. Es necesario incrementar el conocimiento científico de lo que ocurre en estos niveles competitivos para aportar evidencias científicas que ayuden a mejorar los procesos de entrenamiento en balonmano, mejorando la intervención del entrenador y por extensión, la formación de los jugadores, según Mancha-Triguero, D, Baquero, B, Ibáñez, S.J, y Antúnez, A. (2022).

Se propone el empleo del método sistémico-estructural-funcional para determinar los componentes y estructura de la alternativa, además, se concuerda con Moya Bell, Y., Sánchez Ramírez, L., & Bertot Ortega, L. (2021), en cuanto a los componentes y estructura que debe tener una alternativa didáctica, el autor propone la propia que se describe en la presente investigación. Luego de elaborada la alternativa se pone a consideración de los usuarios que la utilizaran.

Para llevar a cabo el proceso se asume a Fleitas *et al.*, (2013), como se citó en Aguilar, (2019). Se asume durante la utilización del procedimiento las indicaciones que brindan Cadierno y Cadierno (2010), como se citó en Aguilar, (2019), donde se valoran las variables que se relacionan a continuación: impacto, funcionalidad y oportunidad.





Por lo que constituye el propósito del estudio: diseñar una alternativa didáctica para el entrenamiento del desmarque en los balonmanistas pioneriles de balonmano del municipio Vertientes.

MATERIALES Y MÉTODOS

Para la organización de la investigación se asumen dos etapas: una primera etapa dedicada a la elaboración de la alternativa didáctica, la segunda etapa destinada a la valoración de los usuarios de la alternativa didáctica.

La etapa se llevó a cabo en el curso 2020-2021. En el proceso de investigación, el autor despliega una ardua labor donde a partir de la utilización de los métodos analítico-sintético; se realiza la descomposición del objeto con la finalidad de reconocer las múltiples relaciones y componentes por separado para luego integrarlos, a partir de la revisión de documentos, se develan las relaciones y características generales entre los elementos que se ponen de manifiesto en el entrenamiento técnico-táctico y en especial en los desmarques, se develan la tendencia del entrenamiento en la categoría estudiada en Cuba a tenor de lo que sucede internacionalmente. Todo lo cual se asume en la propuesta.

La consulta a los usuarios se lleva a cabo utilizando la encuesta como técnica de investigación. Estos emiten su juicio donde valoran la efectividad esperada de la alternativa didáctica.

En la presente investigación, se asume que los usuarios son los dos entrenadores del municipio Vertientes, además del jefe técnico y el comisionado del deporte en la provincia Camagüey.

Para llevar a cabo la evaluación se emplea la Matriz Chanlat, como se citó en Aguilar, (2019); se realizó el análisis de las variables a partir de asignar una puntuación que oscila en el rango de cero a diez puntos. El cero se considera el mínimo, mientras el diez constituye el máximo de puntos a alcanzar. Se entregó el instrumento a los usuarios para valorar los ítems colocados, donde:

Impacto (I): Contribución de la alternativa didáctica.

Funcionalidad (F): Aceptación, viabilidad y factibilidad.

Oportunidad (O): Demandas y necesidades.

El procesamiento de la información se realiza a partir de determinar la media de cada variable y la media para la variable de agrupación de los ítems (I, F y O). A continuación, se aplicó la fórmula para evaluar la efectividad de la alternativa didáctica. Efectividad esperada de la alternativa didáctica (EESE) = $I \times F \times O / 100$.

Se tomó en consideración los siguientes indicadores:

Si $EESE > 8$, se considera con la efectividad esperada fuerte.

Si $5 \leq EESE \leq 8$, se considera con la efectividad esperada media.





Si EESE < 5, se considera con la efectividad esperada débil.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

La enseñanza-aprendizaje en la categoría 11-12 años es un proceso pedagógico complejo, orientado de manera simultánea, aunque con intencionalidades diferentes hacia la formación técnica, táctica, teórica, psicológica y de las capacidades físicas. La enseñanza-aprendizaje técnico-táctica se particulariza por la interacción dialéctica de los componentes técnico, físico, teórico y psicológico, en favor de resultados competitivos satisfactorios y la formación integral de los atletas. Las habilidades a formar mediante el tratamiento didáctico técnico-táctico se conciben en la literatura actual, desde dos posiciones teóricas: habilidades técnico-tácticas y habilidades tácticas, según Moya Bell, Y., Sánchez Ramírez, L., & Bertot Ortega, L. (2021).

La alternativa didáctica que se propone para llevar a cabo el entrenamiento del desmarque en los balonmanistas pioneriles del municipio Vertientes asume las consideraciones teóricas y metodológicas expuestas por Moya Bell, Y., Sánchez Ramírez, L., & Bertot Ortega, L. (2021), en cuanto a los componentes y estructura que debe tener una alternativa didáctica. A partir de estos sustentos el investigador propone la nueva alternativa que se propone a continuación.

Objetivo general: perfeccionar el desmarque, mediante juegos en aras del desarrollo técnico-táctico de los jugadores que posibilite el alcance de ventajas espaciales para penetrar, desequilibrar o minimizar a la defensa durante el partido.

Fases de la alternativa didáctica para el entrenamiento del desmarque

La alternativa didáctica para el entrenamiento del desmarque la integran las fases de caracterización del jugador, concepción del entrenamiento del desmarque, entrenamiento del desmarque, control y evaluación, así como las orientaciones para su aplicación. En lo adelante serán explicadas las fases en las que se transitan por acciones y procedimientos que permiten cumplir con los propósitos que se pretenden lograr.

Primera fase: Caracterización del jugador.

La fase de caracterización del jugador tiene la función de conocer al jugador que se incorpora al equipo por primera vez, así como constatar cómo inicia la preparación aquellos que continúan en el equipo. Es por ello que, el entrenador realiza una pesquisa lo más integral posible (determinación de las particularidades intelectuales y conducta en la escuela; determinación de las particularidades del entorno donde vive el niño; determinación del dominio del desmarque que posee cada jugador), de forma tal que cuente con los elementos necesarios para planificar el proceso de entrenamiento potenciando todas las fortalezas que tiene cada niña, y a su vez,





poniendo en práctica todos los recursos que permitan limar las dificultades en el menos tiempo posible.

Segunda fase: Concepción del entrenamiento del desmarque.

La concepción del entrenamiento del desmarque parte de los resultados que arrojó la caracterización de los niños y las niñas. Al respecto el entrenador debe concebir el entrenamiento a partir de las potencialidades y debilidades de los jugadores; es necesario que el contenido y las vías que se utilicen para llevarlo a cabo, impliquen a los jugadores en su propio proceso de aprendizaje, ocupando el papel de sujetos protagonistas. Para esto, el entrenador debe concebir el entrenamiento como un espacio activo e interactivo donde es orientador, guía, mediador del aprendizaje.

Es necesario que el entrenador conciba el entrenamiento, a partir de vías que propicien la autodeterminación, la valoración de situaciones de juego, habilidades, creatividad, las relaciones entre compañeros y adversarios, pero de manera tal que todo esto suceda de manera gradual.

Lo expresado en el anterior se sustenta en que la práctica sistemática de una disciplina deportiva se distingue por provocar un cambio en el medioambiente del individuo. Se introduce un régimen de actividad física al cual el cuerpo no estaba previamente adaptado. Ante este nuevo estímulo, el organismo trata de adaptarse con todo el complejo de sistemas, incluidos el sistema nervioso central y el sistema muscular. La interacción entre las distintas respuestas de estos sistemas establece la eficacia de la respuesta del cuerpo en su conjunto, según Pérez Martínez, I., Martínez García, M., & Quintana Díaz, A. (2021).

La concepción del proceso está estructurada en los aspectos que se relacionan a continuación: Elaboración de los objetivos del programa de entrenamiento relacionado con él desmarque. Concepción del contenido de entrenamiento. Precisión de los métodos que se emplean en el entrenamiento. Concepción de la tarea técnico-táctica que se utiliza en el entrenamiento. Concepción de la evaluación de la asimilación la tarea.

Tercera fase: Entrenamiento del desmarque.

La fase de entrenamiento del desmarque se caracteriza por el rol protagónico de los jugadores, a partir de la mediación del entrenador en el cumplimiento de las tareas.

Esta fase esta encaminadas a realizar las tareas mediante juegos motrices. Es fundamental la progresión en la enseñanza-aprendizaje creando condiciones parecidas a la competencia.

En esta fase, se pone en práctica todo lo concebido en la que antecede; es por ello que, en este momento el investigador se centra en la precisión de los juegos que se emplearan para el cumplimiento de los objetivos programados.





La concepción de los juegos tiene como premisa que los principales resultados confirman que el entrenador emplea situaciones reducidas y que la agrupación de jugadores influye en el resto de las variables que definen una tarea de entrenamiento, identificando una estructura estable de tareas de entrenamiento a partir del tipo de situaciones de juego, según Mancha-Triguero, D, Baquero, B, Ibáñez, S.J, y Antúnez, A. (2022).

Cuarta fase: Control y evaluación.

La fase de control y evaluación permite al entrenador retroalimentarse en relación a la marcha del proceso de preparación de los jugadores, en el caso particular en relación al desmarque, el objetivo es controlar y evaluar el nivel de comportamiento táctico alcanzado en los desmarques, enfatizando en la reflexión en torno a las vías de solución de los errores.

Orientaciones para la aplicación de la alternativa didáctica

- ✓ Tener presente el nivel intelectual de los niños y niñas para confeccionar los equipos durante los juegos.
- ✓ Integrar los equipos existiendo un balance entre los niños y niñas que poseen mayor desarrollo técnico-táctico con los menos aventajados.
- ✓ El entrenador debe aplicar juegos en algún momento de la clase donde se tenga la posibilidad de atender de manera particularizada a aquellos niños y niñas que poseen un aprendizaje más lento que el resto del equipo.
- ✓ Durante la organización de los juegos en la unidad de entrenamiento es necesario balancear los equipos distribuyendo a los niños más creativos, de forma tal que exista un equilibrio en los equipos.

El principal resultado de la investigación es la alternativa didáctica en sí misma, es por ello que los usuarios la valoran, los resultados de sus valoraciones se recogen en la tabla 1 que se muestra a continuación (Tabla 1).

Tabla 1. - Resultados de la Matriz de Chantal aplicada a los usuarios

No	Variables	Ponderación	Ponderación promedio
Impacto (I)			9.35
1	Contribución al logro de los objetivos totales	9.50	
2	Satisfacción de las necesidades de los jugadores	9.25	
3	Satisfacción de las necesidades de los entrenadores	9.50	
4	Cantidad de componentes que involucra	9.00	
5	Contribución al entrenamiento del desmarque de los jugadores	9.25	
Funcionalidad (F)			9.30
6	Aceptación de la alternativa didáctica para el entrenamiento del desmarque	9.25	
7	Disponibilidad de recursos para su aplicación	9.50	
8	Viabilidad en los recursos de fácil utilización para su adecuada aplicación	9.25	
9	Calidad del proceso de entrenamiento	9.50	
10	Factibilidad	9.00	





Oportunidad (O)		9.25
11	Demandas del entorno que favorecen la acción	9.00
12	Necesidad de una alternativa didáctica para el entrenamiento del desmarque	9.25
13	Urgencia de la necesidad de solución	9.50
14	Apoyo general esperado	9.25
TOTAL		9.3

Como se recoge en la tabla 1, los usuarios consideran que la alternativa didáctica para el entrenamiento del desmarque de los jugadores de la categoría 11-12 años del municipio Vertientes contribuye a los objetivos generales relacionados con esta conducta táctica de manera fuerte. Satisface las necesidades tanto de los jugadores como de los entrenadores. Además, que involucra una gran cantidad de componentes, lo que se expresa en la evaluación obtenida (fuerte). Consideran que la alternativa didáctica contribuye a llevar conocimiento técnico-táctico de los jugadores.

Lo expresado permite plantear que los usuarios consideran que la alternativa didáctica puede tener un fuerte impacto en el entrenamiento del desmarque de los porteros jugadores de la categoría 11-12 años del municipio Vertientes.

En relación funcionalidad, los usuarios tienen un grado de aceptación fuerte de la alternativa didáctica. Además, consideran que existe una fuerte disponibilidad de recursos para su puesta en práctica. Sostienen el criterio que existe una fuerte viabilidad en los recursos de fácil utilización para su adecuada aplicación. En relación a la calidad del proceso de entrenamiento lo evalúan de fuerte. En relación a la pregunta sobre la factibilidad, estos otorgan una puntuación alta, lo que indica que es fuerte. Como se parecía en la tabla los usuarios consideran que la alternativa para el entrenamiento del desmarque puede ser funcional.

En relación al entorno donde se aplicará la alternativa didáctica, los usuarios sostienen que las demandas del entorno favorecen su aplicación. En otro orden, son del criterio que la alternativa didáctica propuesta constituye una necesidad para favorecer el desarrollo táctico de los jugadores por ser el desmarque una conducta imprescindible para jugar al balonmano. Lo anterior se relaciona con el resultado que arrojó la variable urgencia de la necesidad de solución, ya que se demuestra que urge solucionar la problemática que estudia. Existe consenso al valorar que se espera un fuerte apoyo general a la alternativa.

Resumiendo, se puede plantear que las tres variables (impacto, factibilidad, oportunidad) puestas consideración para ser evaluadas por los usuarios obtienen calificaciones muy fuertes, lo que permite que la valoración general de la alternativa didáctica para el entrenamiento del desmarque de los jugadores como fuerte y con ello aceptada por los usuarios. Lo expresado permite considerar la





necesidad de la aplicación de la alternativa didáctica para su valoración en la práctica.

CONCLUSIONES

Los presupuestos teórico-metodológicos permiten fundamentar que, durante el proceso de preparación en el balonmano la técnica y la táctica se deben abordar como una unidad dialéctica, ponderando la acción táctica debido a la incertidumbre del juego. Por lo que se debe entrenar a partir de la perspectiva del modelo para la enseñanza integrada técnico-táctica, donde el juego sea el método por excelencia por permitir crear condiciones similares a la actividad competitiva.

Se diseña una alternativa didáctica que, complementa y perfecciona a las metodologías y procedimientos metodológicos tradicionales para el entrenamiento del desmarque, sustentada en la relación entre la estructura de círculos concéntricos en el tratamiento a los contenidos, los principios y problemas tácticos que se deben tener en cuenta al ataque, así como los principios pedagógicos.

Los usuarios consideran que la alternativa didáctica es adecuada el entrenamiento del desmarque en los jugadores del municipio Vertientes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguilar-Macías, A.S, y Ruiz-Sánchez, J.I, (2019). El entrenamiento femenino en el medio fondo, ciclo menstrual y necesidades actuales. *Ciencia y Deporte*. 4. (1) enero - julio, 2019, p.1 - 18 ISSN 2223-1773.disponible en: <http://revistas.reduc.edu.cu/index.php/cienciaydeporte/>
- Contreras Alfonso, P.A, Cervera Ramírez, O.J, y Lanza Bravo, A.C. (2021). Clasificación y organización de los ejercicios para el tratamiento del contraataque en el balonmano. *Universidad&Ciencia* 10(3) septiembre-diciembre (2021) ISSN: 2227-2690 RNPS: 2450. Disponible en: <http://revistas.unica.cu/uciencia>
- Pombo Menezes, R, Longarela Pérez, B, y Rafaela Galatti, L. (2020). Entrenamiento de balonmano en las categorías junior y senior: diferencias y similitudes. *Revista Euroamericana de Ciencias del Deporte*, 9 (2), 87-94. n: <http://revistas.um.es/sportk>
- Bana, Ph., Späte, D., Lund, A., Strub, P, & Khalifa, A. (s.f). Introduction to handball for students aged 5 to 11. *Handball at school*. Disponible en: www.academiavirtualIHF.com
- Mancha-Triguero, D, Baquero, B, Ibáñez, S.J, y Antúnez, A. (2022). Incidencia de la agrupación de los jugadores en el diseño de las tareas de entrenamiento





en balonmano. *Retos*, 2022 (1º trimestre). disponible en:
<https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/index>

Pérez Martínez, I., Martínez García, M., & Quintana Díaz, A. (2021). Interrelación entre variables relacionadas con la velocidad del lanzamiento en el béisbol /Interrelation between variables related to the speed of pitching in Baseball. *PODIUM - Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 16(3), 743-756.

<https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/990>

Flores-Rodríguez, J., & Ramírez-Macías, G. (2021). Non-linear Pedagogy in Handball: the Influence of Drill Constraints. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 143, 73-83: [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2021/1\).143.08](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2021/1).143.08)

Flores-Rodríguez, J., & Anguera, M. T. (2018). Patrón de juego en balonmano según el jugador que ocupa la posición de central. *Apunts Educación Física y Deportes*, 134 (4), 110-123. [https://doi.org/DOI:http://dx.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2018/4\).134.08](https://doi.org/DOI:http://dx.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2018/4).134.08)

Moya Bell, Y., Sánchez Ramírez, L., & Bertot Ortega, L. (2021). Alternativa didáctica para la formación de las habilidades tácticas en taekwondistas categoría 11-12 años. *PODIUM - Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 16(2). <https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/952>

Conflicto de intereses:

Los autores declaran no tener conflictos de intereses.

Contribución de los autores:

Los autores han participado en la redacción del trabajo y análisis de los documentos.

