



**Galileo**  
UNIVERSIDAD  
La Revolución en la Educación

FACULTAD DE CIENCIA Y  
TECNOLOGIA DEL DEPORTE

FACTEDE



La Nueva Guatemala de la Asunción,  
31 de julio 2015

Señora  
Yessica Miloska Ramos Montenegro  
Estudiante de la Facultad de Ciencia y Tecnología del Deporte  
Presente

Estimado Señora Ramos Montenegro:

Me complace informarle que, después de haber leído y estudiado la tesis: ***Proceso de Renovación de Talentos en el Boxeo Femenino***, investigación efectuada previa a optar al título de Licenciado en Ciencia y Tecnología del Deporte, esta Decanatura manifiesta su autorización para la publicación de la misma, para que continúe con los trámites de graduación.

Atentamente,

*Sergio Arnoldo Camargo Muralles, MSC*  
*General y Licenciado*  
*Decano*

*Facultad de Ciencia y Tecnología del Deporte*



**Galileo**  
UNIVERSIDAD  
La Revolución en la Educación

FACULTAD DE CIENCIA Y  
TECNOLOGIA DEL DEPORTE

FACTEDE

La Nueva Guatemala de la Asunción,  
17 de mayo 2015

Licenciado  
Sergio Arnaldo Camargo Muralles  
Decano de la Facultad de Ciencia y Tecnología del Deporte  
Universidad Galileo.

Distinguido Licenciado Camargo Muralles:

De manera respetuosa me dirijo a usted para informarle que la tesis con el tema: ***“Proceso de Renovación de Talentos en el Boxeo Femenino”*** que corresponde al estudiante **Yessica Miloska Ramos Montenegro**, con número de carné **9713433**, presentado previo a optar el grado académico de **Licenciada en Ciencia y Tecnología del Deporte**, ha sido objeto de revisión del trabajo de graduación, elaborado por la estudiante, por lo que puede continuar con el trámite de graduación.

Atentamente,

Licenciado Alfonso Saravia Siliézar  
Asesor  
Colegiado No. 11963



**Galileo**  
UNIVERSIDAD  
La Revolución en la Educación

FACULTAD DE CIENCIA Y  
TECNOLOGIA DEL DEPORTE

FACTEDE



La Nueva Guatemala de la Asunción,  
20 de julio 2015

Licenciado

Sergio Arnoldo Camargo Muralles

Decano de la Facultad de Ciencia y Tecnología del Deporte  
Universidad Galileo.

Distinguido Licenciado Camargo Muralles:

De manera respetuosa me dirijo a usted para informarle que la tesis: ***Situación Actual del Proceso de gestión Administrativa en las Instalaciones de los Escenarios Deportivos ubicados en la Ciudad de los Deportes, zona 5 de la Ciudad de Guatemala, 2015***, del estudiante ***Oscar Guillermo Gómez Gómez***, con número de carné 09001685, presentado previo a optar el grado académico de **Licenciado en Ciencia y Tecnología del Deporte**, conjuntamente con el Licenciado Alfonso Saravia Siliezar, Colegiado No. 11963 y mi persona, después de revisarlo detenidamente y hacer las correcciones pertinentes, en mi calidad de revisor de redacción, estilo y ortografía, le informo que el trabajo de graduación ha cumplido con todos los requerimientos que exige la Universidad, por lo que está concluida a nuestra entera satisfacción y debe continuar con el trámite de graduación.

Agradezco la atención a la presente y me despido con mis muestras de deferencia y respeto.

Lic. Rodolfo Roberto Corzo de León  
Asesor Lingüístico  
Colegiado No. 5,579



**Galileo**  
UNIVERSIDAD  
La Revolución en la Educación

FACULTAD DE CIENCIA Y  
TECNOLOGIA DEL DEPORTE

FACTEDE



La Nueva Guatemala de la Asunción,  
24 de enero 2015

Señora  
Yessica Miloska Ramos Montenegro  
Estudiante de la Facultad de Ciencia y Tecnología del Deporte  
Presente

Estimado Señora Ramos Montenegro:

Me permito informarle que respecto de su solicitud de fecha 23 de enero del año en curso, ha sido autorizado su tema de investigación **Proceso de Renovación de Talentos en el Boxeo Femenino**, que será desarrollada en la modalidad de tesis de graduación para cumplir el requisito previo a optar al grado académico de la Licenciatura en Ciencia y Tecnología del Deporte. Asimismo, ha sido aceptado como asesor del el Licenciado Alfonso Saravia Siliezar, Colegiado No. 11963.

Atentamente,

*Sergio Arnaldo Camargo Muralles, MSC  
General y Licenciado  
Decano*

*Facultad de Ciencia y Tecnología del Deporte*



**Galileo**  
UNIVERSIDAD  
La Revolución en la Educación

FACULTAD DE CIENCIA Y  
TECNOLOGIA DEL DEPORTE

FACTEDE

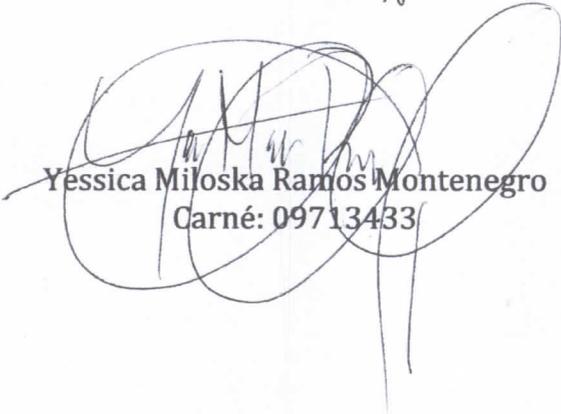
La Nueva Guatemala de la Asunción,  
23 de enero 2015

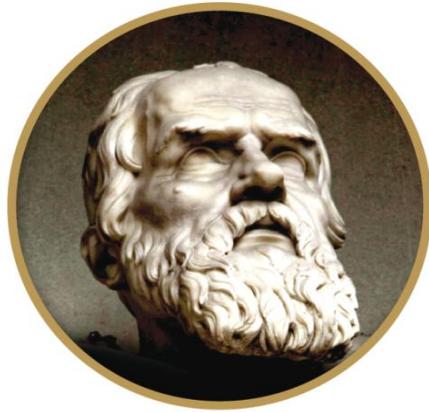
Licenciado  
Sergio Arnoldo Camargo Muralles  
Decano de la Facultad de Ciencia y Tecnología del Deporte  
Universidad Galileo.

Estimado Licenciado Camargo Muralles:

Me permito solicitarle su autorización para la aprobación del tema de investigación, el cual lleva por nombre **Proceso de Renovación de Talentos en el Boxeo Femenino**, que será desarrollado en la modalidad de tesis de graduación para cumplir el requisito previo a optar al grado académico de la Licenciatura en Ciencia y Tecnología del Deporte. Asimismo, solicitar aprobación para aceptar como asesor del trabajo de investigación el Licenciado Alfonso Saravia Siliézar, Colegiado No. 11963.

Atentamente, y

  
Yessica Miloska Ramos Montenegro  
Carné: 09713433



*Galileo*  
UNIVERSIDAD  
La Revolución en la Educación

**FACULTAD DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA  
DEL DEPORTE**

**Licenciatura en Ciencia y Tecnología del Deporte**

**“PROCESO DE RENOVACION DE TALENTOS  
EN EL BOXEO FEMENINO”**

**Yessica Miloska Ramos Montenegro  
Carne: 9713433**

**Ciudad de la Nueva Guatemala de la Asunción, Julio 2,015**

### **ACTO QUE DEDICO**

A **Dios** por su grandeza y amor. A mi Esposo Jimmi por apoyarme siempre en mis metas , A mis padres Alfonso, (Chocolate) que desde el cielo nos está cuidando y a **Marina**, mi Madre por darme la vida. A mi hija **Melannie** (Nonis) por enseñarme que existe el amor a primera vista y por iluminar mis días con su presencia.

Miloska Ramos

## AGRADECIMIENTOS

**A mi Familia**, Mi esposo y Mi hija por estar a mi lado en este momento tan especial en mi vida. **A mi Madre** Por siempre ser mi apoyo . **Al Rector:** *Dr. Eduardo Suger Cofiño*, mil gracias por la beca otorgada y por conservar la humildad siempre, ojala siguieran muchos su ejemplo. **A la Federación Nacional de Boxeo de Guatemala:** por darme la oportunidad de hacer la investigación. **A los entrenadores:** *Profesor Carlos López y Carlos Moran por permitirme entrenar y por ser fundamentales en este estudio al impulsar el Boxeo Femenino.* **A los Atletas:** *Boxeadoras que tienen un corazón de Guerreras Mayas, a ustedes gracias por ser parte de este estudio.* **A usted:** *Por tomarse el tiempo en leerlo.*

## RESUMEN

La presente Tesis tiene como objetivo presentar una propuesta de una Guía de Orientación para la Detección y Selección de Talentos del Boxeo Femenino de Guatemala.

Para el presente trabajo se toma como base los conceptos generales del entrenamiento Deportivo, las diferentes etapas de formación de una atleta en el boxeo, una pequeña síntesis de la Historia del Boxeo Femenino Olímpico y sus reglamentaciones, el Proceso de Detección de Talentos, los factores que influyen para el deporte y su incidencia en la Selección de talentos.

PALABRAS CLAVE:

**Detección, Talentos, Selección, Boxeo , Femenino. Proceso.**

## 1 Contenido

.....	0
1 Contenido.....	4
INTRODUCCIÓN.....	7
1 MARCO CONCEPTUAL.....	8
1.1. ANTECEDENTES DEL PROBLEMA.....	8
1.2 IMPORTANCIA DE LA INVESTIGACIÓN.....	11
1.3 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	11
1.4 ALCANCES Y LIMITES.....	12
1.4.1 ALCANCES:.....	12
1.4.2 LIMITES:.....	12
CAPITULO II.....	12
2. MARCO TEORICO.....	12
2.1 ACTIVIDAD FISICA.....	12
2.2. DEPORTE.....	12
2.3. ENTRENAMIENTO DEPORTIVO:.....	13
2.5 PLANIFICACIÓN DEPORTIVA.....	13
2.6 COMPONENTES DE LA PLANIFICACIÓN DEPORTIVA.....	14
2.7 Etapa de Preparación General :.....	17
2.8 Etapa de Preparación Específica:.....	17
2.9 BOXEO :.....	17
2.10 HISTORIA DEL BOXEO :.....	18
2.11 BOXEO GUATEMALTECO.....	19
2.12 BOXEO PROFESIONAL :.....	20
2.13 BOXEO FEMENINO :.....	20
2.13.1 LAS CATEGORÍAS DE COMPETENCIA POR EDAD PARA MUJERES SON:.....	21

2.13.2	LAS CATEGORÍAS DE COMPETENCIA POR PESO PARA MUJERES SON :....	21
	45 kg - 48 kg, 51 kg, 54 kg, 57 kg, 60 kg, 64 kg, 69 kg, 75 kg, 81 kg, 81+ kg .....	21
2.13.3	INDUMENTARIA REQUERIDA .....	21
2.13.4	SISTEMA DE PUNTUACION .....	22
2.13.5	ROUNDS EN BOXEO FEMENINO.- .....	22
2.13.6	CUENTAS DE PROTECCIÓN BOXEO FEMENINO:.....	23
2.14	GENERALIDADES PARA LA ENSEÑANZA DEL BOXEO .....	23
2.15	ENSEÑANZA DE LAS TECNICAS DEL BOXEO .....	23
2.16	EL ENTRENAMIENTO DEL BOXEO .....	24
2.18	LA PREPARACION TÉCNICA DEL BOXEO:.....	24
2.19	LA PREPARACIÓN TÁCTICA DEL BOXEO:.....	24
2.20	PREPARACIÓN MORAL .....	25
2.21	PREPARACIÓN VOLITIVA.....	25
2.22	PREPARACIÓN TEÓRICA:.....	25
2.23	LA ESCUELA DE BOXEO .....	25
2.24	LA PLANIFICACIÓN .....	26
2.25	INICIACION DEPORTIVA.....	26
2.26	FASES DE LA INICIACION DEPORTIVA.....	27
2.27.1.2	EL FISIOTIPO:.....	31
2.27.1.3	PSICOTIPO .....	31
2.27.4	LAS CARACTERISTICAS PSICO-MOTRICES Y COGNITIVAS : .....	32
2.28	EL FACTOR EXOGENO.....	32
3	CAPÍTULO III .....	44
	MARCO METODOLOGICO .....	44
3.1	OBJETIVO GENERAL.....	44
3.2	OBJETIVOS ESPECIFICOS:.....	44
3.3	VARIABLES:.....	45

3.4	DEFINICIÓN CONCEPTUAL.....	45
3.5	LOS SUJETOS.....	45
3.6	MUESTRA.....	45
3.7	INSTRUMENTO:.....	46
CAPITULO IV.....		46
4.	ANÁLISIS ESTADÍSTICO .....	46
4.1	PRESENTACIÓN DE DATOS .....	46
4.2	INFORME Y GRAFICAS: .....	46
4.3	ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS .....	56
4.4	COMPROBACIÓN DEL PROBLEMA: .....	57
4.6	CONCLUSIONES .....	58
4.7	RECOMENDACIONES.....	59
ANEXOS .....		64

## INTRODUCCIÓN

El presente estudio tiene como propósito el planteamiento de un programa que contribuya a la captación y selección de talentos del boxeo femenino en Guatemala. La captación y selección de talentos permitirá generar una reserva deportiva que contribuirá de forma sostenible y consistente en los procesos con los atletas seleccionados que cuenten con las aptitudes físicas, psicológicas y otras que contribuyan a cumplir con las diferentes etapas de preparación deportiva del atleta de forma sistemática.

Se presenta el presente estudio enfocado a niñas y señoritas jóvenes de edades comprendidas entre los 17 a 38 años, dada la importancia del deporte como medio para formar valores como el respeto, el Honor, el Juego Limpio etc., también contribuye en alejar a la juventud de forma positiva de vicios como las drogas, el alcoholismo y la delincuencia entre otros como el de pertenecer a grupos de vandalismo como las denominadas Maras.

El Boxeo es un deporte bastante completo que aunado a lo anterior dentro de sus múltiples beneficios permite mejorar la calidad de vida de los quienes la practican. El establecimiento de programas orientados a la captación de talentos y masificación del boxeo femenino por parte de la Federación Nacional de Boxeo es de suma importancia con la búsqueda de la mayor cantidad de niñas y jóvenes que quieran participar ya que esto permitirá una selección de talentos entre las asistentes al programa. En el Capítulo I contiene la información de la problemática que se identificó relacionada a la captación de talentos y masificación. En el Capítulo II : Marco Teórico, brevemente se describe el Boxeo, la preparación deportiva, la Detección y Selección de Talentos, entre otros. En los Capítulos III y IV el Marco Metodológico se presentan los datos de la población investigada y una Guía de Orientación para

la Detección y Selección de Talentos del Boxeo Femenino, finalizando con las conclusiones y recomendaciones obtenidas de la investigación.

## .CAPITULO I

### **1 MARCO CONCEPTUAL**

#### **1.1. ANTECEDENTES DEL PROBLEMA**

Con relación a los estudios realizados por los egresados profesionales según Tesarios de la Universidad Nacional y de las demás Universidades Privadas de Guatemala, se estableció que no se han realizado estudios con relación a la Renovación de Talentos en el Boxeo Femenino de Guatemala.

En la década del 2,000 el boxeo femenino dio paso a un fenómeno social, despertó el interés publicitario a nivel mundial en los diferentes medios de comunicación debido a que varias hijas de boxeadores famosos como Laila Alí, hija del Campeón mundialmente reconocido e icono del boxeo Profesional, Mohamed Ali, se lanzó como boxeadora profesional, asimismo Jackie Frazier , hija de Joe Frazier dieron pie a motivar a muchas mujeres a la práctica de este deporte, en Guatemala no fue la excepción y se inicia la historia del boxeo femenino en la Federación Nacional de Boxeo a través de la participación en entrenamientos de una mujer, contando con el apoyo de un entrenador con visión futurista al desarrollo del boxeo femenino.

En principio la Federación Nacional de Boxeo no contaba con un área sanitaria específica para damas hasta el año 2,001 que debido a la afluente cantidad de interesadas en el boxeo, las autoridades de la Federación decidieron construir un espacio para mujeres con sanitarios, duchas y lockers. Del año 2000 al 2,003 fueron incorporándose varias mujeres a la práctica deportiva, Sin embargo fue hasta el año 2,004 que por primera vez dos atletas representaron a Guatemala en el I Campeonato Centroamericano Femenino de Boxeo, realizado en la República de Costa Rica, obteniendo como resultado de ésta

primera participación, una medalla de Bronce y una medalla de Plata. La segunda participación de la Selección Nacional Femenina de Boxeo Guatemalteco fue en la Ciudad de Managua, Republica de Nicaragua en el año 2,005 en el II Campeonato Centroamericano Femenino de Boxeo, donde se obtuvieron dos medallas de oro y una de Plata y una de Bronce. A partir del año 2006 la participación de atletas a nivel nacional e internacional en el boxeo femenino en Guatemala ha sido escasa y con inconsistencia en la práctica deportiva sistemática por parte de las atletas.

La cantidad de mujeres interesadas en entrenar boxeo de forma competitiva en Guatemala es muy escasa y la mayor parte que han asistido a los entrenamientos, han abandonado al poco tiempo de iniciarse debido a varios factores la mayoría porque no tienen la disciplina necesaria para soportar los arduos entrenamientos y exigencias que requiere este deporte, a esto se agrega el estigma<sup>1</sup> social que afronta una mujer que practica el boxeo en una sociedad machista que se atreve trastocar su femineidad públicamente al entrenar un deporte practicado tradicionalmente por hombres. “De esta forma, mientras se considera que el boxeo es una actividad “normal” para los varones, aparece como la más inapropiada para las mujeres.” H. Esparza. (2,010)

“Un ejemplo paradigmático lo proporciona Pierre de Coubertin, fundador de los modernos Juegos Olímpicos, quien aseguró en uno de sus discursos inaugurales (1912) que el deporte femenino era “completamente contra natura” (Fausto-Sterling, 2000: 5).”<sup>2</sup> El romper con estos paradigmas ha sido una tarea ardua de las boxeadoras ya que el boxeo es un deporte que enaltece la masculinidad. “Pero sobre todo el boxeo es una tecnología de género. H.

---

Estigma : <sup>1</sup> . m. Marca o señal en el cuerpo. 2. m. Desdoro, afrenta, mala fama. Real Academia Española.

<sup>2</sup> Orden discursivo y tecnologías de Género en el Boxeo; H M..Esparza pag. 167

Esparza citando a Sara Fields. (2005: 130), “El box se ha contemplado como algo que salva la masculinidad (como lo imaginó Teddy Roosevelt). El boxeo multiplica de manera fundamental estas características en todas sus dimensiones, como espacio para la masculinización de los niños y los jóvenes, como el lugar donde se endurecen el cuerpo y el carácter por medio de técnicas corporales intensas, repetidas y deliberadas. Técnicas dirigidas al establecimiento de una disciplina rigurosa cuya finalidad es preparar no sólo para la pelea, sino también para la vida.”<sup>3</sup> Estos preceptos emergen un desafío muy grande para las mujeres en nuestro país que se interesan en el boxeo pero sobre todo un reto para los padres y familiares que ven el deseo de sus hijas por practicarlo que a opinión general atenta contra su integridad física y belleza. Un deporte masculinizado culturalmente en donde los golpes buscan literalmente golpear fuertemente al rival hasta derivarlo. ””. Robert Anasi (2002: 101) considera que un nocaut<sup>4</sup>, mandar a alguien a la lona, significa arrebatarle la hombría. Para Hauser (2000: 7), el varón está obsesionado con la victoria. Wacquant.” (1992: 234).

En la historia del Boxeo Femenino Guatemalteco han habido mujeres que desafiaron estas premisas y han bregado cosechando triunfos para Guatemala, sin embargo los recursos económicos asignados para las Boxeadoras Guatemaltecas no son suficientes siendo evidente la falta de equipamiento como protectores de pechos, guantes, protectores de cabeza y protectores genitales, así como el estímulo económico para las atletas. Esto ha repercutido el abandono de las atletas por diferentes razones como lesiones, desmotivación o por falta de interés. Pero a pesar de estas limitantes existen varias atletas con pasión a este deporte que desafían a la sociedad e incluso a su familia, para perseguir el sueño de boxear y subir un día al pódium al más

---

<sup>3</sup> El Boxeo Como Tecnología De La Masculinidad, H.M. Esparza, Pag. 162-163,191

<sup>4</sup> Nocaut.(Del ingl. knock-out).1. m. Am. Golpe que deja fuera de combate. 2. m. Am. Derrota por fuera de combate.3. adv. Am. fuera de combate.Real Academia Española

alto nivel. Es por ello necesario contar con una cantera de atletas que sean detectadas y seleccionadas no solo por el deseo de boxear sino porque tienen las condiciones requeridas para este tipo de deporte como factores volitivos, técnicos, morfológicos y psicológicos.

## **1.2 IMPORTANCIA DE LA INVESTIGACIÓN**

Este estudio es importante por el aporte al Deporte Guatemalteco por su contenido teórico, científico plantea una propuesta que de utilizarse servirá como una herramienta de apoyo para los entrenadores que les permitirá de una forma sistemática realizar el proceso de captación y selección de los talentos que en un futuro podrán pasar a formar parte del equipo Nacional.

Para los Dirigentes Deportivos el obtener el resultado del estudio presentado en la investigación será de gran utilidad ya que dispondrán de información importante que les concientizará acerca de la importancia del proceso de Selección y Captación de Talentos y de verlo como positivo tomar decisiones al respecto que repercutan en un mejor apoyo al boxeo femenino, asimismo la información obtenida será de beneficio para las atletas porque de implementarse el programa tendrán mejores condiciones y oportunidades de desarrollarse en su vida deportiva.

## **1.3 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

Sí la Federación Deportiva Nacional de Boxeo implementa un programa sobre proceso de captación y selección de talentos en sus diferentes asociaciones deportiva. Genera entonces la siguiente interrogante.

¿Cómo la Federación Nacional de Boxeo, detecta y selecciona los talentos para la rama del boxeo femenino?

## **1.4 ALCANCES Y LIMITES**

### **1.4.1 ALCANCES:**

Este estudio se trabajó con atletas de la rama femenina entre las edades de 17 a 38 años.

### **1.4.2 LIMITES:**

Se espera despertar el interés los dirigentes de la Federación Nacional de Boxeo para la implementación sistemática del proceso de Detección y Selección de Talentos en el boxeo Femenino por medio de la capacitación a entrenadores.

## **CAPITULO II**

## **2. MARCO TEORICO**

### **2.1 ACTIVIDAD FISICA**

Podemos definir la actividad física como “Cualquier movimiento corporal producido por la acción muscular voluntaria que aumenta el gasto de energía. Blasco (1,994)

### **2.2. DEPORTE**

El concepto Deporte en el Plan Integral se refiere al señalado por la Carta Europea del Deporte del Consejo de Europa, Rodas 1992: “Se entenderá por «deporte» todo tipo de actividades físicas que, mediante una participación, organizada o de otro tipo, tengan por finalidad la expresión o la mejora de la condición física y psíquica, el desarrollo de las relaciones sociales o el logro de resultados en competiciones de todos los niveles”.<sup>5</sup> para Pierre de Coubertain<sup>6</sup>

---

<sup>5</sup> Titulaciones y regulación del ejercicio profesional en el deporte. Bases y perspectivas. J.Espartaco, A. Palomero, 2012, Pag. 208.

<sup>6</sup> Pierre Fredy de Coubertin, barón de Coubertin, (París, Francia, 1 de enero de 1863 Ginebra, Suiza, 2 de septiembre de 1937) fue un pedagogo e historiador francés, y fundador de los Juegos Olímpicos modernos, Wikipedia.

### **2.3. ENTRENAMIENTO DEPORTIVO:**

Constituye la parte más amplia del fenómeno llamado deporte. Surge se desarrolla y se desenvuelve en una unidad con otros aspectos de la actividad deportiva. L. Matveev (1985)

“Es el proceso de adaptación del organismo a todas las cargas funcionales crecientes”.-Ozolin (1983).

### **2.4 PLANIFICACION DEL ENTRENAMIENTO**

La Planificación Deportiva conlleva acciones, actividades, tareas, sesiones todas distribuidas coherentemente y con intención anticipada de lograr los objetivos propuestos por el entrenador. “Planificar es anticipar, prever una secuencia lógica y coherente del desarrollo de las tareas que nos llevar a alcanzar objetivos previamente definidos. A. (Vasconcelos Raposo, 2000, p.19)

### **2.5 PLANIFICACIÓN DEPORTIVA**

Constituye una forma de ordenar los conocimientos e ideas con el objetivo de organizar y desarrollar las sesiones de entrenamiento durante la temporada y que éstas reúnan todos los aspectos propios del juego: tácticos- físicos- psicológicos, teniendo en cuenta el calendario de competición (López López, 2002). Por tanto, los objetivos de la planificación serán los siguientes:

- I. Evitar la improvisación, de la misma nace el fracaso.
- II. Conseguir una continua progresión y mantenimiento de la forma de los deportistas.
- III. Conseguir el máximo estado de forma en la época de la temporada que más nos interese.
- IV. Mantener un estado de forma óptimo durante la competición.

## 2.6 COMPONENTES DE LA PLANIFICACIÓN DEPORTIVA<sup>7</sup>

“El proceso de entrenamiento se estructura en periodos temporales bien definidos (Bompa, 2000):

- a. **Macroциclos** (ciclos anuales: preparatorio, precompetitivo, competitivo y transición).
- b. **Mesociclos** (ciclos de 2 a 8 semanas).
- c. **Microциclos** (ciclos de aproximadamente una semana).
- d. **Unidades de entrenamiento** (cada sesión en particular).

### a. **MACROCICLO:**

“ Constituye un conjunto de varios periodos, describe ciclos de entrenamiento con una duración de 5-6 semanas a 3-4 años.

Tiene varias fases:

Adquisición. Periodo Preparatorio (General y específico).•Estabilización.  
Periodo Competitivo

•Pérdida Temporal. Periodo Transición

La duración de estos varía según el autor pero aproximadamente su duración es entre 3 a 7 semanas”.

### b) **MESOCICLO**

Constituye un conjunto de varios microциclos, describe, ciclos de entrenamiento de entre dos a ocho semanas. Diferentes tipos de mesociclos empleados para la planificación del entrenamiento. Adaptado de Harre (1987: 108)

---

<sup>7</sup><http://www.efdeportes.com/efd148/la-planificacion-deportiva-y-sus-componentes.htm>

<b>Tipos</b>	<b>Objetivos principales</b>
<b>Introdutorio</b>	Revisión y restablecimiento de la formación deportiva general.
<b>Básico</b>	Mejora del nivel funcional de los factores individuales del rendimiento que se desarrollaron en un nivel superior, en un nivel nuevo, mas alta y compleja capacidad de rendimiento; control de nivel de rendimiento.
<b>Preparatorios y de control</b>	Transformación de los factores individuales del rendimiento que se desarrollaron en un nivel superior, en un nivel nuevo, más alta y compleja capacidad de rendimiento; control de nivel de rendimiento.
<b>Complementario</b>	Eliminación de debilidades conocidas, corrección de errores, estabilización de destrezas y capacidades recién adquiridas.
<b>Competitivo</b>	Se pone especial énfasis sobre la estructuración del rendimiento; trabajo sobre tácticas flexibles y estandarizadas bajo condiciones competitivas.
<b>Intermedio- a (recuperación-preparatorio)</b>	Estructuración ulterior de las bases que determinan el rendimiento después de una serie de competiciones; eliminación de los puntos débiles.
<b>Intermedio- b (recuperación-mantenimiento)</b>	Restauración y estabilización del rendimiento durante un periodo competitivo relativamente largo.
<b>Precompetitivo</b>	Expresión óptima del rendimiento y de todos los factores del rendimiento y su estabilización; preparación para el pico competitivo.

Cuadro: La planificación deportiva y sus componentes, Jose M. Rodriguez ,2010,efdeportes

c. **MICROCICLOS :**

El microciclo es la estructura que adapta el entrenamiento en un intervalo de tiempo reducido (7-10 días).

**Se caracterizan**

- a. Acumular y reunir un conjunto de sesiones de entrenamiento cuyos componentes volumen e intensidad) fluctúan durante dicho periodo.
- b. El grado de carga varía en función de las características de cada sujeto.
- c. Mantienen una estructura de carga creciente y variable.
- d. Tiene como fundamento el principio de la relación óptima entre la carga y la recuperación.

**Tipos de Microciclos**

Iniciación o introductorio: para iniciar un periodo.

- I. **Carga:** Se utiliza para plantear cargas importantes y superar los niveles de rendimiento.
- II. **Choque:** Se plantean para superar grandes cargas de entrenamiento y buscar efectos de choque en el rendimiento.
- III. **Acumulación:** Para continuar o acumular determinadas cargas del entrenamiento.
- IV. **Competición:** Para preparar una competición importante y obtener un pico en el rendimiento.
- V. **Recuperación o regeneración:** para restablecer o recuperarse de periodos de carga

d. **SESIONES DE ENTRENAMIENTO**

La unidad elemental dentro de una estructura de entrenamiento.

## **2.7 Etapa de Preparación General :**

Vasconcelos Raposo (2000) dice citando (Matveiev) :El objetivo del entrenamiento esta etapa es el construir los “ inicios “ de la forma deportiva. Una de las características del entrenamiento en esta etapa consiste en no estar orientado a una profundización o en la especialidad pero si a ampliar las posibilidades funcionales del organismo que, directa o indirectamente, son necesarias para conseguir la forma deportiva.(P.136)

## **2.8 Etapa de Preparación Específica:**

A. Vasconcelos Raposo (2000) En la segunda etapa del período preparatorio se produce una alteración, tanto en la estructura como en el contenido del programa de entrenamiento, con el objetivo de desarrollar las condiciones propias para un inmediato establecimiento de la forma deportiva.(P.137)

## **2.9 BOXEO :**

<sup>8</sup>Los boxeo (del inglés boxing), también llamado a veces boxeo inglés o boxeo irlandés, y coloquialmente conocido como box, es un deporte de combate en el que dos contrincantes luchan utilizando únicamente sus puños con guantes, golpeando a su adversario de la cintura hacia arriba, dentro de un cuadrilátero especialmente diseñado a tal fin, en breves secuencias de lucha denominadas asaltos o rounds y de acuerdo a un preciso reglamento, el cual regula categorías de pesos y duración del encuentro, entre otros aspectos.

De un modo más general, boxeo o pugilismo se refiere a un amplio género de deportes de combate en las que dos adversarios se enfrentan en lucha utilizando los puños, de manera exclusiva o no, diferenciándose según sus reglas diferentes deportes como el ya mencionado boxeo inglés o boxeo propiamente dicho, el boxeo francés o savate, el boxeo chino o boxeo Shaolín, el kick boxing o boxeo japonés, el muay thai o boxeo tailandés, los antiguos pugilatos griegos como el pygmachia y el pancraccio, etc .

---

<sup>8</sup>[https://es.wikipedia.org/wiki/Boxeo#cite\\_note-1](https://es.wikipedia.org/wiki/Boxeo#cite_note-1)

## **2.10 HISTORIA DEL BOXEO :**

A La primera prueba del pugilismo<sup>9</sup> fue encontrado en Egipto y se remonta al año 3000 antes de Cristo. Los combatientes estaban desnudos y el evento fue parte de las festividades del Rey. Durante años y años, el boxeo ha evolucionado de forma continua y se aceptó por primera vez como un deporte olímpico en 688 aC en la 23ª Olimpiada de Olimpia. Onomastos de Esmirna se convirtió en el primer campeón olímpico de boxeo. Más de 2.600 años después, el boxeo sigue en el programa de los Juegos Olímpicos. La primera competición de boxeo en los Juegos Olímpicos de la era moderna fue en la edición de 1904 en St-Louis (EE.UU.), con combates en siete categorías de peso.

Varios años más tarde, los representantes de las asociaciones nacionales de Inglaterra, Francia, Bélgica, Brasil y los Países Bajos se reunieron en una conferencia preparatoria para la fundación de una federación internacional de boxeo: la Fédération Internationale de Boxe Amateur (FIBA). La fundación oficial de la FIBA se celebró el 24 de agosto 1920 durante los Juegos Olímpicos de Amberes, Bélgica. La competencia internacional creció rápidamente permitiendo que los aficionados puedan competir en torneos de prestigio.

En noviembre de 1946, un nuevo comienzo se le dio al cuerpo de gobierno del boxeo con el fin de recuperar parte de la pérdida de credibilidad causada por el comportamiento de algunos altos funcionarios durante la Segunda Guerra Mundial. FIBA fue disuelto y la Asociación Amateur de Boxeo Inglés, en colaboración con la Federación Francesa de Boxeo, decidió crear la AIBA; l'Asociación Internacional de Boxeo Amateur.

Ahora, 60 años después, la AIBA sigue gobernando Juegos Olímpicos de boxeo, mientras que el nuevo presidente de la AIBA Dr. Ching-Kuo Wu lleva el boxeo en una nueva era.

---

<sup>9</sup> <http://www.aiba.org/aiba-boxing-history2/>

La palabra "amateur" ya no se utiliza, mientras que la forma del boxeo en todo el mundo está cambiando su imagen a través de un nuevo logotipo y bases del concurso revolucionarias.

Lo más importante, durante este tiempo de cambio, la Asociación Internacional de Boxeo sigue trabajando diligentemente para asegurar un deporte libre justo, seguro y drogas para el beneficio de todos los fans de la noble arte.

## **2.11 BOXEO GUATEMALTECO**

La Federación Nacional de Boxeo de Guatemala tiene su ubicación en la 26 calle 9-31 zona 5, 1er. Nivel Palacio de los Deportes. Es la entidad rectora del Boxeo en Guatemala.

### **2.11.1 ASPECTOS LEGALES :**

La Ley nacional para el Desarrollo de la Cultura Física y del Deporte, Decreto 76-97 en sus artículos 100 y 101 establece las funciones de las Federaciones Deportivas Nacionales como rectoras y gestoras del deporte en función así como el fomento, desarrollo, organización, supervisión, fiscalización y reglamentación de su respectivo deporte en todas sus ramas en el territorio nacional, así como la obligación de las federaciones y asociaciones deportivas nacionales a elaborar proyectos anuales de planes de trabajo siendo estos la base para el plan de la Confederación y para su vigencia deberán ser aprobados previamente por el Comité Ejecutivo de la Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala. Los Estatutos vigentes de la Federación Nacional de Boxeo de Guatemala aprobados según acuerdo 076/95 –CE-CDAG en los artículos 7, y del 7.1 al 7.11 establece de manera general que la Federación promoverá, fomentara el boxeo en todas sus manifestaciones, y velara por el cumplimiento de las Leyes vigentes y además porque se cumplan las leyes conforme las reglas internacionales asimismo se auspicie el mayor número de boxeadores.

### **2.12 BOXEO PROFESIONAL :**

<sup>10</sup>Durante los siglos XVII y XIX, la motivación para las peleas de boxeo era el dinero, mientras los peleadores competían por el premio, los promotores controlaban las entradas, y los espectadores apostaban al resultado. El movimiento moderno olímpico reavivó el interés por el deporte aficionado, y el boxeo aficionado se convirtió en un deporte olímpico en 1904. En la forma actual, peleas olímpicas y otras peleas aficionadas son típicamente limitadas a tres o cuatro asaltos, el marcador es computado por puntos basados en la cantidad de golpes limpios que hayan aterrizado sin importar el impacto, y los peleadores visten equipo de protección de la cabeza, reduciendo el número de heridas, derribes y nocauts.

### **2.13 BOXEO FEMENINO :**

<sup>11</sup>El boxeo femenino olímpico es un deporte de combate. Es análogo al boxeo en sus características esenciales, salvo pocas adecuaciones llevadas a cabo para facilitar su práctica por mujeres. Es practicado tanto de forma amateur como profesional.

Apareció por primera vez en los Juegos Olímpicos en una demostración en 1904, pero no fue sino hasta los Juegos Olímpicos de Londres 2012 que fue incluido, siendo el deporte que más años ha tardado en ser incluido en la historia debido a prejuicios de género. A pesar de lo anterior, su práctica ya se había extendido durante la mitad del Siglo XX y contaba con el apoyo de diversos entes deportivos reconocidos, incluyendo la Asociación Mundial de Boxeo (AMB), el Consejo Mundial de Boxeo (CMB) y la Asociación Internacional de Boxeo de Mujeres (WIBA). Muchas son las similitudes con el boxeo masculino en lo que respecta a técnica y dedicación del deportista, aunque también se encuentran algunas diferencias. En boletín enviado a todas las

---

<sup>10</sup> Boxeo profesional y boxeo aficionado; <https://es.wikipedia.org/wiki/Boxeo>

<sup>11</sup> Boxeo Femenino: [https://es.wikipedia.org/wiki/Boxeo\\_femenino](https://es.wikipedia.org/wiki/Boxeo_femenino)

federaciones por la AIBA (asociación internacional de Boxeo Amateur) con fecha 13 de agosto de 2009 la AIBA da a conocer públicamente la integración del boxeo femenino en los Juegos Olímpicos del 2,012 a celebrados en la Ciudad de Londres, Inglaterra.

### **2.13.1 LAS CATEGORÍAS DE COMPETENCIA POR EDAD PARA MUJERES SON:**

- Las mujeres boxeadoras entre las edades de 19 a 40 años se clasifican como Boxeadoras Elite .
- Jóvenes boxeadoras entre las edades de 17 a 18 años se clasifican como boxeadores Juveniles.
- Señoritas boxeadoras entre las edades de 15 a 16 años se clasifican como Cadetes.
- La edad de una boxeadora se determina usando su año de nacimiento.

### **2.13.2 LAS CATEGORÍAS DE COMPETENCIA POR PESO PARA MUJERES SON :**

45 kg - 48 kg, 51 kg, 54 kg, 57 kg, 60 kg, 64 kg, 69 kg, 75 kg, 81 kg, 81+ kg  
 Para Mujeres en edad Elite existen, tres (3) categorías de peso para participación en los Juegos Olímpicos de la siguiente manera: 48 kg - 51 kg, 57 kg - 60 kg, 69 kg - 75 kg

### **2.13.3 INDUMENTARIA REQUERIDA**

El equipo con el que debe contar la boxeadora para un combate es:

- Protector Dental(no se permite el color rojo)
- Vendas
- Camiseta
- Pantalóneta
- Guantes de Boxeo de 10 Onzas
- Botines

- Para las mujeres es obligatorio el uso de un protector pectoral bien ajustado y de su medida. No se autorizará a combatir sin dicha protección o en caso de que se mueva la misma o no esté bien sujeta. Se permite su sujeción con cinta adhesiva o esparadrapo
- Protector Genital (Opcional)

#### **2.13.4 SISTEMA DE PUNTUACION**

El sistema de puntuación <sup>12</sup>que debe ser utilizado en todos los combates, será el de mejor de 10 puntos por asalto. La puntuación de los combates se llevará a cabo de dos formas:

- Mediante Sistema Electrónica
- Mediante Tarjeta de Puntuación

Los Criterios para la otorgación de los Puntos: Cada Juez juzgará los méritos de los dos (2) Boxeadores utilizando el Sistema de Puntuación basado en los criterios siguientes:

1. Número de golpes de calidad en el área de destino
2. EL Dominio del Combate
3. Competitividad
4. La técnica y superioridad táctica
5. Violación de las reglas.

#### **2.13.5 ROUNDS EN BOXEO FEMENINO.-**

En todas las competiciones Femeninas Elite y Jóvenes, oficiales por la AIBA., los combates consistirán en cuatro (4) asaltos de dos (2) minutos cada uno. En

---

<sup>12</sup> [http://www.feboxeo.com/wp-content/uploads/2015/06/REGLAMENTO\\_BOXEO\\_BAN\\_2014.pdf](http://www.feboxeo.com/wp-content/uploads/2015/06/REGLAMENTO_BOXEO_BAN_2014.pdf)

la categoría cadetes los combates consistirán en tres (3) asaltos de dos (2) minutos cada uno y en todos los combates mencionados anteriormente, el intervalo de tiempo entre asaltos será de un (1) minuto.

#### **2.13.6 CUENTAS DE PROTECCIÓN BOXEO FEMENINO:**

En la categoría Elite, Jóvenes y Cadetes, cuando una boxeadora sea objeto de tres (3) cuentas obligatorias en el mismo asalto o de cuatro (4) cuentas en todo el combate, el árbitro deberá detenerlo, dando como resultado un Nocaout Técnico.

### **2.14 GENERALIDADES PARA LA ENSEÑANZA DEL BOXEO**

Enseñar es un proceso pedagógico que requiere del profesor

Dedicación y atención

- Planificación y organización de su trabajo
- Empleo de los medios y métodos más aceptables al actividad
- Aprovechamiento del interés que muestre el alumno y cumplimiento de las tareas asignadas.
- Selección , dosificación y enlace de los ejercicios físicos y los elementos técnicos y tácticos.
- Hacer las correcciones de errores generales e individuales
- Evitar demostrar al alumno los errores en que ellos incurran, antes de haber estereotipado el movimiento.
- Evaluación de logros y deficiencias. Medidas a tomar.
- Control individual del atleta, y otros.

### **2.15 ENSEÑANZA DE LAS TECNICAS DEL BOXEO**

Al enseñar cualquier elemento de la técnica o la táctica del boxeo se comenzará mediante la explicación y demostración de la técnica(parada de combate, recto de izquierda a la cara, etc.) auxiliándose con videos , fotografías y otros materiales relacionados con el aspecto técnico que se estudia. La explicación y la demostración se desarrollan paralelamente.

## **2.16 EL ENTRENAMIENTO DEL BOXEO**

La mejora de la actividad fisiológica como consecuencia del entrenamiento resulta en la elevación de la capacidad de trabajo físico. Para lograrlo se utilizan series de ejercicios de forma sistemática, que tienden a crear, mejorar y perfeccionar cualidades físicas, hábitos motores, la técnica y nociones tácticas, al unisono con la elevación de la actividad psíquica del deportista, por lo que se debe orientar el entrenamiento hacia un carácter formativo instructivo.

## **2.17 LA PREPARACIÓN FÍSICA DEL BOXEO**

Se conoce por preparación física el desarrollo de las cualidades necesarias a la actividad deportiva, encaminada a elevar notablemente las posibilidades funcionales del organismo, que se logra mediante la educación física con todos sus recursos.

## **2.18 LA PREPARACION TÉCNICA DEL BOXEO:**

Es la enseñanza y perfeccionamiento que se le imparten al boxeador de la ejecución de movimientos y acciones y que constituyen los elementos para efectuar los entrenamientos y librar los combates. La ejecución , según los fundamentos técnicos del boxeo tiene una directa relación con la preparación física y la táctica, y se desempeña con las características de cada una de estas.

## **2.19 LA PREPARACIÓN TÁCTICA DEL BOXEO:**

En el proceso de la preparación táctica para la competencia se deben tener presente los siguientes aspectos:

- Asimilación de los fundamentos teóricos de la táctica deportiva.
- Estudio de las posibilidades del o de los contrarios
- Asimilación de los recursos tácticos, de sus condiciones y variantes hasta llegar a dominarlos perfectamente.
- Desarrollo del razonamiento táctico.

## **2.20 PREPARACIÓN MORAL**

La preparación moral<sup>13</sup> resulta de gran valor educativo en la formación y los rendimientos de la boxeadora. Se manifiesta en el comportamiento diario con sus demás compañeras de equipo, sus rivales, su conducta ante la Sociedad.

## **2.21 PREPARACIÓN VOLITIVA**

Constituye un aspecto fundamental en la formación de la boxeadora, por lo que debe ser desarrollada correctamente, atendiendo a las características individuales y a sus manifestaciones ante las diferentes situaciones que se le presenten.

## **2.22 PREPARACIÓN TÉORICA:**

Existe un amplio conjunto de conocimientos necesarios a la boxeadora que rebasan los marcos de la preparación física, técnica y táctica ya señalados, se trata de los conocimientos de la historia y sociología del deporte, de la teoría del entrenamiento deportivo y de las disciplinas afines como lo son la fisiología aplicada al deporte, la higiene, el control médico, etc.

La preparación teórica es una de las vías mas importantes para la eficiencia del deporte como medio del perfeccionamiento armónico de la personalidad. Se desarrolla de varias formas: seminarios, conferencias, lecturas individuales, y encuentros, etc., propias de la enseñanza general y la autoinstrucción.

## **2.23 LA ESCUELA DE BOXEO**

La escuela de boxeo es un tipo de entrenamiento dedicado a la técnica y a la táctica, en la cual lleva a la conciencia al pugilista que no es únicamente el ataque , Las boxeadoras comprenden cada día mejor, que la táctica del combate no es mero ataque y que es la elaboración en el transcurso de la pelea

---

<sup>13</sup> Moral; 1.Disciplina filosófica que estudia el comportamiento humano en cuanto al bien y el mal.2 Conjunto de costumbres y normas que se consideran buenas para dirigir o juzgar el comportamiento de las personas en una comunidad. Real Academia Española

de un momento de posibilidad, de un momento no previsto por el contrario, durante el cual se debe atacar con velocidad, haciendo una posterior salida combate.

## **2.24 LA PLANIFICACIÓN**

Planificar el entrenamiento en el boxeo es confeccionar un programa de trabajo que permite al entrenador organizar y calcular los contenidos del entrenamiento. La planificación deportiva del boxeo tiene por objetivo obtener elevados resultados deportivos.

## **2.25 INICIACION DEPORTIVA**

Sánchez Bañuelos (1990), entiende el concepto de iniciación deportiva en un sentido amplio, esto es, “no considera a un individuo iniciado hasta que no es capaz de tener una operatividad básica, sobre el conjunto global de la actividad deportiva, en la situación real de un juego o competición”. Es un concepto de operatividad motriz y no de comprensión y memorización de una serie de datos a nivel verbal.

Para Hernández Moreno (1995), la iniciación deportiva “es el proceso de enseñanza-aprendizaje, seguido por el individuo para la adquisición del conocimiento y la capacidad de ejecución práctica de un deporte, desde que toma contacto con él hasta que es capaz de practicarlo con adecuación a su técnica, su táctica y su reglamento.” Esta vez la definición está planteada desde el punto de vista educativo al hacer incidencia en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Blázquez (1995), también defiende el concepto de iniciación deportiva desde el ámbito educativo aportando que es “el período en que el niño empieza a aprender de forma específica la práctica de uno varios deportes”. Desde el punto de vista educativo, por tanto, la iniciación deportiva supone un proceso de cara a la socialización del individuo, si bien dicho proceso, como señala Blázquez (1995) “se orienta más a unos aprendizajes

genéricos que al logro de una práctica eficaz en relación al deporte de competición” .Asimismo, Contreras (1998) considera que “los valores y actitudes, no han de ser los propios de la competición los que deben ser objetos de transmisión, sino aquellos otros que caracterizan al deporte en sus aspectos lúdicos y de entrenamiento del tiempo libre”:

## **2.26 FASES DE LA INICIACION DEPORTIVA**

Según Sánchez Bañuelos (1986), la enseñanza en esta etapa puede estructurarse según una serie de fases. Antes de desarrollar estas fases considera tres puntos fundamentales:

- 1 La edad cronológica y la edad biológica pueden no coincidir.
- 2 La iniciación deportiva lleva implícita un principio de especificidad como base de una futura especialización.
- 3 Las características del deporte pueden influir de una manera determinante en la edad adecuada para su iniciación.

### **En deportes individuales, ya sean en “línea o de adversario”.**

1. Presentación global del deporte. En esta fase, el alumno/a ha de comprender el objetivo y significado del deporte. El maestro/a debe dar el conocimiento de las reglas fundamentales, sobre todo las que sean determinantes para delimitar el tipo de ejecución y las técnicas específicas.

2. **Familiarización perceptiva.** Se ha de atender principalmente al os aspectos perceptivos de la actividad en sí y a los del entorno en el cual debe desenvolverse. Sólo si estos aspectos han sido asimilados pueden aprenderse con éxito los elementos iniciales de la ejecución. Es entonces cuando el alumno/a puede formarse una “atención selectiva” en función de la que poder estimar correctamente el valor que tienen los diferentes estímulos presentes y la importancia o insustancialidad de la información.

**3. Enseñanza de los modelos técnicos de ejecución.** Todos los deportes tienen una técnica o técnicas de ejecución que se constituyen en modelos de eficiencia a asimilar. El maestro, mediante la instrucción directa incidirá en el tipo de práctica global o analítica que vendrá determinado según el análisis del deporte en cuestión. El alumno/a, en esta fase, ha de llegar a adquirir los fundamentos de la técnica individual.

**4. Integración de los modelos técnicos en las situaciones básicas de aplicación.** Se deben plantear situaciones lo más próximas posibles a la situación real en las que el alumno/a pueda experimentar la dificultad real de ejecución que implican los diferentes elementos en su contexto auténtico. Esta fase supone la culminación de la etapa de iniciación y el alumno/a habrá alcanzado la operatividad prevista, pero en otros muchos deportes individuales o colectivos, donde el componente decisión es determinante, será necesario pasar a la siguiente fase.

**5. Formación de los esquemas fundamentales de decisión.** Hace referencia a la formación de una adecuada táctica individual. La estimación correcta de la adecuación-inadecuación de las diversas alternativas motrices, en una circunstancia determinada, supone un largo proceso de aprendizaje, así como el perfeccionamiento de los elementos técnicos de ejecución, pero las claves fundamentales pueden ser asimiladas por el alumno en esta fase de forma que, en el futuro, el desarrollo de su esquema de decisión se vea facilitado.

El maestro debe plantear situaciones de enseñanza en las que de una manera gradual la alternativa táctica básica sea binaria hasta llegar a situaciones de decisión múltiple. De este modo el alumno irá adquiriendo un sentido táctico y una capacidad de anticipación cognitiva, es decir, intuir qué es lo que va a hacer el oponente en función de qué es lo que sabe hacer mejor y qué es lo más probable.

Para los deportes individuales, esta fase constituye la culminación de la etapa de iniciación. En los deportes colectivos se precisará de las dos etapas siguientes.<sup>14</sup>

## **2.27 LA DETECCION DEL TALENTO Y LA ORIENTACION DEPORTIVA EN LA NIÑEZ Y EN LA JUVENTUD:**

Orientación deportiva significa establecer cuál es el grupo de disciplinas más adaptadas a las características de los sujetos, comenzando por detectar en ellos sus talentos, en base a sus intereses y en criterios científicos exactos provenientes de la genética, la antropometría, el estudio de las cualidades motrices y psicológicas permitiéndole así al niño expresar mejor su potencial morfológico-funcional (Pittera,1978).

Un programa de detección no debe consistir en eliminar a los individuos poco aptos para triunfar, sino en poner en las mejores condiciones a los que tienen un potencial sobresaliente.

El problema de la detección del talento pertenece al campo más crítico y al mismo tiempo a uno de los más importantes, ya sea en la investigación o en la práctica deportiva (Nádori, 1994). En él se plantea el poder predecir con varios años de anticipación el nivel de rendimiento de los jóvenes deportistas

### **2.27.1 LOS FACTORES ENDOGENOS**

La labor del equipo de detección es encontrar entre los jóvenes aquellos dotados de un potencial capaz de llegar a ser idéntico al de los que hoy presentan mejores rendimientos.

---

<sup>14</sup> [www.csi-csif.es/andalucia/modules/mod\\_ense/revista/pdf/Numero\\_38](http://www.csi-csif.es/andalucia/modules/mod_ense/revista/pdf/Numero_38)

Ese potencial está constituido por un conjunto de rasgos, que pueden distribuirse en cuatro categorías:

- 1- las características antropométricas.
- 2- las características fisiológicas (fisiotipo).
- 3- las características psicológicas (psicotipo) (Nádori, Cherebetiu).
- 4- las características psicomotrices y cognitivas (Durand, Fleishman y Barlet)..

Algunos de estos factores pueden ser desarrollados con estímulos (por ej. el peso corporal dentro de las características antropométricas), mientras otros están predeterminados o cambian difícilmente (estatura, velocidad).

#### **2.27.1.1 LAS CARACTERISTICAS ANTROPOMETRICAS:**

- Talla
- Peso
- Largo de brazos
- Porciento de grasa.

En el boxeo estas cuatro características son importantes para una boxeadora y contribuyen a que una boxeadora tenga más probabilidades de tener mejor resultado deportivo como el alcance al lanzamiento de los golpes, si la atleta tiene largos los brazos podrá conectar golpes de una mayor distancia. Puede darse el caso de una boxeadora bajita tenga el mismo alcance de brazos que una atleta más alta pero de no ser así, le costará más por lo que si es importante a la hora de detectar un posible talento se tomen en cuenta estas características por parte de los responsables de este proceso.

### 2.27.1.2 EL FISIOTIPO:

Según Durand (1988) conciernen al trabajo muscular y a las disposiciones cardiorespiratorias ante el esfuerzo. Fleishman distingue entre las primeras

- -Velocidad de movimiento de los miembros
- Rapidez de movimiento de las manos y los dedos
- Fuerza explosiva
- Fuerza estática
- Fuerza dinámica
- Fuerza abdominal
- Flexibilidad

y entre las segundas:

- El potencial anaerobio
- El potencial aeróbico:

### 2.27.1.3 PSICOTIPO

Las características psicológicas son esencialmente aquellas de la personalidad que se consideran estrechamente asociadas al comportamiento.

**Motivación:** Voluntad de vencer, intensidad en la dedicación

**Actividad:** -Resistencia psíquica y Resistencia a tareas largas e intensas

**Control:** -De la actividad (Atletas reflexivos o impulsivos), Aceptación del riesgo corporal. control de las reacciones, afectivas y emocionales y Resistencia psíquica al estrés o al fracaso

**Relación:** Cooperación, extroversión-introversión, -capacidad para asumir responsabilidades, agresividad, sociabilidad

En el boxeo los aspectos volitivos y psicológicos son fundamentales al momento de la detección de un talento porque las cargas de entrenamiento son altas así como el manejo de la agresividad y autocontrol juegan un rol importante.

#### **2.27.4 LAS CARACTERISTICAS PSICO-MOTRICES Y COGNITIVAS :**

Comprenden a las características individuales en lo que concierne al tratamiento de la información. Según Fleishman y Barler (1969), incluyen a las siguientes aptitudes:

Velocidad de reacción, Orientación espacial, Atención selectiva, Precisión de control , Destreza manual y Coordinación dinámica general.

#### **2.28 EL FACTOR EXOGENO**

El factor exógeno de mayor incidencia en la prestación es el entrenamiento.

#### **2.29 HERENCIA Y DETECCION DEL TALENTO**

Todos los seres humanos son únicos ya que el hombre es un ser biopsicosocial<sup>15</sup> y nos vemos afectados por factores internos como externos, esto quiere decir que aún aplicando las mismas cargas de entrenamiento, métodos, medios y principios a varias boxeadoras de la misma edad, peso, ubicación física , sexo y otros similares los resultados obtenidos no serán iguales.

Esto se debe a que muchos resultados De frente a estas consideraciones y experiencias, la respuesta a esta diferencia es el patrimonio genético que cuenta cada individuo, por eso es tan importante que se investigue el árbol genealógico del atleta , la relación de prestación motora del niño con sus padres y que características pueden ser hereditarias

---

<sup>15</sup> El modelo biopsicosocial es un modelo o enfoque participativo de salud y enfermedad que postula que el factor biológico (factores químicobiológicos), el psicológico (pensamientos, emociones y conductas) y los factores sociales, desempeñan un papel significativo de la actividad humana en el contexto de una enfermedad o discapacidad.

### **2.30 LOS CRITERIOS DE DETECCION DE TALENTOS**

El primer paso para elaborar un programa eficaz de detección es la determinación de los criterios de detección. Esto será efectuado en base al sistema de requisitos requeridos para obtener la máxima prestación en un deporte. Estos requisitos deben tener presente el nivel de capacidad y de los comportamientos que son necesarios para alcanzar los resultados más altos a nivel mundial de un deporte dado. Al determinar desde el punto de vista teórico el sistema de requisitos para un cierto tipo de deporte deben ser tomados en consideración dos grupos de componentes de base:

1- la estructura de la prestación deportiva. Esto significa determinar los elementos fundamentales para el logro de la prestación en un determinado deporte. Por ejemplo la relación entre las diversas capacidades condicionales y coordinativas y el nivel de los esquemas motores de base (lanzar, saltar,...) en un determinado deporte.

2- como segundo componente debemos tener en consideración los factores decisivos de la prestación que están en estricta relación con la edad:

Estatura, peso, proporciones corporales, fuerza, velocidad, resistencia, nivel de coordinación, etc.

### **2.31 TALENTOS DEPORTIVOS**

¿Qué es un talento?

Cuatro autores definen al talento deportivo como:

Borms (1994): es una persona supra-normal, no completamente desarrollada, dotada de condiciones especiales para desempeñarse con éxito en ciertas especialidades deportivas. De la definición se desprende que un talento deportivo es un individuo que, en

determinados estadios de su desarrollo, posee características que le pueden permitir con alta probabilidad, consolidarse en un deporte.

Burlo, López y Santana (1996): Es un individuo que posee un conjunto de aptitudes genéticas o adquiridas que permiten la obtención de resultados relevantes en una especialidad deportiva.

Hahn (1988): Es una persona con la disposición por encima de lo normal de poder y querer realizar unos rendimientos elevados en el campo del Deporte.

Kozel (1997). Es un atributo extremadamente complejo, genéticamente determinado, complicado en su estructura y sujeto a las condiciones del medio ambiente.

### **2.32 IDENTIFICACIÓN DE TALENTOS:**

La evaluación de niños y adolescentes usando baterías de test integradas por pruebas fisiológicas, físicas y de destrezas con el objetivo de identificar a aquellos con potencial para el éxito en determinados deportes. La práctica deportiva previa no es un requisito para la identificación.

### **2.33 SELECCIÓN DE TALENTOS:**

Weineck citando a Hofmann/Schneider,(1985) p,111, Por selección entendemos la decisión sobre la formación y el ingreso en la competición de un deportista en una determinada modalidad o disciplina, en un determinado momento y durante un determinado período.

Hahn (1,988), también cita que podremos distinguir tres formas de Talento: talento motor general, talento deportivo y talento deportivo específico.

a) **Talento motriz general** – que se observa en los niños en el hecho de que aprenden más fácil, más rápidamente y con mayor seguridad los movimientos, y que poseen un repertorio de movimientos amplio.

b) **Talento deportivo** – que aporta una disposición por encima del promedio de someterse a un programa de entrenamiento deportivo para conseguir éxitos deportivos.

c) **Talento deportivo específico para un deporte** – que conlleva los requisitos físicos y psíquicos para poder alcanzar rendimientos extraordinarios.

Jürgen Weineck citando a (Joch 1,982). El concepto estático del talento incluye como rasgos característicos los siguientes cuatro conceptos

- condiciones, que hacen hincapié en las capacidades;
- disposición, que destaca la voluntad;
- entorno social, que determina las posibilidades, y
- resultados, que documentan los rendimientos realmente conseguidos.

En la visión dinámica del talento, éste no se “estructura” a no ser en el transcurso de un proceso activo y dirigido hacia un objetivo (“especificación”), y este proceso es una transformación que abarca la personalidad en su conjunto

(cf. Mühle, 1971, 93; Joch, 1992, 87).

El concepto dinámico del talento incluye, pues, tres rasgos característicos principales, a saber:

- El proceso de cambio activo;
- La regulación mediante el entrenamiento y la competición, y

- El acompañamiento pedagógico.

Así pues, el concepto dinámico del talento se puede describir de la forma siguiente, centrándonos en el aspecto del desarrollo y siguiendo a Joch (1992, 87):

### **2.33.1 PROMOCIÓN DE TALENTO**

Jürgen Weineck citando a (cf. Röthig, 1983, 313). Por promoción del talento entendemos una serie de medidas selectivas para el desarrollo de las capacidades y destrezas específicas de una modalidad, sobre todo en deportistas jóvenes y dotados

### **2.33.2 MÉTODOS DE LA PROMOCIÓN DE TALENTOS**

Jürgen Weineck citando a, Joch (1992, 64), métodos muy diferentes

para promocionar a jóvenes talentos:

#### **A) DEJAR CRECER**

El juego en la calle se considera la reserva de talentos propiamente dicha, por ejemplo, en fútbol, baloncesto o voleibol; el natural encuentro diario con las condiciones ambientales de nieve y hielo se considera la mejor cantera en modalidades como patinaje y hockey sobre hielo; en estos planteamientos subyace la idea básica del “dejar crecer” (cf. Joch, 1992, 65). En el juego, los niños y jóvenes perfeccionan sus capacidades específicas de la modalidad de una manera a veces increíble: pensemos, por ejemplo, en los jóvenes virtuosos del monopatín y similares.

En los países del antiguo bloque socialista, del inicio lo más temprano posible y de la carga máxima posible. Mocker (1988, 79/80) justifica de la manera siguiente esta reducción de los grados de libertad:

“Un inicio lo más temprano posible debería provocar que el desarrollo biológico se asociara (y no precediera) a una carga elevada, con lo cual una capacidad de carga elevada durante toda la vida de rendimiento deportivo se convertiría en un hecho natural, incluso en una necesidad (“impronta” del deporte de rendimiento); asimismo, debería favorecer un aumento prolongado del volumen de entrenamiento y, partiendo de éste, de la intensidad (que implica riesgo de lesiones y consumo de sustancias); supondría también aprovechar la “mejor edad de aprendizaje motor” para la adquisición de técnicas complejas específicas (!) de la modalidad (especialización temprana), y aprovechar la desinhibición infantil para el aprendizaje de dificultades pronunciadas (p. ej., en gimnasia, salto de trampolín, etc.)”

## **B) MULTILATERALIDAD INTENCIONAL**

Con esta expresión nos referimos al intento de desarrollar el rendimiento deportivo partiendo desde la actividad multilateral y llegando a la especialización, desde la formación general amplia hasta los contenidos de entrenamiento específicos (cf. Thiess, 1976, 515).

El camino hacia el éxito se encuentra necesariamente en una mezcla óptima de estos planteamientos sobre la promoción de talentos.

### **2.33.3 FACTORES DE LA BÚSQUEDA DE TALENTOS**

En la búsqueda de talentos debe tenerse en cuenta varios condicionantes o factores de rendimiento que ejercen una influencia sobre el talento deportivo (cf. Hahn, 1982, 85):

- Condiciones antropométricas como estatura, peso, constitución corporal, proporciones, situación del centro de gravedad del cuerpo.
- Características físicas como resistencia aeróbica y anaeróbica, fuerza estática y dinámica, velocidad de reacción y de acción, flexibilidad y otras.
- Condiciones técnico-motoras relacionadas con la capacidad de equilibrio, sensación del espacio, de la distancia, de la velocidad, del balón, del agua, de la nieve, etc., capacidad de expresión, musicalidad y capacidades rítmicas.
- Capacidad de aprendizaje, reflejada en dotes de comprensión, capacidades de observación y de análisis.
- Disposición al rendimiento, con cualidades como disposición a la fatiga, tenacidad, constancia en el entrenamiento, tolerancia ante la frustración.
- Capacidades cognitivas como concentración, inteligencia motora (p. ej., inteligencia de juego), creatividad, capacidades tácticas.
- Factores afectivos como estabilidad psíquica, disposición a la competición, aguante en la competición y capacidad para dominar la tensión.
- Factores sociales como asunción de papeles, espíritu de servir al equipo, etc.

#### 2.33.4 ¿QUIEN DESEMPEÑA LA LABOR DE DETECCIÓN DE TALENTOS?

Debe ser un grupo multidisciplinario compuesto por entrenadores, médicos e investigadores de las Ciencias aplicadas al deporte que aborden a la disciplina desde el punto de vista pedagógico del deporte, funcional, Entrenamiento deportivo y conducción biológica de talentos a la alta competición morfológico, psicológico y médico. Deben conocer ampliamente el deporte y tener en cuenta la Biomecánica, la energética del deporte, las cualidades psicopedagógicas, etc. A partir de las características del deporte predominará el tipo de estudio a realizar, aunque debe ser multilateral.

#### 2.33.5 DETECCIÓN DE TALENTOS

Según (PANCORBO,1984; 1985) Es un aspecto muy necesario en el deporte actual.

#### 2.33.6 EDAD BIOLÓGICA

Pancorbo (1,992) citando a (TANNER, 1971; TITTEL, 1967; PARIZKOVA, 1974). los componentes genéticos del fenotipo deportivo han sido estudiados por científicos del deporte, tanto por la exigencia cognoscitiva .como por las posibilidades prácticas que éstos pueden brindar en el ámbito de la selección de la aptitud para determinada disciplina deportiva y las de entrenamientos. La investigación ha probado que la disposición y el interés por un deporte, o por categorías de deportes homogéneos, es una cualidad hereditaria, así como es hereditaria la eficiencia deportiva.

El crecimiento y desarrollo de los muchachos/as están ampliamente reconocidos como índices muy sensibles de la salud y nutrición de la población

Venerando (1973) al igual que Klissouras (1977) han llegado a conclusiones similares, aportando argumentos determinantes sobre la aptitud de un atleta y su posterior rendimiento deportivo. Entre estos tenemos:

1. La heredabilidad de los componentes de la capacidad física.
2. El influjo ambiental sobre algunos de dichos componentes, es el límite genético de la adaptabilidad funcional.

En exámenes realizados por ellos se demuestra claramente un control genético respecto a los distintos parámetros antropométricos: en particular la estatura y longitud de los segmentos del esqueleto, mientras el peso corporal aparece influido por el factor ambiental.

### **2.33.7 DETECCIÓN PRECOZ DE TALENTOS DEPORTIVOS EN EL BOXEO**

Para los entrenadores de boxeo, descubrir con mayor proyección de futuro en el campo del rendimiento el posible talento, es quizás el problema más importante que requiere de una solución con prontitud, para ello la detección precoz es sin duda una de las vías que debe asumirse, en la cual la Federación Venezolana de este deporte debiera incursionar y orientar mediante pruebas lo que debiera hacerse con la finalidad de controlar en edades bien temprana los futuros campeones olímpicos.

La detección precoz hay que entenderla como descubrir, dar a conocer posibilidades que no se conocen, pero que están en el individuo. La precocidad supone una anticipación de la maduración de los procesos de desarrollo tanto fisiológico como psíquico, respecto a los niveles medios de los niños de la misma edad y sexo

#### **2.33.7.1 VENTAJAS DE LA DETECCIÓN PRECOZ**

La detección precoz de talentos es fundamental para el deporte de alto rendimiento. Bompa, T. (1987), considera como ventajas de la detección precoz de un talento deportivo, las siguientes:

- a. Tiempo reducido para llegar a la élite.
- b. El entrenador trabaja con los mejores elementos.
- c. Aumento del número de deportistas que pueden llegar a nivel internacional.
- d. Aumento de la homogeneidad del grupo de atletas de élite.
- e. Aumento de la confianza del atleta elegido.

En esta misma línea, Nadori, L. (1991), considera como ventajas de la detección precoz del talento deportivo, las siguientes:

- a. Desarrolla mejor su rendimiento por efecto de los estímulos de entrenamiento.
- b. Responderá mejor a una intensificación del entrenamiento y de la carga de competición.
- c. Adquirirá pronto las técnicas deportivas, realizándolas también en condiciones idóneas (capacidad de aprendizaje, creatividad).
- d. Poseerá una característica importante sobre todo en los juegos deportivos, la creatividad.

Una detección precoz, facilita por deducción al entrenador de boxeo:

1. Conocer con anticipación las habilidades y capacidades que más se destacan en el niño.
2. Seleccionar dentro de un grupo, aquellos que muestren las características del tipo de boxeador que se desea.

3. Menor tiempo de trabajo invertido para la enseñanza de los fundamentos básicos del boxeo.

4. Estrecha familiarización en la relación profesor-alumno

### **2.33.8 ASPECTOS PEDAGÓGICOS Y METODOLÓGICOS DEL BOXEO Y SU RELACIÓN CON LA SELECCIÓN DE TALENTOS DEPORTIVO**

Las características generales del boxeo son un elemento importante a considerar en cualquier proceso de selección deportiva. El boxeo, atendiendo a su estructura funcional o al desarrollo de la misma se clasifica como un deporte de combate (Bouet, 1968; Durand, 1969; Knapp, 1979), entre otros. Parlebas (1981) propone considerar a toda la situación motriz como un sistema de interacción global entre un sujeto actuante, el entorno físico y el/los otro/s participante/s eventuales, identificándose a partir del establecimiento de una interacción motriz (socio-motricidad) por la oposición contra adversarios en la cual el boxeo se inserta en el sistema global de duelos deportivos.

Características psicofísicas del boxeador

1-Desde lo psicológico

- Un gran equilibrio emocional.
- Alto grado de activación
- Capacidad de concentración.
- Tolerancia al esfuerzo y al dolor físico.
- Tolerancia al estrés

## 2-Desde las capacidades físico motoras

- Un gran desarrollo de las capacidades coordinativas (acople, reacción diferenciación, cambio, equilibrio)
- De las capacidades condicionales( fuerza-potencia, velocidad de reacción y de acción motora, resistencia intermitente )
- De gran exigencia técnica y táctica.

## 3- Desde las respuestas perceptivas y motoras

- Abierto donde las respuestas deportivas son siempre cambiantes, tanto en la defensa como en la combinación de golpes en el ataque.
- Con gran contacto físico, por estar cuerpo a cuerpo con el otro.
- De riesgo ya que por el gran contacto físico puede generar lesiones importantes.(Se combate con cabezal mientras se es amateur, no así en el profesional aunque se enfrente con coquilla y protector bucal , el reglamento hoy protege más al sujeto en algunos aspectos.
- Individual ya que es solo uno el que compite.

El inicio del deporte en edades tempranas para el alcance de alto rendimiento en la adultez, se considera un proceso de desarrollo de las capacidades y formación de destrezas motoras, acaecidas en las fases para el alcance del rendimiento deportivo. No cabe la menor duda, que el iniciar la práctica de deporte en edades tempranas se crea la reserva deportiva entre ellas el boxeo de clase superior. En la formación del boxeador olímpico, se requiere, desde su inicio, una organización científica de la dirección del proceso de entrenamiento, y un trabajo sistemático a largo plazo. Hay países con inicio temprano en esta

práctica deportiva desde la etapa escolar pero muchos boxeadores de otros países que inician las prácticas del boxeo a los 15, 16 ó 17 años. En este sentido Ozolin (1983 ) plantea que los elevados resultados deportivos de los boxeadores se alcanzan entre los 18 y 22 años, lo cual indica un inicio temprano en el deporte y una sistematicidad de varios años (entre 6 a 8 años) de práctica que permita aprovechar en los niños, adolescentes y jóvenes las variaciones morfo-psico-funcional y motor que se suceden en el organismo, aspectos comentados también por especialistas (Digteriov y Judadov, 1983; Alonso, 1987, Hahn 1989).<sup>16</sup>

### **3 CAPÍTULO III**

#### **MARCO METODOLOGICO**

##### **3.1 OBJETIVO GENERAL**

Determinar cómo se realiza del proceso de captación y selección para mujeres en la Federación Nacional de Boxeo de Guatemala.

##### **3.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS:**

- 1** Determinar las actividades y acciones que realiza la Federación Nacional de Boxeo para el Proceso de Detección y Selección de Talentos en el Boxeo Femenino.
  
- 2** Determinar si el Boxeo Femenino recibe apoyo por parte de los directivos de la Federación Nacional de Boxeo asignándole recursos económicos dentro de su plan anual de trabajo e implementación deportiva suficiente y adecuada para las atletas.

---

<sup>16</sup> <http://www.monografias.com/trabajos88/referencia-seleccion-talentos-deportivos-comunitaria-especialidad-boxeo/referencia-seleccion-talentos-deportivos-comunitaria-especialidad-boxeo.shtml>

- 3 Determinar la experiencia y formación técnico deportiva del entrenador asignado a las atletas boxeadoras de la Federación Nacional de Boxeo.
- 4 Establecer que pruebas se les realiza por parte del entrenador asignado a las Boxeadoras en la Federación Nacional de Boxeo para formar parte de la Selección de su Asociación Deportiva así como a las boxeadoras que pasan a formar parte del Equipo Nacional de Boxeo Femenino.
- 5 Determinar la temporalidad de entrenamiento sistemático de las boxeadoras dentro de la Federación Nacional de Boxeo.
- 6 Identificar y Seleccionar la teoría para el estudio de la Selección y Captación de Talentos

### **3.3 VARIABLES:**

Selección y captación de Talentos en el boxeo femenino.

### **3.4 DEFINICIÓN CONCEPTUAL**

Debe entenderse como Detección y Selección de Talentos en el Boxeo Femenino, al proceso de identificación de una atleta que manifiesta aptitudes deportivas y que es seleccionada por poseer determinadas características genéticas, psicológicas, físicas y de otro tipo que son particulares para el Boxeo.

### **3.5 LOS SUJETOS**

El estudio fue establecido con mujeres entre las edades de 14 a 30 años que practican Boxeo en la Federación Nacional de Boxeo de Guatemala..

### **3.6 MUESTRA**

22 Atletas de Boxeo entrenadores Mujeres en la Federación Nacional de Boxeo de Guatemala, 6 y un Dirigente Deportivo.

### **3.7 INSTRUMENTO:**

- A) Cuestionario con preguntas cerradas a las atletas boxeadoras.
- B) Se realizaron entrevistas estructuradas con entrenadores de la Federación Nacional de Boxeo y Asociaciones de Sacatepequez y Chimaltenango.
- C) Se realizó trabajo de observación en varias sesiones de entrenamiento con el fin de obtener información cualitativa acerca de los atletas para el estudio realizado.

## **CAPITULO IV**

### **4. ANALISIS ESTADISTICO**

#### **4.1 PRESENTACIÓN DE DATOS**

A continuación se presentan y analizan los resultados obtenidos en el estudio realizado con una muestra de 22 atletas Mujeres de Boxeo entre las edades de 17 a 38 años. Asimismo un análisis descriptivo y cualitativo.

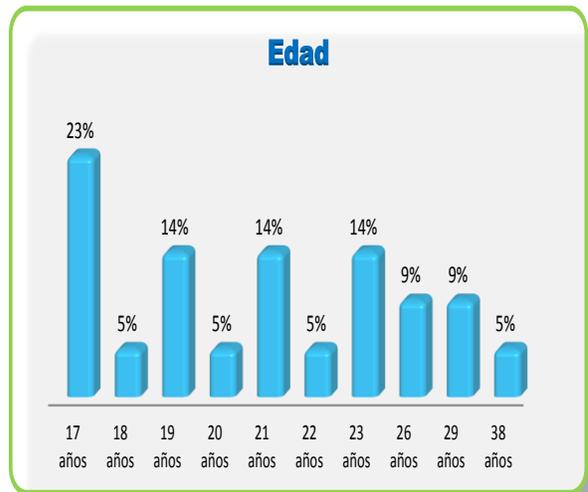
#### **4.2 INFORME Y GRAFICAS:**

A continuación se presentan los datos y las graficas según los criterios siguientes.

- a. Informe y Graficas por Edades
- b. Informe de Datos por Categoría
- c. Informe y Graficas por Formación Deportiva
- d. Informe y Grafica por frecuencia de Competencia
- e. Informe y Grafica por opinión

#### 4.2.1 Informe y Graficas de Datos:

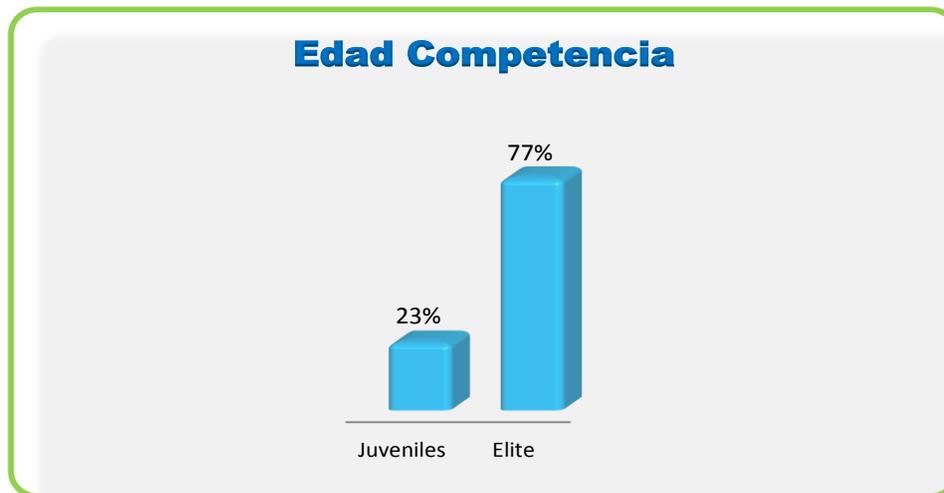
**Distribución de la Muestra por Edades:** representa el porcentaje de distribución de la muestra por edades



**Gráfica No. 1**

La Grafica No.1 El 23% y ponderando la muestra lo comprenden los atletas de 17 años, el 14% los atletas de 19 y 22 años.

**Edad de Competencia:** Representa el porcentaje de distribución de la muestra por edad deportiva de competencia de las atletas, en el Boxeo existen tres categorías de Edades de Competencia: Cadetes, Juvenil y Elite



**Gráfica No. 2**

En la gráfica No. 2 se observa que el mayor porcentaje fue de los atletas en edad de competencia Elite con un 77% y Juveniles con un 23%.

**Distribución de la Muestra por Posición en el deporte:** Representa el porcentaje de distribución de la muestra por categoría de peso.

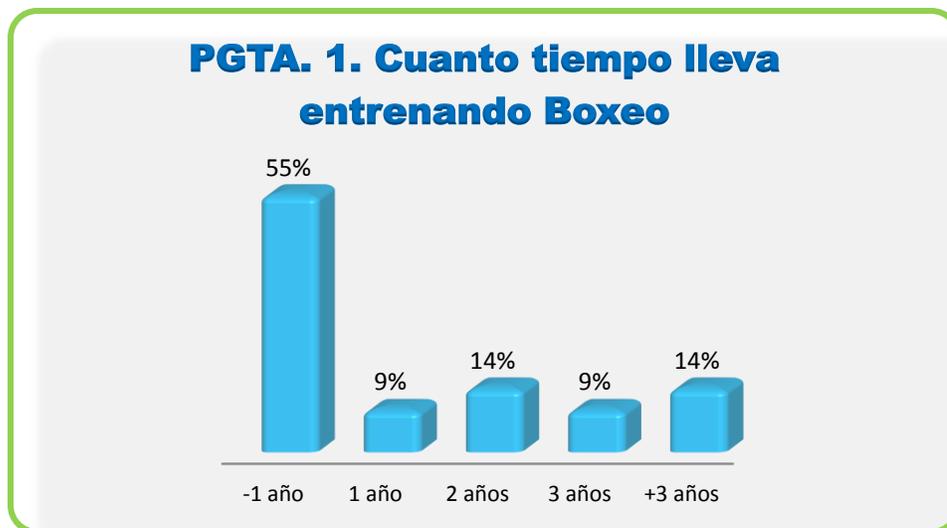


**Gráfica No. 3**

En la GráficaNo.3 se puede observar que dentro de la muestra de estudio el mayor porcentaje de las atletas se encuentra en la categoría de los 54 kilogramos con un .32% y la segunda categoría con mayor porcentaje es la de 51 kg. Con el 23% , además se puede observar que la categoría de los 69 kg. Es la más baja con un 9%.

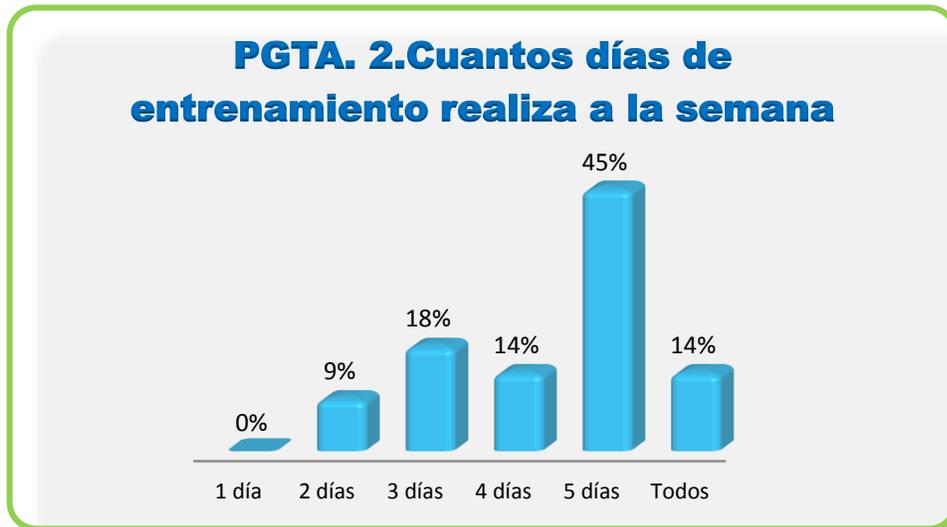
**Temporalidad de Entrenamiento Sistemático:** Representa la temporalidad de entrenamiento por porcentaje de la muestra.

Grafica No.4



En la Grafica No.4 se puede observar que el 55% de la muestra tiene menos de un año de entrenamiento, el 14% tiene 2 años y el 14% más de 3 años. Este dato refleja que es importante que las atletas que ingresan a la práctica deportiva no abandonen el deporte.

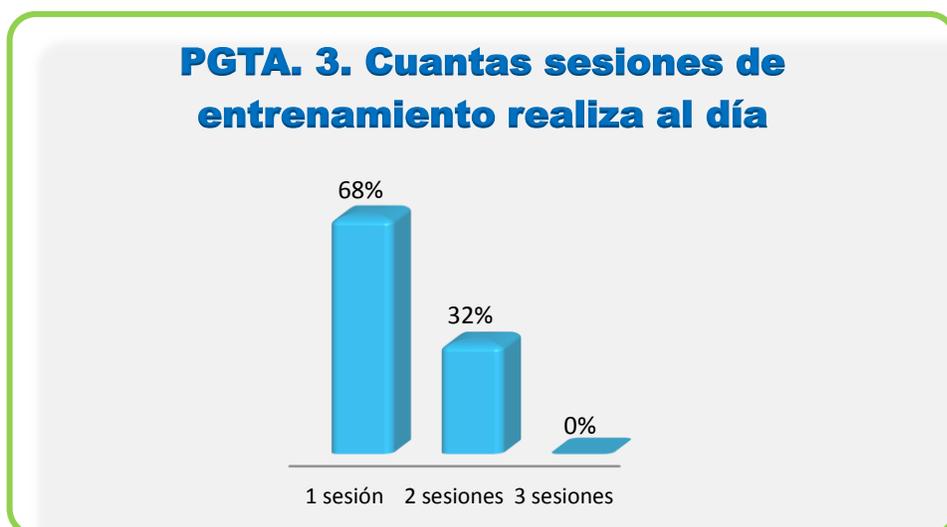
**Sesiones de Entrenamiento:** Representa la cantidad de días de entrenamiento por semana de la muestra .



**Gráfico No. 5**

En la gráfica No. 5 se observa que el 45% de las atletas entrena 5 días a la semana sin embargo un 14% algunas atletas no descansan ningún día lo que puede ser perjudicial y propiciar un sobreentrenamiento o fatiga. .

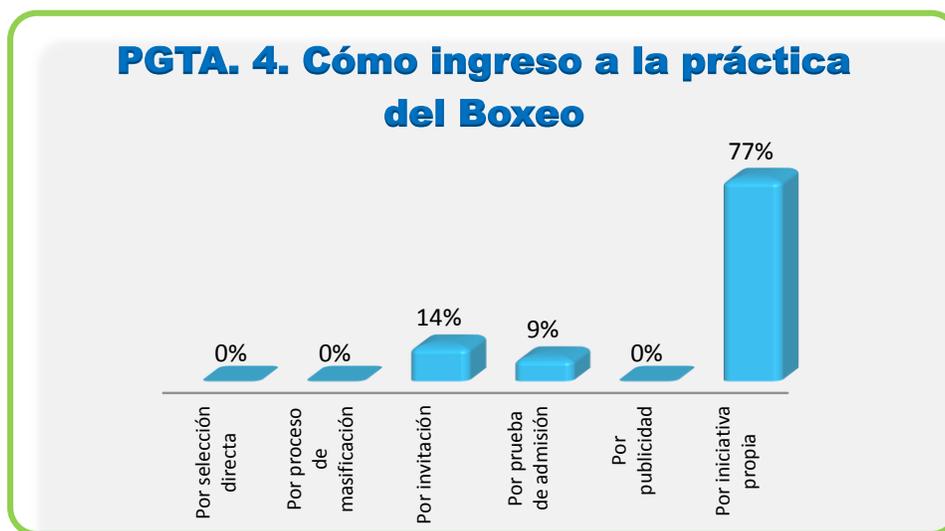
**Sesiones de Entrenamiento:** Representa el porcentaje de la frecuencia de sesiones de entrenamiento realizada por las atletas diariamente.



**Gráfico No. 6**

En la Grafica No. 6 se observa que el mayor porcentaje de las atletas con 68%. Entrena una sesión diaria, este dato es importante porque refleja que la distribución del tiempo limita el desarrollo físico o técnico de la atleta.

**Ingreso a la Práctica Deportiva:** Representa el indicador del ingreso a la práctica deportiva del boxeo de la atleta según el porcentaje de la muestra.

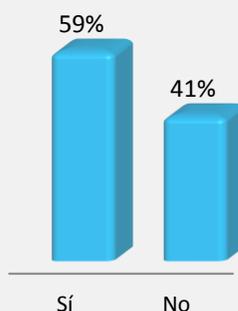


**Gráfico No. 7**

En la Grafica No. 7 se observa que el mayor porcentaje de las atletas con 77%. Ingreso por iniciativa propia de la atleta.

**Pruebas de Ingreso a las Atletas para la Selección Nacional o Departamental para representarlas en torneos oficiales:** Representa el Porcentaje de la Muestra que le realizaron pruebas para su ingreso a la selección Nacional o de su Asociación Deportiva Departamental

**PGTA. 5. Le realizaron algunas pruebas para seleccionarla a la practica deportiva del Boxeo**

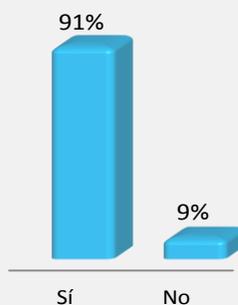


**Gráfico No. 8**

En la Grafica No. 8 se observa que el mayor porcentaje de las atletas con 59%. Se les realizaron pruebas para seleccionarla a la práctica deportiva y un 41% no paso ningún tipo de prueba. Lo que refleja una necesidad de estandarizar pruebas para la detección de talentos.

**Pruebas de Ingreso a las Atletas para la Selección Nacional o Departamental para representarlas en torneos oficiales:** Representa el Porcentaje de la Muestra que le realizaron pruebas para su ingreso a la Selección Nacional o de su Asociación Deportiva Departamental.

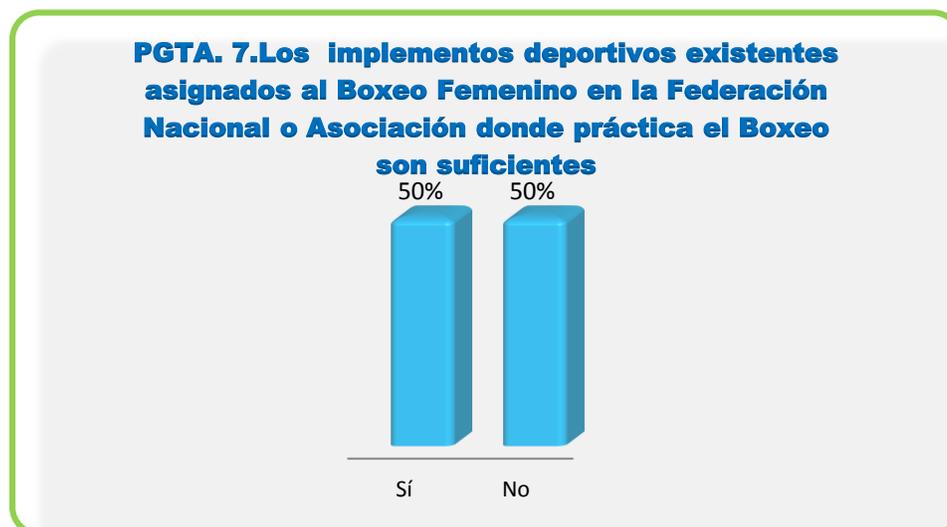
**PGTA. 6. Le realizaron algunas pruebas para representar a la selección nacional o asoc. Dep en torneos oficiales u otros eventos oficiales**



**Gráfico No. 9**

En la Grafica No. 9 se observa que el mayor porcentaje de las atletas con 91%. Se les realizaron pruebas para su ingreso a la Selección Nacional o Departamental y representarla en eventos oficiales.

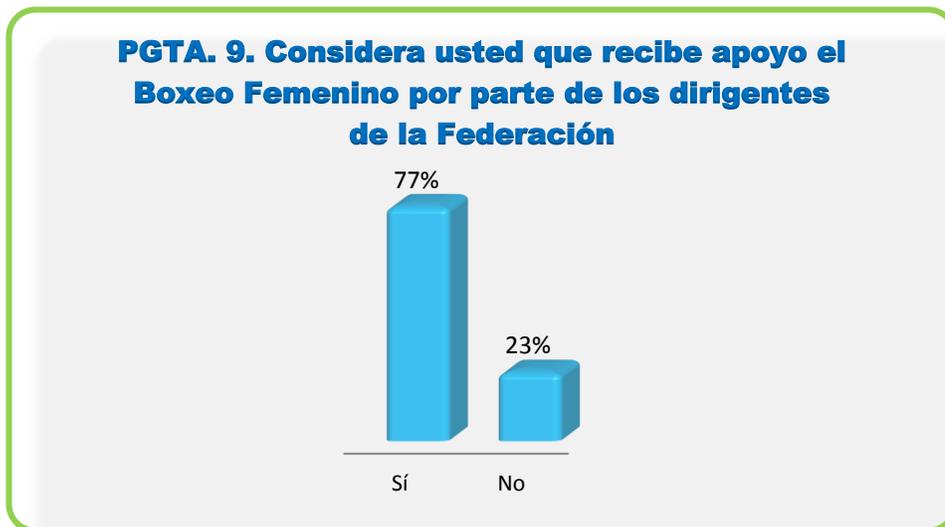
**Implementación Deportiva** : Representa la opinión de las atletas por Porcentaje con relación a la asignación de implementos deportivos al Boxeo Femenino.



**Gráfico No. 10**

En la Grafica No. 10 se observa que existe igualdad de opinión con relación a la suficiencia e insuficiencia de implementos deportivos asignados al Boxeo Femenino.

**Apoyo al Boxeo Femenino** : Representa la opinión de las atletas por Porcentaje con relación al Apoyo brindado por los Dirigentes Deportivos al Boxeo Femenino.

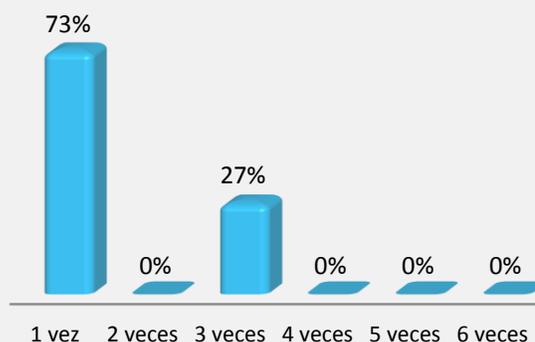


**Gráfico No. 11**

En la Grafica No. 11 se observa que la mayor parte de las Atletas con un 77% ,considera que si existe apoyo por la dirigencia deportiva de la Federación Nacional de Boxeo.

**Frecuencia de Competencia :** Representa la cantidad de competencias oficiales de las atletas al año por porcentaje.

**PGTA. 10. Cuantas veces al año participa en competencias**

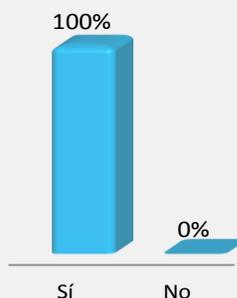


**Gráfico No. 12**

En la Grafica No. 12 se observa que la mayor parte de las Atletas con un 73% solamente tiene una competencia oficial al año y tan solo un 27% tiene 3 competencias oficiales. Este dato refleja la necesidad de incrementar la cantidad de eventos del boxeo femenino.

**Opinión acerca del Entrenador :** Representa la opinión de las Atletas por porcentaje de la capacidad del entrenador a su cargo.

**PGTA. 11. Considera que su entrenador de boxeo , ésta capacitado para entrenar mujeres**



**Gráfico No. 13**

En la Grafica No. 13 se observa que el 100% tiene confianza en el trabajo de su entrenador.

### **4.3 ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS**

Al haberse concluido la investigación y realizado los análisis de los resultados correspondientes en el estudio de la Renovación de Talentos del Boxeo Femenino se puede determinar lo siguiente:

- 1 Se encontró un porcentaje de 23% de las atletas encuestadas se encuentran en edad de Competencia Juvenil y debe darse seguimiento para su entrenamiento sistemático.
- 2 El mayor porcentaje se concentra en categorías de peso 51kg y 54kg. Por lo que la Federación Nacional de Boxeo debe detectar más talentos que puedan competir en categorías de mayor peso y que compiten en Juegos Olímpicos como 60 kg. y 75kg.
- 3 El mayor porcentaje de atletas encuestadas con un 77% ingreso a la práctica deportiva por iniciativa propia. Esto quiere decir que es importante que se institucionalice el proceso de Detección y Selección de Talentos.
- 4 La cantidad de competencias oficiales en el año para las atletas es muy poca ya que el mayor porcentaje de las encuestadas manifestó participar en una sola competencia oficial.
- 5 En cuanto a la cantidad y condiciones de los implementos femeninos existió un empate de opinión por las atletas ya que, el 50% manifestó que son insuficientes ni adecuados. Esto indica que es necesario que se aumente la implementación deportiva para las atletas.

#### **4.4 COMPROBACIÓN DEL PROBLEMA:**

- 5 Sí la Federación Deportiva Nacional de Boxeo implementa un programa sobre proceso de captación y selección de talentos en sus diferentes asociaciones deportiva. Genera entonces la siguiente interrogante.
- 6 ¿ Cómo la Federación Nacional de Boxeo, detecta y selecciona los talentos para la rama del boxeo femenino?
- 7 Sí la Federación Deportiva Nacional de Boxeo implementa un programa sobre proceso de captación y selección de talentos en sus diferentes asociaciones deportiva. Genera entonces la siguiente interrogante.
- 8 ¿ Cómo la Federación Nacional de Boxeo, detecta y selecciona los talentos para la rama del boxeo femenino?

Habiéndose hecho el análisis de la Renovación de Talentos del Boxeo Femenino, se concluye que, para determinarse, debe institucionalizarse el Proceso de Selección y Detección de Talentos en la Federación Nacional de Boxeo de Guatemala.

(Ver Anexo No.1) Guía de Orientación para la Detección y Selección de Talentos en el Boxeo Femenino de Guatemala

#### **4.6 CONCLUSIONES**

Finalizada la investigación y al haberse realizado el análisis de la información se concluyo lo siguiente:

1. En la Federación Nacional de Boxeo de Guatemala, no se encuentra Institucionalizado el Proceso de Detección y Selección de Talentos para el Boxeo Femenino, sin embargo existe dentro del Manual de Procesos, el proceso de Selección y Detección de Talentos para rama Masculina.
2. Algunos entrenadores dedican esfuerzos por captar talentos femeninos por lo que realizan actividades para la detección y Selección de Talentos, pero sin un proceso sistemático establecido de carácter formal.
3. No existe un protocolo de las pruebas o test que se realizan a las atletas para su evaluación de selección.
4. Los Entrenadores no tienen capacitación adecuada la detección y selección de talentos..

#### 4.7 RECOMENDACIONES

- 1) Se debe institucionalizar el Proceso de Detección y Selección de Talentos del Boxeo Femenino.
- 2) Se utilicen los resultados del presente estudio para que se realicen acciones orientadas a la Detección y Selección de talentos del Boxeo Femenino de Guatemala.
- 3) Por medio de la Autogestión se obtenga apoyo para mejorar la implementación por medio de patrocinios de la iniciativa privada.
- 4) Que se incluya dentro del Manual de Procesos de la Federación, el proceso de Detección y Selección de Talentos del Boxeo Femenino.
- 5) Que se tome en cuenta por parte de los Directivos de la Federación Nacional de Boxeo y otras Federaciones para el Proceso de Renovación de Talentos, la propuesta de este estudio. Ver Anexo No. 1 Guía de Orientación para la Detección y Selección de Talentos del Boxeo Femenino página 70 -84 .
- 6) Que los Entrenadores reciban capacitaciones para la Selección y Detección de Talentos del Boxeo Femenino.

## BIBLIOGRAFIA

- 1 REGLAS OFICIALES DEL BOXEO, Recuperado el 06 de julio 2015, <http://www.aiba.org/aiba-technical-competition-rules/>
- 2 Estatutos de la Federación Nacional de Boxeo de Guatemala
- 3 *Un enfoque de la selección de talentos en deportes de combates* , recuperado el 14 de julio de 2,015 <http://www.deporvida.holguin.cu/2008/numero9/html/articulo%203.html>
- 4 *Planificación y Organización del Entrenamiento Deportivo*, A. Vasconcelos Raposo, 2000; pag. 19, 51,52,131,136, 137, .142, 148, .150
- 5 *Psicología del deporte: Conceptos y sus aplicaciones*, Richard H. Cox, Ed. Médica Panamericana, 2008, pág.5, 6,8.
- 6 Selección de Talentos para la Iniciación Deportiva, Una Experiencia Cubana, recuperado el 8 de julio 2,015, <http://www.inder.cu/indernet/Provincias/hlg/documetos/textos/T%20M%20DEL%20ENTRENAMIENTO%20DEPORTIVO/Teoria%20y%20Metodologia.%20del%20Entrenamiento.PDF>
- 7 ISDe Sports Magazine. Revista electrónica para entrenadores y preparadores físicos. Junio 2014, 6(21). Miguel Sánchez (ex-Crisólogo Larralde) 1050 (1429) Ciudad Autónoma de Buenos Aires PROPUESTA SOBRE CERTIFICACION DE APTO FISICO PARA ACTIVIDAD FISICA Y EL DEPORTE. Nelio Bazán, Instituto Superior de Deportes, Buenos Aires, 2014. recuperado el 8 de julio 2,015 <http://www.isde.com.ar/ojs/index.php/isdesportsmagazine/article/viewFile/114/13>

- 8 *Criterios para la selección de talentos en deportes de combate recuperado el 10 de julio 2,015,* <http://www.efdeportes.com/efd104/seleccion-de-talentos.htm>
- 9 *Codigo de Etica, Aiba, recuperado el día 14 de julio 2,015* <http://aiba.s3.amazonaws.com/2015/02/Final-Version-of-Code-of-Ethics-spanish.pdf>
- 10 *Una aproximación conceptual al boxeo, desde la descripción y el análisis de su lógica interna recuperado el día 14 de julio 2,015* ,<http://www.efdeportes.com/efd160/una-aproximacion-al-boxeo-desde-su-logica-interna.htm>
- 11 *determinación del perfil antropométrico y cualidades físicas de niños futbolistas de Bogotá recuperado el día 14 de Julio 2015* <http://revistas.urosario.edu.co/index.php/revsalud/article/view/484/425>
- 12 *PROGRAMA DE PREPARACIÓN DEL DEPORTISTA, recuperado el 16 de Julio 2,015* <http://www.inder.cu/indernet/Provincias/hlg/documetos/ppd/Combate%201/PD%20Boxeo%20-DOCUMENTO%20COMPLETO.pdf>
- 13 *Acciones para la selección de talentos de boxeo, recuperado el 15 de Julio 2,015* ,<http://reinaldoboxeo-referencia.blogspot.com>
- 14 *Selección de Talentos el Boxeo, recuperado el 15 de Julio 2,015* , <http://www.efdeportes.com/efd158/deteccion-de-talentos-para-boxeo.htm>
- 15 *Normas de evaluación de la condición física y detección de talentos, una experiencia cubana aplicada en la comunidad de Busowa, Bugiri, Uganda. Primera parte. Recuperado el 18 de Julio,2015,* <http://www.efdeportes.com/efd134/deteccion-de-talentos-en-uganda.htm>
- 16 *La formación de los jóvenes deportistas: de la detección del talento a la intervención federativa, recuperado el 18 de Julio 2,015* [http://www.gr.unicamp.br/ceav/revista/content/pdf/Talento\\_Irurtia\\_Iglesias.pdf](http://www.gr.unicamp.br/ceav/revista/content/pdf/Talento_Irurtia_Iglesias.pdf)

- 17 Estructura de planificación de los sistemas energéticos aplicados al boxeo , recuperado el día 17 de julio 2,015 <http://www.efdeportes.com/efd191/planificacion-de-los-sistemas-energeticos-aplicados-al-boxeo.htm>
- 18 LOS TESTS FISICOS PARA VALORAR LA RESISTENCIA, recuperado el día 18 de julio 2,015 , <http://www.efdeportes.com/efd12/javierv1.htm>
- 19 Manual para Evaluación de Tesis , recuperado el día 18 de Julio 2,015 <http://www.escoladefutbol.com/beto/docs/baterias/baterias.htm#2.5>
- 20 PRUEBAS DE APTITUD FÍSICA Emilio J. Martínez López, editorial Paidotribo, 2002 páginas 192-193
- 21 Pruebas físicas Policía Nacional: Salto Vertical , recuperado el 18 de Julio 2,1015 <http://preparacionpruebasfisicasoposicionesonline.com/pruebas-fisicas-policia-nacional-salto-vertical.html>
- 22 PRUEBAS (TESTS) DE VALORACION DE LA CONDICION FISICA, recuperado el 18 de Julio 2,015, [https://alojamientos.uva.es/guia\\_docente/uploads/2012/406/40658/1/Documento17.pdf](https://alojamientos.uva.es/guia_docente/uploads/2012/406/40658/1/Documento17.pdf)
- 23 TEST DE ABDOMINALES, recuperado el 18 de julio 2,015, <http://iesateca.educa.aragon.es/es/dpt-ef/test/test-abdominales.pdf>
- 24 PRUEBAS FÍSICAS, recuperado el 18 de Julio 2,015, <http://www.fmt.org.mx/Uploads/WebPageFiles/Protoc%C3%B3lo%20de%20Pruebas%20F%C3%ADsicas.pdf>
- 25 ANALISIS DE LOS DETERMINANTES SOCIALES QUE INTERVIENEN EN EL PROCESO DE SELECCIÓN DE TALENTOS EN EL DEPORTE, Campos Granell, páginas 9-21.

- 26 Tesis “DETECCIÓN Y SELECCIÓN DE TALENTOS DE LA DISCIPLINA DEPORTIVA DEPORTIVA CANTONAL DE MANTA DEBE PARTICIPAR A NIVEL PROVINCIAL Y NACIONAL . DEL BOXEO , PARA LAS COMPETENCIAS DE LA LIGA Enrique Eulogio Rodríguez Bareto, 2012 Recuperado el día 12 de julio 2,015, <http://repositorio.ulead.edu.ec/handle/26000/1131?locale=es>
- 27 PROTOCOLOS- BAREMOS DE MEDICIÓN- CONSIDERACIONES ESPECIALES, recuperado el 18 de julio 2,015 [http://idrd.gov.co/files\\_fck/files/PROTOCOLOSMEDICION.pdf](http://idrd.gov.co/files_fck/files/PROTOCOLOSMEDICION.pdf)
- 28 ENTRENAMIENTO DEPORTIVO Y CONDUCCIÓN BIOLÓGICA DE TALENTOS A LA ALTA COMPETICIÓN, Pancorbo Sandoval, A., Pag. 149-159
- 29 La Preparación Básica de los Boxeadores, Jesús Domínguez , José Luis Llano, Editorial Científica Técnica, 1987. Pag75,78,81-92.

# ANEXOS

ANEXO No. 1 El presente cuestionario esta realizado con el propósito de recabar información para la realización de la Tesis “ Proceso de Renovación de Talentos del Boxeo Femenino” para la obtención del Título de Licenciatura en Ciencia y Tecnología del Deporte.

Fecha:\_\_\_\_\_ FADN \_\_\_\_\_Caso NO\_\_\_\_\_

Edad Años:\_\_\_\_\_ Categoría de Competencia Kg\_\_\_\_\_

Edad Competencia Elite\_\_\_\_\_ Juvenil:\_\_\_\_\_ Cadetes\_\_\_\_\_

Instrucciones: Las siguientes preguntas son declaraciones de las Atletas de Boxeo Femenino de Guatemala, que son para describir sus experiencias, son anónimas y no es obligatorio llenar el cuestionario. Si está de acuerdo en hacerlo, por favor lea cada pregunta cuidadosamente y responda con sinceridad con una x ó según lo solicite.

1) ¿Cuánto tiempo lleva practicando boxeo?

- a. Menos de un año ( )      b. Un año ( )      c. Dos años ( )  
 d. Tres años ( )      e. Más de 3 años especifique:\_\_\_\_\_

2) ¿Cuántos días de entrenamiento realiza a la semana?

Uno ( ) Dos ( ) Tres ( ) Cuatro ( ) Cinco ( ) Todos los días ( )

3) ¿Cuántas sesiones de entrenamiento realiza al día?

Una ( ) Dos ( ) Tres ( )

4) ¿Cómo ingresó a la práctica deportiva del boxeo?

Por selección directa ( ) Por prueba de admisión ( )

Por proceso de masificación ( ) Por publicidad ( )

Por invitación ( ) Por Iniciativa Propia ( )

5) ¿Le realizaron algunas pruebas para seleccionarla a la práctica deportiva del Boxeo?

Si ( ) No ( )

6) ¿Le realizaron algunas pruebas para seleccionarla para representar a la Selección Nacional de Boxeo o Asociación Deportiva en torneos , campeonatos u otros eventos oficiales?

Si ( ) No ( )

7) ¿Los implementos deportivos existentes asignados al Boxeo Femenino en la Federación Nacional o Asociación donde practica el boxeo son suficientes ?

Si ( ) No ( )

8) ¿Los implementos deportivos existentes asignados al Boxeo Femenino en la Federación Nacional o Asociación donde practica el boxeo están en buenas condiciones ?

Si ( ) No ( )

9) ¿Considera usted que recibe apoyo el Boxeo Femenino parte de los dirigentes de la Federación para la práctica del boxeo?

SI ( ) No ( )

10) ¿Cuántas veces al año participan en competencias?

Uno ( ) Dos ( ) Tres ( ) Cuatro ( ) Cinco ( ) Mas de Cinco ( )

11) ¿Considera que su entrenador de boxeo, está capacitado para entrenar mujeres ?

SI ( ) No ( )

## ENTREVISTA CON ENTRENADORES

- 1 ¿Cuánto tiempo lleva enseñando boxeo?
- 2 ¿Cuántos días de entrenamiento dirige a la semana?
- 3 ¿Cuántas sesiones de entrenamiento realiza al día?
- 4 ¿Organiza procesos o realiza propuestas de masificación para captar mujeres interesadas en practicar boxeo?
- 5 ¿Cuántas veces al año realizan procesos de Detección ó masificación ?
- 6 ¿Qué tiempo duran los programas de Detección o masificación ?
- 7 ¿ Cuántas personas ingresan al programa de Captación o masificación?
- 8 ¿Cómo detecta a los talentos en el Boxeo Femenino?
- 9 ¿Qué tipos de pruebas les realiza a las deportistas para que ingresen a la práctica sistemática de boxeo ?
- 11 ¿De qué manera seleccionan a las boxeadoras para que ingresen a la selección de boxeo de su Asociación o Federación ?
- 12 ¿Los implementos existentes que le asignan en esta institución son suficientes para el soporte de esta disciplina?
- 13 ¿Recibe apoyo el Boxeo Femenino por parte de los dirigentes de la Federación Nacional de Boxeo
- 14 ¿Qué formación profesional tiene usted para desarrollar su labor?

## ENTREVISTA CON DIRIGENTES

- 1) ¿Cuánto tiempo lleva dirigiendo la Federación ?
- 2) ¿Conoce usted cuánto días de entrenamiento realizan las deportistas de boxeo a la semana?
- 3) ¿Ustedes organizan procesos de masificación para captar mujeres en esta disciplina deportiva?
- 4) ¿Cuántas veces al año realizan procesos de captación o selección de talentos?
- 5) ¿Qué tiempo duran y cuantas personas ingresan los programas de captación?
- 6) ¿Cómo detectan a los talentos en el Boxeo Femenino?
- 7) ¿De qué manera escogen a las deportistas para que ingresen a la selección de boxeo?
- 8) ¿Conoce usted si se realizan pruebas para escoger a mujeres para que practiquen boxeo?
- 9) ¿Se asignan recursos específicamente para el Boxeo Femenino?
- 10) ¿Los implementos existentes en esta institución asignados al Boxeo Femenino son suficientes ?
- 11) ¿Usted como dirigente apoya el Boxeo Femenino para la práctica?
- 12) ¿Conoce usted que formación profesional tiene el entrenador para desarrollar su labor?

ANEXO No. 2

# Guía de Orientación para la Detección y Selección de Talentos en el Boxeo Femenino de Guatemala

## INTRODUCCION

La necesidad de Renovación de Talentos Femeninos en la Federación Nacional de Boxeo de Guatemala, hace necesaria la búsqueda e identificación de mujeres, niñas y jóvenes con aptitudes, potencial y amor hacia este deporte.

Es por ello la importancia de crear oportunidades para detectar talentos por medio de la institucionalización sistemática de un proceso que oriente hacia la búsqueda, detección y selección bajo parámetros establecidos e indicadores metodológicos.

Es también un valor agregado para la institución, ya que a partir de su implementación, un talento surge no de la casualidad o del propio interés de la atleta en participar y competir en el Boxeo; sino como resultado de un proceso institucionalizado y sistemático que le brinda la Federación Nacional de Boxeo.

Esto viene a contribuir positivamente en los objetivos y espíritu de la institución rectora del Boxeo en Guatemala a través del desarrollo y fomento de este deporte.

## **OBJETIVOS**

### **OBJETIVO GENERAL:**

Establecer acciones orientadas al proceso de detección y selección de talentos deportivos del Boxeo Femenino.

### **ESPECIFICOS:**

1. Establecer como un Proceso Sistemático la Detección de los Talentos Deportivos del boxeo Femenino en la Federación Nacional de Boxeo.
2. Establecer Pautas Orientativas que contribuyan al proceso de la Selección de Talentos en la Federación Nacional de Boxeo

## **1. INSTITUCIONALIZACIÓN DEL PROCESO DE DETECCIÓN DE TALENTOS FEMENINOS EN LA FEDERACIÓN NACIONAL DE BOXEO DE GUATEMALA**

La Renovación de Talentos Deportivos en el Boxeo Femenino surge de la necesidad de la implementación de un sistema continuo para la detección de Talentos Deportivos. El descubrimiento de un Talento Deportivo puede surgir de forma espontánea o bien bajo la influencia de un sistema por medio de actividades, acciones orientadas al proceso de la detección de niñas, jóvenes , mujeres que tengan las capacidades y habilidades que requiere el Boxeo.

La renovación de atletas debe ser producto de Campañas Sistemáticas de búsqueda de Talentos basadas en criterios científicos y metodológicos que deben establecerse dentro de la Federación Nacional de Boxeo con el objetivo de que los logros alcanzados por las Atletas no sean producto de las condiciones o dotes individuales del deportista sino de su integración al deporte por medio de un proceso sistemático implementado.

### **1.1 LA DETECCIÓN DEL TALENTO COMO PROCESO CONTINUO**

#### **FASES:**

- a) La identificación del Talento
- b) La Formación y Desarrollo del Talento
- c) La Confirmación del Talento

La detección de talentos femeninos es un elemento propio de la Federación Nacional de Boxeo en base a objetivos a mediano y largo plazo que debe cubrir los objetivos siguientes:

- 1) Analizar las exigencias psicológicas, sociológicas y biológicas del boxeo con visualización al Alto Rendimiento.

- 2) Planear un Plan de Detección de Talentos elaborado en Fases de Desarrollo
- 3) Sistematizar un Programas de entrenamiento y formación para <<desarrollar el talento identificado>>. Material y personal necesarios, Técnicos, entrenadores y otros.
- 4) Seguimiento médico, científico y pedagógico de las deportistas.
- 5) La Selección de las mejores boxeadoras para determinadas competencias o torneos.

## **2. LA DETECCIÓN DE TALENTOS DEL BOXEO FEMENINO COMO UN PROCESO SISTEMATICO**

El establecer la detección de talentos como un proceso sistemático en el boxeo femenino implica una serie de fases y objetivos concretos que conllevan a la atleta desde su momento de su identificación como talento hasta su confirmación como tal en lo que resulta que la confirmación de la atleta podría entenderse como factor de éxito.

## **3. PAUTAS ORIENTATIVAS PARA LA DETECCIÓN Y SELECCIÓN DE TALENTOS EN EL BOXEO FEMENINO**

3.1 Establecer un análisis de los factores biológicos, técnicos, metodológicos y psicológicos que condicionan el rendimiento deportivo en el Boxeo.

3.1.1 Establecer un Perfil Morfológico de Boxeadoras Guatemaltecas

### **3.1.1.1 PERFIL ANTOPROMETRICO**

Por características : Edad, Somatotipo, Porcentaje de Grasa :Peso corporal (kg), Talla (m), índice de masa corporal (IMC), perímetros de brazo, abdomen,

### **3.1.1.2 PERFIL FUNCIONAL:**

Frecuencia Cardiaca por Minuto

### **3.1.1.3 PERFIL TECNOMOTRIZ**

Equilibrio, Percepción Espacial, temporal y de Distancia, capacidades rítmicas y otros.

### **3.1.1.4 PERFIL FISICO**

Resistencia en todas sus manifestaciones, velocidad de reacción, fuerza en todas sus manifestaciones, velocidad gestual y otros.

### **3.1.1.5 PERFIL PSICOLOGICO**

Capacidad de concentración, intensidad y distribución de la atención. Coraje, audacia, voluntad, decisión y perseverancia.

## **4. TEST O PRUEBAS PARA DETECCIÓN DE TALENTOS DEL BOXEO FEMENINO**

Caracterizar el comportamiento respiratorio del Boxeo. De acuerdo con la discordancia de los sistemas energéticos en el organismo; el boxeo es un deporte de esfuerzo interrumpido porque se alternan los periodos de actividad máxima con el descanso, bajo estos principios los procesos anaeróbicos y aeróbicos se producen alternadamente, por lo que se define como un deporte Combinado o mixto. Es por eso necesario realizar test o pruebas a las atletas sobre su condición física actual y periódicamente en su proceso de formación deportiva.

### **4.1 TEST DE COOPER : Otras denominaciones: Test de los 12 minutos.**

**Objetivo:** Valorar la resistencia aeróbica. Determinar el VO<sub>2</sub> máximo.

**Descripción de la Prueba:** Consiste en cubrir la máxima distancia posible durante doce minutos de carrera continua. Se anotara la distancia recorrida al finalizar los doce minutos. El resultado se puede valorar en la tabla con la baremación correspondiente.

Teóricamente, una carga constante que provoca el agotamiento a los 12 minutos de iniciarse, correlaciona significativamente con el valor del VO2 máximo. Según esto, el VO2 máximo se puede determinar según la siguiente ecuación:

$$VO2 = 22,351 \times Distancia (Km.) - 11,288$$

**Evaluación:** Cuando finalicen los doce minutos, la atleta se detendrá hasta que se contabilice la distancia recorrida.

**Material e instalaciones:** Cronometro. Pista de atletismo o, en su defecto, un terreno llano señalado cada 50 metros

<b>TEST DE COOPER (12 minutos)</b>				
Categoría	menos de 30 años	30 a 39 años	40 a 49 años	50 años o más
Muy Mala	Menos de 1500 m	Menos de 1400 m	Menos de 1200 m	Menos de 1100 m
Mala	1500 a 1799 m	1400 a 1699 m	1200 a 1499 m	1200 a 1399 m
Regular	1800 a 2199 m	1700 a 1999 m	1500 a 1899 m	1400 a 1699 m
Buena	2200 a 2700 m	2000 a 2500 m	1900 a 2300 m	1700 a 2200 m
Excelente	Más de 2700 m	Más de 2500 m	Más de 2300 m	Más de 2200 m

Figura No. 1 Baremo Test de Cooper

#### 4.2 Velocidad: Test de Sprint

**Objetivo:** Medir la velocidad de reacción y la velocidad máxima en piernas en distancia de 20 metros con salida estática

**Descripción de la Prueba:** La boxeadora se colocará en posición de salida alta tras la línea de salida. A la señal del controlador (listos ya) la atleta deber recorrer la distancia de 20 metros en el menor tiempo posible.

**Evaluación :** Se medirá el tiempo empleado en recorrer la distancia de 20 metros, existente entre la señal de salida y hasta que la atleta sobrepasa la línea de llegada.

**Material e instalaciones:** Cronometro. Pista de atletismo o, en su defecto, un terreno llano señalizado de 20 metros

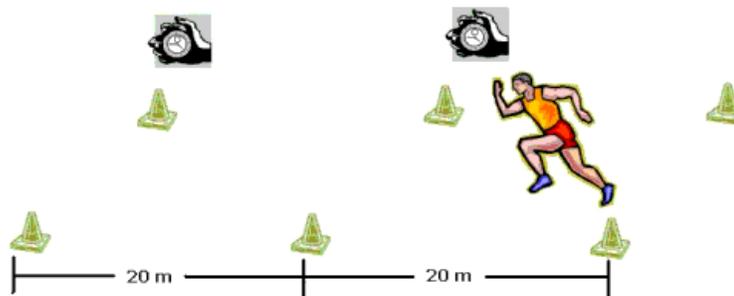


Figura No. 2 Test de Sprint 20 metros

### 4.3 Fuerza Explosiva Extremidades inferiores Test de Salto Largo Horizontal Sin Impulso,

**Objetivo:** determinar la potencia muscular de los miembros inferiores, a través de la determinación de la distancia de desplazamiento hacia delante con salida estática

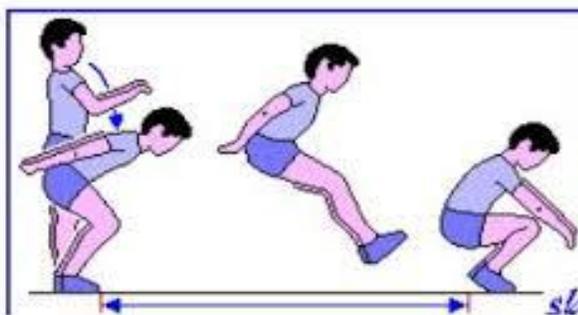


Figura No. 3 Salto Largo Horizontal sin Impulso

•**Descripción de la prueba:** El participante ha de saltar simultáneamente con los dos pies tan lejos como pueda. Los pies han de tener contacto permanente con el suelo hasta el momento de elevarse. En la caída, ninguna parte del cuerpo puede tocar por detrás de los talones, si lo hiciera, el intento será declarado nulo. La aspirante podrá realizar dos intentos. Dos intentos nulos suponen la eliminación de la prueba.

•**Evaluación:** La distancia se mide en centímetros desde la parte anterior de la línea hasta la marca más posterior hecha con los pies del saltador. Se permitirán dos intentos, siendo necesario alcanzar el mínimo establecido en el baremo. De lo contrario, el aspirante no podrá continuar las pruebas.

Baremo Test de Salto Largo sin Impulso

Salto Triple (m.)	Excelente	Muy Bueno	Bueno	Regular	Deficiente
Valoración	+ de 8.30	8.29 - 7.79	7.78 - 7.38	7.37 - 6.67	- de 6.66

Figura No. 4 Extremidad Inferior : Baremo Test de Sargent ( Salto vertical).

#### 4.4 Test de Sargent (Test de Salto Vertical)

**Objetivo:** Test es medir la potencia (capacidad de aplicar la fuerza muscular en el menor tiempo) de los principales músculos extensores de las piernas.

**Descripción:** La Boxeadora firme de lado junto a la pared y separada 20 centímetros. Brazo derecho o izquierdo totalmente extendido hacia arriba. En esta posición marca con talco la pared, luego salta tan alto como puede y marca nuevamente la pared con los dedos untados con talco.

**Evaluación:** Se mide la distancia existente entre las dos marcas..

**Baremo del Test**

PUNTUACIÓN	
0-33 cm	= 0 puntos
34-35 cm	= 1 puntos
36-37 cm	= 2 puntos
38-39 cm	= 3 puntos
40-41 cm	= 4 puntos
42-44 cm	= 5 puntos
45-47 cm	= 6 puntos
48-50 cm	= 7 puntos
51-54 cm	= 8 puntos
55-59 cm	= 9 puntos
60 ó más cm	= 10 puntos

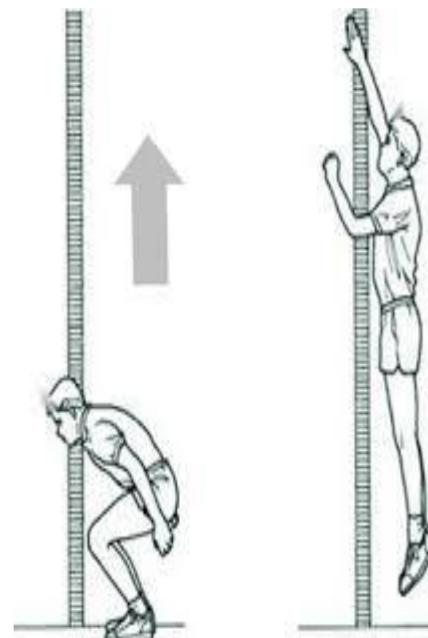


Figura No. 5 Test de Salto Vertical

**4.5 TEST DE FUERZA ABDOMINAL**

**Objetivo:** Medir la fuerza-resistencia de los músculos abdominales.

**Descripción:** La evaluada se ubica de cubito dorsal, teniendo en cuenta que su espalda, cabeza estén en contacto con una superficie plana (suelo o colchoneta), los miembros inferiores se ubicaran flexionadas a 45 ° aproximadamente, las plantas de los pies se apoyaran contra el Suelo. Las manos se ubican sobre los muslos. Se debe realizar la flexión de la articulación de la cadera, hasta que las muñecas por el deslizamiento en los muslos pacen en su totalidad la articulación de la rodilla. La espalda descenderá al suelo hasta que la escapula haga contacto con la superficie plana (suelo).

**Evaluación:**

Solo se anotarán las repeticiones que estén hechas de forma correcta. La prueba se desarrollara por espacio de 1 minuto (60 segundos) en donde se realizara la mayor cantidad de repeticiones.

**Material:**

Una colchoneta o suelo liso. Un reloj o cronómetro.



Figura No. 6 Test de Fuerza Abdominal



Figura No. 7 Test de Fuerza Abdominal

BAREMOS DE MEDICIÓN (Mujeres)

1	2	3	4	5
Menos de 15	16 – 25	26 – 35	36 - 45	Mas de 46

Figura No. 8 Baremo Test de Fuerza Abdominal

**TEST DE FLEXIÓN PROFUNDA DEL TRONCO.**

**Objetivo :** Medir de forma global la flexibilidad y elasticidad del tronco y extremidades.

**Descripción:** La Boxeadora se colocará en cuclillas sobre las marcas señaladas, y por entre las piernas pasando las manos entre ambos pies intentará deslizarlas lo más lejos posible. Cuenta el dedo medio de la mano más adelantada.

**Evaluación:** Se anotarán los centímetros que se ha conseguido desplazar el marcador.

**Material:** aparato de medición o regleta marcada en el suelo y tope de separación para los pies.

CHICAS						EDAD	PUNTOS
12	13	14	15	16	17 y +		
1,90	1,95	2,00	2,10	2,15	2,20		<b>10</b>
1,83	1,88	1,93	2,03	2,08	2,13		<b>9,5</b>
1,76	1,82	1,87	1,96	2,01	2,06		<b>9</b>
1,70	1,76	1,81	1,90	1,95	2,00		<b>8,5</b>
1,65	1,70	1,75	1,84	1,89	1,94		<b>8</b>
1,60	1,65	1,70	1,78	1,83	1,88		<b>7,5</b>
1,55	1,60	1,65	1,72	1,77	1,82		<b>7</b>
1,50	1,55	1,60	1,67	1,72	1,77		<b>6,5</b>
1,45	1,51	1,56	1,62	1,67	1,72		<b>6</b>
1,41	1,47	1,53	1,58	1,63	1,68		<b>5,5</b>
<b>1,38</b>	<b>1,44</b>	<b>1,50</b>	<b>1,55</b>	<b>1,60</b>	<b>1,65</b>		<b>5</b>
1,35	1,41	1,47	1,52	1,57	1,62		<b>4,5</b>
1,32	1,38	1,44	1,49	1,54	1,59		<b>4</b>
1,29	1,35	1,41	1,46	1,51	1,56		<b>3,5</b>
1,26	1,32	1,38	1,43	1,48	1,53		<b>3</b>
1,23	1,29	1,35	1,40	1,45	1,50		<b>2,5</b>
1,20	1,26	1,32	1,37	1,42	1,47		<b>2</b>
1,17	1,23	1,29	1,34	1,39	1,44		<b>1,5</b>
1,14	1,20	1,26	1,31	1,36	1,41		<b>1</b>
1,11	1,17	1,23	1,28	1,33	1,38		<b>0,5</b>

Figura No. 8 Baremo Test de Flexibilidad Profunda



Figura No.9 Test de Flexibilidad

#### 4.6 TEST DE FLEXIÓN DE BRAZOS HORIZONTAL

**Objetivo:** Mide la fuerza-resistencia muscular del tren superior (tronco y brazos).

**Desarrollo.** La Boxeadora Con los pies sobre el suelo, piernas extendidas, cuerpo recto y sin arquear, manos sobre el suelo a la anchura de los hombros, con dedos mirando hacia adelante. Flexionar brazos hasta que la barbilla toque el suelo y volver a la posición inicial con los brazos totalmente extendidos. Durante el ejercicio no se puede descansar o apoyar el cuerpo en el suelo, ni arquear el tronco.

**Evaluación:** Realizar tantas repeticiones como se pueda durante un minuto

EXCELENTE	BIEN	PROMEDIO	REGULAR	REGULAR
>48	34 – 38	17 – 33	16 – 06	< 6



Figuras No. 10 Baremo Test de Flexión de Brazos

Figuras No. 11 Test de Flexión de Brazos

## 5. DESCRIPCIÓN DE LAS ACCIONES ORIENTADAS A LA DETECCIÓN Y SELECCIÓN DE TALENTOS.

Capacitación a los entrenadores y colaboradores que van a participar en el proceso de detección y selección de talentos del Boxeo Femenino.

**Objetivo:** Preparar en los aspectos metodológicos necesarios para llevar a cabo un proceso de detección y selección de talentos deportivos del Boxeo Femenino.

### **Actividades de capacitación.**

**Responsable:** Profesional en Deportes asignado por la Federación Nacional de Boxeo de Guatemala.

**Objetivo:** Coordinar la Capacitación a entrenadores y colaboradores para la sistematización del Proceso de Detección y Selección de Talentos del Boxeo Femenino en la Federación Nacional de Guatemala.

### 5.1 ACTIVIDADES A REALIZAR POR ENTRENADORES Y COLABORADORES:

- **.Evaluación:** De niñas, jóvenes y mujeres por Test o Pruebas físico-funcionales.
- **Determinación:** del Perfil Antropométrico.
  
- **Identificación** de los Aspectos Psicológicos .
- **.Evaluación** del contexto social en que viven
- **Evaluación:** Visitas de evaluación del cumplimiento de las actividades y control de las pruebas realizadas.

- **Gestión de actividades** de Promoción en centros educativos, comunidades y otros.

## 5.2 EVALUACIÓN DEL SISTEMA

- Establecer un plan piloto con la aplicación de los test a una muestra reducida. Esto es necesario para diagnosticar oportunidades de mejora que interfieran con el objetivo del plan.
  
- Determinar estadísticamente que cada uno de los test ya aplicados, cumple con los criterios expuestos que contribuyan a la identificación de talentos del boxeo femenino de lo contrario eliminar aquellos test que no contribuyan.