



**UNIVERSIDAD DE SANCTI SPÍRITUS,
JOSÉ MARTÍ PÉREZ.**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA
CULTURA FÍSICA**

**Trabajo de diploma en opción al título de
Licenciado en Cultura Física.**

**La preparación por direcciones del
entrenamiento en los lanzadores del equipo
de Béisbol de Sancti Spiritus, categoría sub**

23

Autor: Javier Alejandro Vázquez Juviel

Tutor: MSc. Orelbis Aróstica Villa

Sancti Spiritus, 2017

Resumen

En la actualidad la búsqueda de soluciones para el perfeccionamiento de la preparación dentro del proceso de entrenamiento en el Béisbol ha tomado auge, motivado por las deficiencias que se han manifestado en el deporte nacional en nuestro país. La presente investigación titulada La preparación por direcciones del entrenamiento en los lanzadores del equipo de Béisbol de Sancti Spíritus, categoría sub 23 tiene como objetivo proponer situaciones de juego para mejorar la preparación por direcciones del entrenamiento en los lanzadores del equipo de Béisbol de Sancti Spíritus, categoría sub. 23. Esta investigación se genera a partir de un estudio diagnóstico realizado a los lanzadores del equipo objeto de estudio del equipo de donde se pudo constatar que existen una serie de deficiencias que inciden negativamente en la resolución de las situaciones reales de juego. Para dar una vía de solución al problema existente en la investigación se proponen un conjunto de situaciones de juego para el perfeccionamiento del entrenamiento por direcciones. Realizada la propuesta de solución del problema se arriban a las conclusiones. Se finaliza el trabajo con una recomendación que va encaminada a darle continuidad a la investigación en aras de profundizar y perfeccionar el resultado que en ella se propone.

Summary

At present, the search for solutions to improve the preparation within the training process in Baseball has been booming, motivated by the deficiencies that have manifested in the national sport in our country. The present research titled The training preparation of pitchers of the Sancti Spíritus Baseball team, sub category 23, aims to propose game situations to improve the preparation for training directions in pitchers of the Sancti Spíritus Baseball team, Sub category. 23. This investigation is generated from a diagnostic study made to the pitchers of the team under study of the team where it was verified that there are a number of deficiencies that have a negative effect on the resolution of real situations of play. In order to give a way of solution to the problem in the research, a set of game situations are proposed for the improvement of the training by directions. Once the proposed solution to the problem has been reached, conclusions will be reached. The work is finalized with a recommendation that aims to give continuity to the research in order to deepen and perfect the result that it proposes.

Tabla de contenido.

CONTENIDOS	Pág.
Introducción	1
Capítulo I. La preparación por direcciones en el Béisbol.	5
I.I. La planificación por direcciones de entrenamiento deportivo	
II. La planificación por direcciones en el Béisbol. La dirección táctica vs dirección técnico-táctica	9
Capítulo II. Muestra y métodos utilizados en la investigación.	17
II.I. Concepción metodológica de la investigación. Población empleada en la misma	
Capítulo III. Análisis de los resultados y propuesta de situaciones de juego	18
Conclusiones	35
Recomendaciones	36
Bibliografía	38
Anexos	

Introducción.

La situación actual del Béisbol en Cuba se hace extensiva hasta nuestra provincia y es evidente que se tiene el material esencial, el humano, se cuenta con un cuerpo de entrenadores capacitados y con atletas que en sus últimas mediciones muestran condiciones físicas, técnicas y tácticas para su desarrollo.

Además, en aras de lograr el desarrollo de este deporte la Facultad de Cultura Física y la Comisión Provincial aúnan esfuerzos con el fin de optimizar la utilización de elementos científicos novedosos en función del mismo. Tal es el caso del proyecto "Perfeccionamiento de la actividad física y el deporte para el desarrollo humano yayabero" el cual persigue desde una visión científica darle solución a los problemas presentados en la preparación deportiva de los atletas de este deporte.

Desde este proyecto se han concebido diferentes investigaciones que han incursionado en la preparación de los peloteros en las diferentes categorías dentro de estas se puede destacar las concebidas por Barroso (2013), Díaz (2014), Zayas (2014) y González (2016), los resultados investigativos de estos autores han estado relacionados con la preparación de los peloteros pero sobre todo en lo relacionado a la preparación de los bateadores y el control y evaluación de los jugadores de cuadro.

Respecto a la preparación de los lanzadores propiamente han incursionado Orosco (2013) y Quintero (2013) con propuestas de trabajo bien estructuradas, sin embargo a partir de las nuevas orientaciones de la comisión nacional estas investigaciones ven su pertinencia social limitada al estar encaminada a la preparación por componentes y en la actualidad se acude a la preparación por direcciones.

El que hacer científico y las nuevas orientaciones de la comisión nacional, además de los cambios en los reglamentos del deporte, la inclusión del pelotero del más alto nivel en competiciones internacionales, conduce a optimizar el proceso de

entrenamiento en nuestro país y es donde concurre ante el escenario la preparación por direcciones.

En Cuba específicamente en el Béisbol, la planificación está concebida por direcciones que a decir de Forteza (1999), sustentado en D. Harre (1976) señala: “Son los aspectos direccionales de la preparación del deportista que van a señalar no solo el contenido de entrenamiento que deberá recibir un deportista, sino además relacionará en su determinación dos categorías básicas: carga y métodos”.

Sin embargo, esta tendencia del entrenamiento pudiera optimizar sus resultados en los lanzadores de esta categoría en función de la actividad fundamental que ellos realizan, lanzar. Más allá de los números que se puedan suscitar en las estadísticas obtenidas por el cuerpo de lanzadores de dicha categoría se considera necesario la integración de la técnica y la táctica en una sola dirección, según la clasificación de los autores citados.

A decir de Forteza (1999), la dirección técnico-táctica es fundamental en deportes de conjunto y de combate, con su uso los entrenamientos persiguen perfeccionar al máximo las acciones de competencia. Generalmente se acumula mucho ácido láctico por lo que se debe cuidar de los niveles de fatiga y los errores en las acciones realizadas.

En un estudio diagnóstico realizado a los lanzadores del equipo Sancti Spíritus participantes en el campeonato nacional para menores de 23 años, se detectaron cuatro deficiencias fundamentales que requerían ser resuelta teniendo en cuenta las particularidades de cada uno de los lanzadores. Estas deficiencias son: poca definición correcta en conteos favorables, falta de dominio de los lanzamientos, falta de control y poca variedad de lanzamientos. Además en una encuesta que contenía situaciones de juego y su posible solución, aplicada a 11 lanzadores resulta significativo que los 11 fueron evaluados de regular lo que denota la necesidad de contextualizar el proceso de dirección técnico-táctica a las características de cada lanzador.

Teniendo en cuenta la situación anterior se ha concebido el siguiente problema científico: ¿Cómo mejorar la preparación de la dirección táctica del entrenamiento en los lanzadores del equipo de Béisbol de Sancti Spíritus, categoría sub 23?

Objeto de estudio: el proceso de preparación por direcciones del entrenamiento de los lanzadores

Objetivo general: proponer situaciones de juego para mejorar la preparación de la dirección táctica del entrenamiento en los lanzadores del equipo de Béisbol de Sancti Spíritus, categoría sub 23

Campo de acción: la dirección táctica en los lanzadores del equipo de Béisbol de Sancti Spíritus, categoría sub 23

Objetivos específicos.

- Diagnosticar el estado actual de la preparación de la dirección táctica del entrenamiento en los lanzadores del equipo de Béisbol de Sancti Spíritus, categoría sub 23
- Seleccionar las situaciones de juego la preparación de la dirección táctica del entrenamiento en los lanzadores del equipo de Béisbol de Sancti Spíritus, categoría sub 23
- Elaborar las situaciones de juego para mejorar la preparación de la dirección táctica del entrenamiento en los lanzadores del equipo de Béisbol de Sancti Spíritus, categoría sub 23

Tareas de la investigación.

- Diagnóstico del estado actual de la preparación de la dirección táctica del entrenamiento en los lanzadores del equipo de Béisbol de Sancti Spíritus, categoría sub 23
- Selección de las situaciones de juego para mejorar la preparación de la dirección táctica del entrenamiento en los lanzadores del equipo de Béisbol de Sancti Spíritus, categoría sub 23

- Elaboración de las situaciones de juego para mejorar la preparación de la dirección táctica del entrenamiento en los lanzadores del equipo de Béisbol de Sancti Spíritus, categoría sub 23
- Redacción del informe final de la investigación

Capítulo I. La preparación por direcciones en el Béisbol.

I.I. La planificación por direcciones de entrenamiento deportivo

Hernández (2008), plantea que en el contexto de la teoría y metodología del entrenamiento deportivo, un concepto ampliamente difundido y de empleo sistemático por los profesionales del deporte, es el relativo a la preparación del deportista, el cual es concebido como el conjunto de medios que aprovechado de forma óptima, garantiza el estado de disposición para el logro de elevados rendimientos competitivos.

A ese conjunto de medios (contenidos), tradicionalmente se le reconoce como los componentes fundamentales de la preparación, y se hacen representar en la condición de preparación física, técnica, táctica, psicológica y teórica o intelectual.

Estos tipos de preparaciones suelen constituir la orientación de los contenidos en los planes de entrenamiento tradicionales, siendo cumplimentada su función, con el otorgamiento de un determinado valor de volumen de carga.

Esta forma de proyectar los contenidos en el plan de entrenamiento, al tener una significación global, se convierte en un obstáculo que afecta la precisión en las especificidades del contenido y los criterios de distribución de las cargas que demandan las particularidades propias que exige el rendimiento deportivo.

Con la finalidad de lograr una mayor efectividad en la proyección organizativa de los contenidos específicos en la planificación, se promueve la tendencia a la aplicación de la estructura por direcciones de entrenamiento.

Las direcciones de entrenamiento deportivo constituyen uno de los elementos que, en el plano organizativo, está orientado a la consecución de un sistema de planificación que sea susceptible de ser controlado durante su ejecución. Al conceptualizar las direcciones de entrenamiento, A. Forteza (1999), sustentado en D. Harre (1976) señala: *“Son los aspectos direccionales de la preparación del deportista que van a señalar no solo el contenido de entrenamiento que deberá recibir un deportista, sino además relacionará en su determinación dos categorías básicas: carga y métodos”*¹.

¹ Forteza de la Rosa A. direcciones del entrenamiento deportivo. Ciudad de la Habana. Científico-técnica. 1999.

Cuando se define una dirección, ésta a su vez, determinará el contenido de la preparación, el cual mantendrá una relación recíproca con la carga de entrenamiento y el método a utilizar. Dichas direcciones de entrenamiento tienen dos orientaciones que se encuentran estrechamente vinculadas, estas son, según el autor mencionado, las funcionales y las físico-motrices.

Ahora bien, según Hernández (2008), no todas las direcciones de entrenamiento deportivo tienen la misma connotación en cuanto a su peso en el rendimiento deportivo de los atletas y en este caso de los jugadores. Este autor plantea que para el Tenis de Mesa, se hace necesario tener en consideración la delimitación de dos agrupaciones de direcciones para el rendimiento: las determinantes y las condicionantes.

Plantea además, que Forteza (1999) interpreta como dirección determinante del rendimiento (DDR) a aquellos contenidos que son necesarios y suficientes para lograr rendimiento, constituyendo los factores determinantes que caracterizan las especificidades que requieren los atletas. Se reconoce como dirección condicionante del rendimiento (DCR) a aquellos contenidos necesarios que condicionan la efectividad en la preparación de las direcciones determinantes del rendimiento, influyendo de forma inmediata.

La sumatoria de las direcciones determinantes y las condicionantes del rendimiento deben representar el ciento por ciento de la preparación en la planificación. Como particularidad en el plan, el mayor número estará representado por las direcciones determinantes del rendimiento.

Asumiendo esta definición se hace necesaria la determinación de las direcciones determinantes y condicionantes del rendimiento en el deporte del Béisbol propiamente.

I.I.I. Caracterización del deporte béisbol para la planificación por direcciones

Para la definición de las direcciones de entrenamiento del deporte objeto de estudio, se realizó una aproximación a la caracterización de la actividad competitiva de los integrantes del equipo participante en la serie nacional categoría sub 23, mediante el registro de diferentes indicadores del juego y se analizó su correspondencia con las fuentes energéticas que abastecen las acciones de juego. En el proceso de programación de estas direcciones, emergieron alternativas que permitieron la conformación final de las direcciones incluidas.

➤ Características de la actividad competitiva (juego).

Para arribar a las direcciones de entrenamiento que se ponen de manifiesto en el juego contemporáneo de Béisbol, se hace necesario analizar algunas particularidades de esta disciplina en su actividad tanto de competición como de entrenamiento.

El Béisbol es clasificado como un deporte donde las acciones se realizan con intensidad variada, sus acciones de juego se desarrollan de manera acíclica, caracterizado por la variabilidad de las acciones provocadas por la pelota y las diferentes situaciones de juego. En su dinámica, se pone de manifiesto el trabajo en un régimen de trabajo aerobio-anaerobio, determinado esto por la brevedad de algunas acciones y el tiempo de duración del partido.

El tiempo real de un juego es muy variable pero puede oscilar entre las 2hr o más en dependencia de la cantidad de inning que se desarrollen. El tiempo real de acción de un juego se enmarca entre los rangos muy variados pero en casos excepcionales excede el minuto. El tiempo de recuperación entre cada juego está en correspondencia con el calendario pero la regularidad oscila entre las 18 y 20hrs.

Los movimientos son matizados por elevados índices de explosividad y velocidad, estos se realizan en fracciones de segundos, donde la concentración de la atención juega un rol fundamental, así como la toma de decisiones si tenemos presente que en pequeños instantes de tiempo, el jugador debe integrar las tareas de ubicar la dirección del móvil, su velocidad y altura para posteriormente dar la respuesta adecuada. Esto evidencia la magnitud del desgaste mental que predomina durante las competiciones y entrenamientos.

Partiendo de lo anteriormente expuesto, se evidencia el predominio de movimientos intermitentes donde la intensidad varía, rapidez y explosividad representados por algunos movimientos en el caso específico de la realización de la acción de lanzar y batear acciones que requieren de muy pocos segundos para su ejecución.

Partiendo del estudio subliminar de la actividad competitiva del pelotero se considera necesario asumir las direcciones de entrenamiento (Condicionantes y Determinantes) en el Béisbol como contenido de preparación que se planifican en las macro estructuras de modo que las mismas propiciaran un el tratamiento metodológico, diferenciación en el proceso de planificación, pues las actividades proyectadas para su desarrollo, se presentan en escenarios diferentes.

Tabla 1. Algunas direcciones de entrenamiento (Condicionantes y Determinantes) para el Béisbol.

DCR	DDR
Fuerza máxima	Fuerza explosiva
Resistencia a la fuerza rápida	Resistencia aeróbica
Fuerza (Propiedades reactivas)	Rapidez.
Resistencia anaeróbica	Técnico- táctica (Capacidades coordinativas)
Flexibilidad	Competitiva

La determinación de las direcciones determinantes y condicionantes del rendimiento en función de las características del deporte Béisbol pueden ofrecer una vía de solución a las deficiencias que se ponen de manifiesto en el diagnostico de la presente investigación.

Es reconocido que el proceso de planificación en el deporte Béisbol se realiza por direcciones, no obstante, la exclusión de la dirección técnico-táctica resulta polémica, ya que en la concepción de este juego son dos elementos que, desde la perspectiva del investigador, van indisolublemente ligados y que para su desarrollo requiere del empleo de acciones individuales, de grupo y de equipo pero teniendo en cuenta el estudio de la actividad competitiva y la clasificación es este deporte a continuación se expondrán las consideraciones teóricas por algunos autores sobre la concepción del trabajo en grupo dentro del proceso de entrenamiento den el Béisbol; concepciones con las cuales se toman posicionamientos similares.

II. La planificación por direcciones en el Béisbol. La dirección táctica vs dirección técnico-táctica

II.I. La actividad grupal en el proceso de planificación por direcciones en la concepción de las acciones de grupo.

Saura (2007), plantea que las acciones de grupo requieren gran importancia en el entrenamiento para lograr los fines que se propone el juego de Béisbol. Estas acciones se realizan por los miembros del equipo, que de hecho constituyen un grupo, dado por la necesidad de cooperación y de interacción social que se dan en el juego.

Argumenta además, el autor antes citado que, la psicología social reconoce los grupos formales como aquellos creados por la sociedad para desarrollar determinadas funciones específicas. En tal caso puede reconocerse al equipo de pelota (por las instancias que lo determinan y por la función que realizan) como grupo formal dado que en ellos cada persona desempeña un rol social específico. En él se encuentran los peloteros que realizan sus acciones desde diferentes posiciones de juego.

Los roles del equipo de pelota como grupo formal son valorados constantemente por la sociedad que incluye a los entrenadores, a los propios peloteros y al público, que en caso de Cuba, juega un papel protagónico en tales valoraciones. A pesar de que para cada pelotero en el equipo se han establecido relaciones formales, existe otro tipo de relaciones interpersonales de carácter afectivo que surge del proceso de la interacción diaria que se produce en los entrenamientos y en el propio juego.

Dado los fundamentos acerca de la importancia explicada por Casales F, J. C. F, J. C. (2003) respecto al grupo, lo más provechoso para los entrenadores es lograr la coincidencia entre las relaciones prácticas (jugadas) y las interpersonales de carácter afectivo.

Los equipos que necesitan enfatizar en la realización de acciones de grupo deben tratar de constituirse en colectivo ya que sustancialmente tienen diferencias con el

grupo formal. En relación con ello expresa Casales (2003) citando a Makarenko: *“Pero un colectivo no es simplemente un grupo organizado. Un grupo se convierte en colectivo siempre que las metas y tareas del grupo estén en correspondencia con las metas y tareas de la sociedad de la cual es parte. Es decir, un colectivo solo es posible, enfatizaba Makarenko, si reúne a los individuos sobre la base de tareas que poseen una clara utilidad social”* Casales F, J. (2003)

Ello implica que la introducción de acciones de grupo como actividad, fortalece y desarrolla el equipo de pelota y lo ayuda a transitar hacia la formación de un colectivo, sobre todo si las acciones que se desarrollan son atractivas, novedosas, y por sobre todo, si son comprendidas sus perspectivas para lograr un juego más eficaz.

II.I.I. Las acciones de grupo en el trabajo por direcciones.

Desde la perspectiva asumida en este trabajo se requiere, como forma de fortalecimiento del colectivo en un equipo de pelota, la participación activa de los peloteros en la reflexión colectiva sobre lo realizado, tanto de los éxitos como de los fracasos, y sobre todo en la búsqueda conjunta de soluciones en la realización práctica.

Acudiendo a las ideas de Bruner (1995), se puede señalar que una condición necesaria para que en la acción de grupo se produzca la interacción, es que los peloteros intercambien conocimientos sobre las soluciones que son necesarias ofrecer en cada caso estudiado, sobre el papel de cada uno en el juego y de las metas que se quieren alcanzar con la jugada, así como de sus indicadores.

En fin, se trata de modificar algunas formas de entrenar, modelando acciones de grupo que posibiliten el desarrollo de la creatividad, la independencia y el pensamiento táctico, para que los peloteros puedan experimentar progresos en la formación de la dirección técnico-táctica de forma natural y con la cooperación de otros.

En tal sentido, en esta tesis se defiende la idea de la necesidad de aplicar primero la dirección técnico-táctica como un elemento determinante en el rendimiento del

pelotero y segundo implementar una concepción de entrenamiento en función de la dirección técnico-táctica que posibilite el empleo de acciones de grupo dentro del proceso de planificación pues aunque en ocasiones los entrenadores proponen unas y otras, es preciso fomentar un conocimiento ordenado que posibilite lograr relaciones más profundas entre los jugadores de un área y los jugadores de diferentes áreas, para hacer más efectiva la preparación mediante un acercamiento a situaciones propias de juego.

En la acción de grupo, se considera importante el papel relevante que juegan las capacidades de anticiparse, la precisión, la reacción, la capacidad de diferenciación, el ritmo de los movimientos y el acoplamiento, junto a capacidades psicológicas tales como la toma de decisión, la capacidad de percepción de las acciones de juego y la velocidad de identificación de las acciones, así como la ejecución correcta de cada una de las habilidades que participan en la combinación.

El autor de esta investigación considera que las acciones de grupo son una herramienta que proporciona el sustento práctico para el perfeccionamiento del proceso de entrenamiento, ya que las mismas son la base para el desarrollo de las situaciones de juego aspecto este último que se refiere el siguiente acápite de la investigación.

II.I.II. Las situaciones de juego como complemento de la preparación por direcciones.

Las situaciones de juego en el entrenamiento deportivo permiten trabajar en sus condiciones similares con variables controladas y en un entorno que se asemeja al real, pero que está creado o acondicionado artificialmente y pueden constituir una guía para la imitación de ciertos aspectos del juego.

En lo referido al uso de las situaciones de juego en el deporte destacan autores como Andux & Almaguer (2004) y Reinaldo (2007), quienes ofrecen síntesis conceptuales hacia "las situaciones simplificadas del juego", pretendiendo incorporar elementos nuevos en la epistemología de la Actividad Física y el Deporte. Estos autores argumentan que en el ámbito deportivo las situaciones

simplificadas del juego constituyen una acepción no muy conocida y en muchos casos es confundida con otros conceptos dados por diferentes autores, tales como: formas jugadas, juegos reducidos, juegos modificados, los minideportes, situaciones de juego reales simplificadas y acciones simplificadas.

Andux & Almaguer (2004) y Reinaldo (2007), ofrecen una panorámica de diferentes investigadores del tema que se refieren a los términos mencionados en el párrafo anterior. A pesar de ello, no enuncian las situaciones de juego propiamente y aun cuando se refieren a las situaciones simplificadas de juego como una forma de entrenamiento, no las identifican como formas de preparación del pelotero.

Anteriormente este término no era muy empleado, sin embargo, en la actualidad a partir de las tendencias contemporáneas del entrenamiento, las situaciones de juego han pasado a ser parte inherente de este proceso, de modo que se utilizan para concebir un entrenamiento similar a la competencia. Se considera así que las definiciones citadas por Andux & Almaguer (2004) y Reinaldo (2007), tienen pertinencia en la actualidad.

Respecto a estas definiciones se puede citar a Hernández (2001), quien considera que las situaciones jugadas, son las que se establecen de los juegos simplificados. Luego añade que estas deben contener elementos de la estructura de los deportes de cooperación/oposición, e ir incrementando secuencias con aumento de la dificultad. Posteriormente deben incorporar según el propio autor: "al deporte de referencia es donde debemos llegar y no de dónde debemos partir".

En tanto que Antón (2001), diseña situaciones simplificadas, plantea que pueden ocurrir dentro de un juego, pero realmente en la situación simplificada. A juicio de Andux & Almaguer (2004), están presentes las acciones del equipo, el hecho de culminar la situación en un jugador no quiere decir que el equipo no haya intervenido antes.

Las situaciones simplificadas del juego, constituyen la unidad funcional de competición que se da en un tiempo determinado, a partir de la percepción de la situación motriz del momento, donde se produce la interacción de comunicación y

contra comunicación motriz y la toma de decisiones para darle solución a los problemas tácticos, desde que se produce el lanzamiento hasta que se batea con éxito o sin él, lo cual puede verse interrumpido por la acción del adversario. Esta situación continúa hasta que el árbitro detiene el juego por alguna detención reglamentaria y a partir de ahí se inicia una nueva situación simplificada del juego (Andux & Almaguer, 2004).

Son varios los autores que han incursionado en definiciones relativas a las situaciones simplificadas de juego. Se considera en esta investigación que, a pesar de la profundidad del análisis conceptual ofrecido, se ha tenido en cuenta un término que ofrece mayores potencialidades al proceso de entrenamiento: las situaciones de juego.

A partir del criterio de Gutiérrez, Fernández & Borrás (2010), quienes asumen que las situaciones de juego se pueden agrupar en las acciones que se desarrollan en el denominado juego posicional y las que se desarrollan en el juego no posicional, se concibe una mayor profundidad en su definición al integrar también como situaciones de juegos aquellas concerniente a los contraataques y los lanzamientos de siete metros.

Contextualizado esta definición al Béisbol se asume que la situación de juego integra tanto los elementos defensivos como ofensivos, o sea no solo de circunscribe al acto de lanzar como un elemento a la defensa sino que este acto se concibe como una forma ofensiva hacia el bateador que se defiende de algo que lo agrede que es la pelota.

Desde este punto de vista, las situaciones de juego asumen un papel más general dentro del proceso de entrenamiento al existir una búsqueda entre dos jugadores o más por relacionarse. Evidentemente tal situación puede tomar las formas más diversas, y para avanzar en la reflexión es necesario ser más precisos, especialmente en lo referido al marco en el cual los atletas interactúan, las reglas del juego y la información disponible, lo que puede propiciar que este marco sea más o menos cooperativo.

De modo que en la investigación se concibe la situación de juego como una vía de formación que posibilita el crecimiento integral del atleta, partiendo de la integración de los contenidos y del dominio que debe adquirir el atleta para que el juego sea fluido.

A pesar de los escritos referidos a las situaciones de juego y su pertinencia en el proceso de entrenamiento es escasa la bibliografía que se refiere a la utilidad de las mismas en el proceso de la preparación del deportista. Sin embargo, en la actualidad se pierde mucho tiempo durante este proceso en el empleo de ejercicios que no serán utilizados posteriormente en el juego. Uno de los errores en la experiencia del investigador respecto a las formas de preparación técnico-táctica, es que no se utilizan las situaciones de juego sino que se emplean una serie de ejercicios, apartados de la realidad de la competencia, con falta de oposición, ejecuciones técnicas o tácticas de fácil resolución y ausencia de presión para conseguir un objetivo.

La aplicación de las situaciones de juego en el proceso de preparación propiciará en el atleta, la intervención de acciones mentales y emocionales en diferentes contextos estimulando el desarrollo integral del deportista.

Se deriva entonces un nuevo proceder para la preparación, en el que lo importante no es solo ejecutar correctamente un elemento, sino la solución de la situación a la que se enfrenta y todas las posibles vías para ser resuelta, por lo que se pueden tener argumentos que propicien un análisis profundo para acercarse cada vez más a un nivel de desarrollo superior en el atleta.

Este quehacer preparatorio derivado de la utilización de las situaciones de juego, tendrá en cuenta que el lanzador es un ser humano que está en constante estado de evolución y adaptación. En él se interrelacionan sentimientos, emociones, procesos de información, relaciones sociales, inteligencia y por tanto se considera que su preparación durante el entrenamiento debe estar enfocada como un todo organizado. Es necesario brindarle al atleta las situaciones de juego válidas y aplicables a cualquier equipo, bateador y en correspondencia con las etapas de entrenamiento.

El autor de esta tesis considera que, para poder realizar una preparación, donde se le preste atención a los aspectos técnico-tácticos, es especialmente importante la realización de situaciones de juego, es decir, situaciones donde se le permita al lanzador actuar eficazmente ante las presiones similares a las de la competencia. Si se logra cumplir con estos objetivos, el lanzador estará acostumbrado a actuar bajo condiciones de presión, no experimentará en una situación real los mismos estados emocionales negativos que un lanzador no preparado bajo esas circunstancias. Además, haber dominado con éxito la situación, puede contribuir a reducir el nivel de tensión competitiva.

Por ende, el objetivo principal a lograr, es que el lanzador se acostumbre a actuar – desde la preparación - con presión mental y emocional, de forma que experimente un mejor dominio de estas situaciones cuando se presenten en la competición. A pesar de la dificultad para ser evaluada la dirección técnico-táctica con exactitud, la naturaleza de la situación de juego suele reducir la tensión con que el lanzador se expone a ella.

Desde este punto de vista, la situación de juego le ofrece al lanzador una ventaja dado que es una actividad que tiene el fin en sí misma, o sea, el individuo realiza la propia actividad para conseguir acercarse en gran medida a lo que se enfrentará durante la competición.

Asimismo, el desarrollo de la dirección técnico-táctica en función de las situaciones de juego le ofrece al entrenador la posibilidad de conocer cómo el atleta domina aspectos como la coordinación de los movimientos y los desplazamientos, la auto superación, el aprendizaje de roles establecidos en el terreno de juego, desarrollo de la comunicación entre los miembros del equipo, el desarrollo de la imaginación y la creatividad, el aprendizaje de distintas habilidades, el favorecimiento del desarrollo de la memoria de juego, el razonamiento, la atención y la reflexión, el aumento del control corporal durante las acciones, el aumento de la capacidad de atención y concentración, la estimulación de la memoria visual y el desarrollo de las capacidades de análisis y síntesis.

En la actualidad las exigencias competitivas son muy altas, cada vez el atleta debe mantener por más tiempo la óptima forma deportiva con el fin de alcanzar el resultado esperado en las diferentes competiciones. Esto propicia la necesidad de concebir formas de preparación para que el entrenador posea pleno dominio de las condiciones de cada uno de sus atletas, sobre todo, de cómo resuelve las diferentes situaciones de juego a las que se enfrenta.

Respecto a las situaciones de juego para el entrenamiento se puede considerar que:

- Deben ser lo más cercanas posible al juego
- Deben tener los objetivos a cumplir bien definidos en función de las etapas de entrenamiento

Capítulo II. Muestra y métodos utilizados en la investigación.

II.I. Concepción metodológica de la investigación.

Métodos teóricos utilizados en la investigación.

Analítico sintético: Permitió el análisis de las necesidades y potencialidades del proceso de preparación por direcciones en los lanzadores posibilitando que la información valorada fuese sintetizada en la práctica.

Inductivo – deductivo: Está presente a lo largo del proceso investigativo en el establecimiento de los referentes teórico-metodológicos de la preparación por direcciones, en la determinación de las regularidades del diagnóstico, y en la elaboración de la propuesta de situaciones de juego.

Métodos empíricos utilizados en la investigación.

Análisis de documentos: se utilizó para la constatación en las fuentes impresas de orientaciones e indicaciones por las que se trabaja las direcciones del entrenamiento en los lanzadores del equipo sub 23 de Sancti Spíritus.

Encuesta: posibilitó corroborar el dominio de los lanzadores en cuanto a la forma de solución de las situaciones de juego que se ponen de manifiesto en los entrenamientos y los juegos.

Entrevista: se utilizó para constatar la concepción de la preparación por direcciones en los lanzadores del equipo sub 23 de Sancti Spíritus.

Además, se utilizó el procedimiento matemático estadístico, cálculo porcentual.

II.II. Población empleada en la misma

En la investigación se realizó un estudio poblacional. Se seleccionaron los lanzadores del equipo participante en el campeonato nacional sub 23 tienen una edad promedio de 21.6 años, de ellos 9 son derechos y tres zurdos y cuentan además, con una experiencia promedio en serie nacionales sub 23 de 2.5 destacando tres lanzadores participantes en las cuatro ediciones de este torneo.

Capítulo III. Análisis de los resultados y propuesta de situaciones de juego

III.I. Análisis de los métodos empíricos utilizados en la investigación

III.I.I. Resultados del análisis de documentos y la revisión bibliográfica

En la implementación de este método se realizó una lectura del documento, analizando los objetivos y contenidos principales referidos al proceso de planificación por direcciones. El plan de entrenamiento se conforma con un total de 21 semanas y su concepción está fundamentada por direcciones, en el caso que le ocupa a la investigación se planifica por la dirección táctica fundamentada en situaciones simplificadas de juego. Se percibe además una correcta dosificación del entrenamiento.

No obstante, desde la perspectiva del investigador, resulta llamativo que persisten errores en los lanzadores que no han sido solucionados, lo que justifica la necesidad de emplear la dirección técnico-táctica, apoyada en el uso de situaciones de juego para su desarrollo.

Resultados de la revisión bibliográfica

En la lectura realizada a la literatura que norma el proceso de planificación por direcciones en el Béisbol, la cual responde al título Modelo de entrenamiento de significación táctica para deportes de Equipo con un total de 111 páginas y cuyo autor es Franger Reinaldo Balbuena, se percibe un profundo análisis sobre los diferentes modelos del entrenamiento deportivo. El autor hace un pormenorizado análisis crítico de los modelos existentes y sobre la idea de subsanación de las deficiencias encontradas es que realiza la propuesta de planificación por direcciones la que es asumida por casi todas las categorías.

Referido a los contenidos relacionados con la planificación por direcciones, el autor asume posicionamientos y devela tendencias que se corresponden con las características actuales del proceso de preparación del deportista.

Sin embargo, llama la atención que al asumir los posicionamientos para el proceso de planificación por direcciones se refieran a los criterios establecidos por Forteza (2001) quien cita Weineck y se refieren que, en términos generales, es un proceso permanente de adaptación de las cargas de trabajo.

Sobre esta base, Reinaldo realiza un modelo de significación táctica que, a decir del autor, *si se parte de la interpretación dada al proceso de entrenamiento deportivo en el Béisbol, se puede asegurar que, para el cumplimiento de su puesta en práctica y logro de los resultados esperados, se impone un modelo de dirección íntegro y flexible que se sintetice en la táctica. La planificación en este modelo tiene un carácter íntegro a través de las direcciones fundamentales del entrenamiento, propiciando una mejor distribución y una mayor interconexión de las cargas; y flexible en el significado táctico de las situaciones simplificadas de juego, donde los jugadores deben ser, bajo la guía del entrenador, los propios constructores del proceso de entrenamiento. (Reinaldo 2011. p. 46)*

A pesar de la concepción teórica de este modelo y su implementación en la práctica se considera que sus insuficiencias, en excluir de sus anales la dirección técnico – táctica, ya que según Forteza (2001) esta dirección es fundamental en deportes de conjunto y de combate, los entrenamientos persiguen perfeccionar al máximo las acciones de competencia. Generalmente se acumula mucho ácido láctico por lo que se debe cuidar de los niveles de fatiga y los errores en las acciones realizadas.

El autor antes citado establece una relación que profundiza más aun el punto de vista del autor de esta investigación ya que no solo se asume la dirección técnico táctica sino que se establece una relación entre las demás direcciones y es perceptible como se integra con las demás direcciones que a la postre son objetos de la preparación del lanzador.

Relación de las direcciones del entrenamiento con orientaciones diferente según Forteza (2001).

Direcciones funcionales	Direcciones físico – motrices
1. Anaeróbico aláctico	Rapidez (velocidad de reacción, frecuencia de movimientos, velocidad de un movimiento) Fuerza máxima Fuerza explosiva Fuerza polimétrica Técnica efectiva
2. Anaeróbico láctico	Resistencia de la velocidad Resistencia de la fuerza Técnico – táctico Competiciones Técnica de perfeccionamiento
3. Anaeróbico - aeróbico	Resistencia de la velocidad Resistencia mixta Técnica – táctica Técnica efectiva
4. Aeróbico	Resistencia aeróbica(general) Técnica de enseñanza

III.I.II. Análisis de los resultados de la encuesta.

La encuesta aplicada a los lanzadores integrantes del equipo de Béisbol de Sancti Spíritus, categoría sub 23 perseguía el propósito de constatar como resuelven las diferentes las situaciones de juego que se le presentan o se le pueden presentar durante los juegos. La misma estuvo integrada por un total de 50 situaciones y es notorio como todos los lanzadores obtuvieron la calificación general de regular. En la tabla que se muestra a continuación la evaluación de excelente se muestra con la letra (E) y se corresponde con aquellas respuestas que están acorde con la solución a la situación dada. La letra (A) significa el aprobado y esto tiene correspondencia con aquellos atletas que ofrecen un resultado aceptado en cuanto a su respuesta y la letra (I) resulta en insuficiente o sea la respuesta incorrecta.

Tabla #: 1 resultado de evaluaciones por atletas.

Resultados	J.V	R.A	A.Z	R.Z	O.V	O.S	H.D	P.A	C.T	H.P	E.S
E	23	32	31	23	23	29	21	32	26	26	28
A	13	12	10	18	18	15	19	15	15	13	13
I	14	6	9	9	9	6	10	3	9	11	9
P.TOTAL	59	74	72	64	64	73	61	79	67	65	69
EVALUACION	R										

En tal sentido, es perceptible como ningún atleta es evaluado de bien y solo dos de ellos aprueban más del 50% de las situaciones presentadas con evaluación de excelente. Esta evaluación tiene dos puentes de vista uno que va encaminado al análisis referido a la apropiación de los conocimientos por parte de los lanzadores y el otro que se refiere a los ejercicios, acciones o situaciones simplificadas que están siendo utilizadas para el entrenamiento de esta dirección.

Se es del criterio que en la medida que exista similitud entre el proceso de entrenamiento y el juego propiamente el lanzador optimizara su resultado en el momento esperado ya que previamente ha concebido el análisis desde su preparación, es por ello que el autor de la investigación considera que al planificar la dirección técnico- táctica sobre la base de las situaciones de juego similares a las de juego el atleta estará, con la guía del entrenador, de sus compañeros de equipo y de su propio análisis en constante superación individual para obtener la victoria en la guerra que se manifiesta entre el pitcher y el bateador.

Realizando el análisis más pormenorizado como lo muestra la tabla # (anexo) es digno destacar que las situaciones referidas a solucionar la situación identificada al tener un bateador que posee brazos largos y al realizar el swing su bate sobrepasa aproximadamente en 5 o 7 pulgadas el borde exterior del home, obtiene el máximo de las calificaciones de excelente. Sin embargo, se torna de preocupante la situación 45 que solo dos atletas son evaluados de excelente. Dicha situación se refiere a la realización de diferentes lanzamientos en conteos de una bola sin strike.

En sentido general, se considera que la utilización de la dirección técnico-táctica propiciaría que el lanzador durante el juego se desarrolle en función del conjunto de situaciones concatenadas que se ponen de manifiesto entre él y sus

compañeros. Las mismas se conciben como situaciones de equipo, de grupo e individuales las cuales deben tener una perspectiva de solución a partir de la similitud de dichas situaciones concebidas desde el entrenamiento y que tienen al proceso de control y evaluación como su colofón.

Dichas situaciones de juego suplantarían, por su similitud a la actividad competitiva, al ejercicio, que desde la perspectiva del investigador constituyen el medio fundamental de la actividad deportiva.

III.I.III. Análisis de los resultados de la entrevista

La entrevista realizada en la investigación tuvo objetivo profundizar en los elementos que se tuvieron en cuenta para el trabajo por direcciones en los lanzadores del equipo sub 23 de la provincia Sancti Spíritus. La misma estuvo conformada por res interrogantes que a la postre se convirtió en una sola ya que la concepción asumida para la planificación del entrenamiento responde la parcelación de la técnica y la táctica, respondiendo a las orientaciones de la comisión nacional de este deporte.

III.II. Propuesta de situaciones de juego para el perfeccionamiento del proceso de preparación de la dirección técnico-táctica

Una vez valorados los métodos empleados en la investigación, se procede a la realización de la propuesta de situaciones de juegos teóricas y prácticas las cuales tienen como propósito fundamental perfeccionar el proceso de preparación por direcciones del entrenamiento en los lanzadores del equipo de Béisbol de Sancti Spíritus el criterio de las personas que se benefician de la metodología propuesta.

Situaciones de juego teóricas.

Situación de juego # 1.

Nombre: caracterización del contrario.

Objetivo: exponer las características de los equipos contrarios en función de trazar el plan para lanzarles.

Descripción: los lanzadores se reúnen antes, durante o después del entrenamiento y exponen todos los criterios del estudio de contrario, analizando las formas de solución correcta para enfrentarse a cada uno de los bateadores.

Método: elaboración conjunta

La forma de evaluación: oral o escrita

Participantes: atletas y entrenadores

Frecuencia de aplicación:

Situación de juego # 2.

Nombre: encuentro de conocimiento

Objetivo: estudiar las principales características de los contrarios que se van a enfrentar

Descripción: los lanzadores determinados para lanzar en los diferentes juegos de una sub serie realizan un encuentro de conocimiento a partir de las características de cada uno de los bateadores del equipo contrario.

Método: juego

La forma de evaluación: oral o escrita.

Frecuencia de aplicación:

Situación de juego # 3.

Nombre: agrupamiento del orden al bate

Objetivo: agrupar los diferentes turnos al bate del equipo contrario en función de las características que poseen las alineaciones y o los bateadores.

Descripción: los lanzadores se reúnen antes del juego y realizan un análisis de los diferentes turnos al bate ((1ero, 7mo, 8vo y 9no); (2do y 6to); (3ero, 4to y 5to)) y sus características. Después lo hacen corresponder con las características del contrario y realizan su estrategia de pitcheo.

Método: elaboración conjunta

La forma de evaluación: oral o escrita

Participantes: atletas y entrenadores

Situación de juego # 4.

Nombre: definición del lanzamiento en conteo favorable

Objetivo: exponer los principales lanzamientos a realizar en conteos favorables

Descripción: los lanzadores se reúnen antes, durante o después del entrenamiento o el juego y exponen todos los criterios referidos al dominio de la zona delantera del home play, en función de ello establecen una estrategia para la realización de los lanzamientos en conteos favorables.

Método: elaboración conjunta

La forma de evaluación: oral o escrita

Participantes: atletas y entrenadores

Frecuencia de aplicación:

Situación de juego # 5.

Nombre: rompiendo hacia afuera

Objetivo: ejecutar lanzamientos en curva y hacia la zona baja y afuera.

Descripción: en el momento de ejecutar los lanzamientos a usted como lanzador se le presenta un bateador que al realizar el swing saca hacia atrás el pie delantero, para lograr dominarlo usted debe lanzar curvas en la zona de afuera y baja.

Método: repeticiones – juego- competitivo.

La forma de evaluación: teórico – práctica.

Participantes: lanzador, bateador y jugadores a la defensa.

Frecuencia de aplicación: una o dos veces por semana.

Situación de juego # 6.

Nombre: vencer al atrasado.

Objetivo: ejecutar lanzamientos en curva y hacia la zona baja y afuera.

Descripción: su equipo se encuentra en situación en la cual tiene o no corredores en bases y el bateador en turno se sitúa en la parte posterior (cajón de atrás) para poder dominarlo usted debe ejecutar lanzamientos en curva o lanzamientos que rompen en zona baja y afuera.

Método: repeticiones – juego- competitivo.

La forma de evaluación: teórico – práctica.

Participantes: lanzador, bateador y jugadores a la defensa.

Frecuencia de aplicación:

Situación de juego # 7.

Nombre: rápido y furioso.

Objetivo: ejecutar los lanzamientos correspondientes en función de las características del bateador y la situación de juego.

Descripción: el bateador en turno se encima demasiado al home cuanto tiene o no con corredores, la idea idónea para sacarle out es haciendo lanzamientos rápidos pegados bajos o altos.

Método: repeticiones – juego- competitivo.

La forma de evaluación: teórico – práctica.

Participantes: lanzador, bateador y jugadores a la defensa.

Frecuencia de aplicación: una o dos veces por semana.

Situación de juego # 8.

Nombre: rápido y furioso 2.

Objetivo: ejecutar los lanzamientos rápidos en función de las características del bateador y la situación de juego.

Descripción: en un partido de Béisbol usted como lanzador se enfrenta a un bateador que se sitúa separado del home y al realizar el swing da el paso encimándose al home. Usted ha resuelto ejecutar el lanzamiento correcto para dominarlo y después de un previo análisis llega a la conclusión de que ejecutará lanzamientos en rectas o que rompan bajos hacia adentro.

Método: repeticiones – juego- competitivo.

La forma de evaluación: teórico – práctica.

Participantes: lanzador, bateador y jugadores a la defensa.

Frecuencia de aplicación: una o dos veces por semana.

Situación de juego # 9.

Nombre: velocidad total.

Objetivo: ejecutar los lanzamientos correspondientes en función de las características del bateador y la situación de juego.

Descripción: un bateador adopta una posición abierta al batear, en sus pretensiones de dominarlo cuando haya o no corredores en bases usted debe realizar lanzamientos rápidos en toda la zona alta.

Método: repeticiones – juego- competitivo.

La forma de evaluación: teórico – práctica.

Participantes: lanzador, bateador y jugadores a la defensa.

Frecuencia de aplicación: una o dos veces por semana.

Situación de juego # 10.

Nombre: barrido de swing

Objetivo: ejecutar los lanzamientos rápidos y pegados en función de las características del bateador y la situación de juego.

Descripción: un bateador al realizar el swing “barren con el bate” para dominarlo usted debe ejecutar lanzamientos pegados en la zona baja y el alta.

Método: repeticiones – juego- competitivo.

La forma de evaluación: teórico – práctica.

Participantes: lanzador, bateador y jugadores a la defensa.

Frecuencia de aplicación: una o dos veces por semana.

Situación de juego # 11.

Nombre: combinación perfecta para derechos.

Objetivo: ejecutar combinación de lanzamientos en recta pegados y en rompimiento hacia afuera en función de las características del bateador y la situación de juego.

Descripción: en un partido a usted como lanzador se le encomienda resolver la situación compleja por la que atraviesa su equipo ya que su contrario tiene con corredor en segunda sin out y bateador derecho tiene la orden de batear, para tener un resultado favorable a su equipo ejecute lanzamientos rápidos y pegados en la zona baja, combinando lanzamientos de rompimientos hacia adentro.

Método: repeticiones – juego- competitivo.

La forma de evaluación: teórico – práctica.

Participantes: lanzador, bateador y jugadores a la defensa.

Frecuencia de aplicación: una o dos veces por semana.

Situación de juego # 12.

Nombre: combinación perfecta para zurdos.

Objetivo: ejecutar combinación de lanzamientos en recta pegados y en rompimiento hacia afuera en función de las características del bateador y la situación de juego.

Descripción: ante la presencia de un bateador zurdo, corredor en primera base, sin outs en el cajón de bateo usted pretende realizar una jugada que posibilite el doble play para ello debe realizar lanzamientos rápidos o que rompen en la zona de afuera.

Método: repeticiones – juego- competitivo.

La forma de evaluación: teórico – práctica.

Participantes: lanzador, bateador y jugadores a la defensa.

Frecuencia de aplicación: una o dos veces por semana.

Situación de juego # 12.

Nombre: variedad para el agachado

Objetivo: ejecutar combinaciones de lanzamientos en función de las características del bateador y la situación de juego.

Descripción: al concurrir al cajón de bateo Juan Hernández, adopta una posición agachada (se inclina al home bastante) y en el momento final del lanzamiento adopta posición erguida. Usted teniendo en cuenta el análisis pertinente debe ejecutar lanzamientos rápidos o que rompen en zona baja, pegada o afuera.

Método: repeticiones – juego- competitivo.

La forma de evaluación: teórico – práctica.

Participantes: lanzador, bateador y jugadores a la defensa.

Frecuencia de aplicación: una o dos veces por semana.

Situación de juego # 13.

Nombre: paso conjunto

Objetivo: ejecutar combinaciones de lanzamientos en función de las características del bateador y la situación de juego.

Descripción: Hernán Gómez realiza el swing conjuntamente con el paso. Para dominar a este bateador su equipo de pitcheo le ha orientado ejecutar lanzamientos rectos en zona baja, pegada y afuera.

Método: repeticiones – juego- competitivo.

La forma de evaluación: teórico – práctica.

Participantes: lanzador, bateador y jugadores a la defensa.

Frecuencia de aplicación: una o dos veces por semana.

Situación de juego # 14.

Nombre: conteo a mi favor

Objetivo: ejecutar lanzamientos en rompimiento en función de las características del bateador y la situación de juego.

Descripción: Geni Fernández es un bateador de fuerza que presenta dificultades para batear lanzamientos rápidos en zona pegada alta y se encuentra en conteo desfavorable (2 strikes sin bolas) para poder definir la situación ejecute en el próximo lanzamiento en curva o que rompe en zona de afuera y baja

Método: repeticiones – juego- competitivo.

La forma de evaluación: teórico – práctica.

Participantes: lanzador, bateador y jugadores a la defensa.

Frecuencia de aplicación: una o dos veces por semana.

Situación de juego # 15.

Nombre: conteo a mi favor 2

Objetivo: ejecutar lanzamientos rectos en función de las características del bateador y la situación de juego.

Descripción: ante la presencia de un bateador que tiene dificultades para conectar lanzamientos que se mueven (no sigue el lanzamiento hasta el final) y se encuentra en conteo desfavorable totalmente (2 strike sin bolas), ejecute lanzamientos rectos en la zona afuera y bajo

Método: repeticiones – juego- competitivo.

La forma de evaluación: teórico – práctica.

Participantes: lanzador, bateador y jugadores a la defensa.

Frecuencia de aplicación: una o dos veces por semana.

Situación de juego # 16.

Nombre: cambio y fuera

Objetivo: ejecutar lanzamientos en cambio en función de las características del bateador y la situación de juego.

Descripción: ante la presencia de un bateador de fuerza en el cajón de bateo y en conteo desfavorable al lanzador ejecute un lanzamiento en cambio en la zona afuera y baja.

Método: repeticiones – juego- competitivo.

La forma de evaluación: teórico – práctica.

Participantes: lanzador, bateador y jugadores a la defensa.

Frecuencia de aplicación: una o dos veces por semana.

Situación de juego # 17.

Nombre: todo tiene su tiempo.

Objetivo: ejecutar combinación de lanzamientos en función de las características del bateador y la situación de juego.

Descripción: al cajón de bateo comparece un bateador ansioso, que se coloca rápidamente, se le ve desesperado por conectar. Usted estratégicamente se tomará su tiempo entre lanzamiento y lanzamiento y después debe lanzarle curvas y rectas (picheo cruzado) a diferentes velocidades.

Método: repeticiones – juego- competitivo.

La forma de evaluación: teórico – práctica.

Participantes: lanzador, bateador y jugadores a la defensa.

Frecuencia de aplicación: una o dos veces por semana.

Situación de juego # 18.

Nombre: todo o nada

Objetivo: ejecutar lanzamientos en curva hacia la zona baja en función de las características del bateador y la situación de juego.

Descripción: con un corredor en tercera base, menos de 2 outs su entrenador le encomienda la tarea de evitarla carrera que está en tercera base para ello usted debe realizar lanzamientos en curvas o que rompen en zona baja.

Método: repeticiones – juego- competitivo.

La forma de evaluación: teórico – práctica.

Participantes: lanzador, bateador y jugadores a la defensa.

Frecuencia de aplicación: una o dos veces por semana.

Situación de juego # 19.

Nombre: toque en el ambiente

Objetivo: ejecutar lanzamientos rápidos y altos en función de las características del bateador y la situación de juego.

Descripción: el equipo camagüeyano tiene la intención de ordenar a su bateador que toque la bola, sin embargo su receptor se percata que se va a realizar un “amago de toque y bateo” y le orienta ejecutar lanzamientos rápidos, altos y pegados

Método: repeticiones – juego- competitivo.

La forma de evaluación: teórico – práctica.

Participantes: lanzador, bateador y jugadores a la defensa.

Frecuencia de aplicación: una o dos veces por semana.

Situación de juego # 20.

Nombre: quitarle la fuerza

Objetivo: ejecutar lanzamientos en recta y rompimiento en función de las características del bateador y la situación de juego.

Descripción: en un partido se presenta la situación de bases llenas, cuadro por dentro y el bateador en turno es de fuerza. Usted para poder dominarlo debe ejecutar lanzamientos bajos en recta o rompimientos pegados o afuera.

Método: repeticiones – juego- competitivo.

La forma de evaluación: teórico – práctica.

Participantes: lanzador, bateador y jugadores a la defensa.

Frecuencia de aplicación: una o dos veces por semana.

Situación de juego # 21.

Nombre: cambio de lanzamiento

Objetivo: ejecutar lanzamientos rápidos y pegados en función de las características del bateador y la situación de juego.

Descripción: en función de variar su picheo y evitar que el bateador se acomode después de dominarlo en las dos primeras veces al bate con lanzamientos de rompimiento en la tercera vez al bate hágale lanzamientos altos rápidos pegados.

Método: repeticiones – juego- competitivo.

La forma de evaluación: teórico – práctica.

Participantes: lanzador, bateador y jugadores a la defensa.

Frecuencia de aplicación: una o dos veces por semana.

Situación de juego # 22.

Nombre: codo arriba

Objetivo: ejecutar lanzamientos rápidos, altos, pegados y afuera en función de las características del bateador y la situación de juego.

Descripción: al realizar el análisis de la alineación del equipo contrario usted se percata que Juan Fernández al realizar el swing levanta el codo delantero. Para dominarlo en correspondencia con su defecto realice lanzamientos altos, rápidos, pegados o por fuera.

Método: repeticiones – juego- competitivo.

La forma de evaluación: teórico – práctica.

Participantes: lanzador, bateador y jugadores a la defensa.

Frecuencia de aplicación: una o dos veces por semana.

Situación de juego # 23.

Nombre: conteo parejo

Objetivo: ejecutar lanzamientos al límite de la zona de strike en función de las características del bateador y la situación de juego.

Descripción: ante la presencia de un perspicaz bateador en conteo de 1 strike y 1 bola ejecute lanzamientos en rectas o rompimientos en el límite de la zona de strike.

Método: repeticiones – juego- competitivo.

La forma de evaluación: teórico – práctica.

Participantes: lanzador, bateador y jugadores a la defensa.

Frecuencia de aplicación: una o dos veces por semana.

Conclusiones

1. Las principales deficiencias existentes respecto a la preparación de la dirección táctica en los lanzadores del equipo de Béisbol de Sancti Spíritus, categoría sub 23 radican en:
 - poca definición correcta en conteos favorables,
 - falta de dominio de los lanzamientos,
 - falta de control y poca variedad de lanzamientos.
2. La selección de las situaciones de juego para el mejoramiento de la preparación de la dirección técnico – táctica de los lanzadores del equipo de Béisbol de Sancti Spíritus, categoría sub 23 tuvo en cuenta las potencialidades desde el punto de vista teórico y práctico que confieren las mismas, las características del juego, las potencialidades y dificultades de los lanzadores.
3. Las situaciones de juego para el perfeccionamiento de la preparación de la dirección táctica en los lanzadores del equipo de Béisbol de Sancti Spíritus, categoría sub 23 se materializó en la siguiente estructura: nombre, objetivo, descripción, método y formas de evaluación.

Recomendaciones

1. Implementar la propuesta de situaciones de juego para el mejoramiento de la preparación de la dirección técnico - táctica del entrenamiento de los lanzadores del equipo de Béisbol de Sancti Spíritus, categoría sub 23

Bibliografía.

Aaron, Hank. (1983) *Batear a la forma de Aaron*. New York: Prentico Hall Inc. Englowood Cliffs.

Alson, W. (1972) *Manual perfecto del Béisbol*. Boston. Ed Allyn and Bacon, Inc.

Barrios Recio, J. (1998) *Manual para el deporte de iniciación y desarrollo*. Ciudad de La Habana, Editorial deportes, 39p.

Barroso, D. (2013) *Ejercicios para el perfeccionamiento técnico – táctico del bateo en el equipo de Béisbol 1era categoría del municipio Trinidad*. (Trabajo de diploma). Sancti Spíritus. Universidad de Sancti Spíritus José Martí.

Athl. J; Evanston, 111.67 1987. 6p16-21; 44-45

Cervantes F. A. (1999) *Diccionario manual de Lengua Española*. La Habana, Editorial Pueblo y Educación. [S.A.] 932p.

Derenne, Coop. (1975) *Medios para Incrementar la aceleración swing Illinois*: Ath Journal Evaston.

Dick, Frank W. (1999) *Principios del entrenamiento deportivo*. España- Barcelona, Editorial Paidotribo.

Ealo de la Herrán. J. (2005) *Béisbol*. Ciudad de La Habana, Editorial Pueblo y Educación. (Tercera reimpresión, 2005).

El Bateo y los Puntos de Vistas de Carew - School NEW YORK (1991), 60, 10P 28 29; 86ilus.

Ford, Avane. (1980) *Reconsideraron del Orden al Bate Tradicional School Coach*, New York, 49, 6p 72, Ilus.

Forteza, de la Rosa A. (1997) *Alta metodología, carga y estructura del entrenamiento deportivo*. Ciudad de La Habana, Editorial Científico Técnica, ISCF.

----- (1985) *Bases Metodológica del Entrenamiento Deportivo*. Ciudad de La Habana, Editorial Científico - Técnica.

Fonseca Márquez, A. (2005) *Béisbol, Preparación técnica especial*. Ciudad de La Habana, Editorial Deporte. (Reimpresión, 2005)

----- (1988) *Programa de Preparación del Deportista*. Ciudad de La Habana, INDER.

García Manso, Juan M, N Valdivieso y J. A. Ruiz Caballero. (1996) *Pruebas para la valoración de la capacidad motriz en el deporte, Evaluación de la condición física*. Madrid, Ed. Gymnos, Capitulo V.

González, J. (2016). *Situaciones de juego para mejorar la preparación técnico – táctica en los bateadores del equipo de Béisbol de Sancti Spíritus*. (Trabajo de diploma). Sancti Spíritus. Universidad de Sancti Spíritus José Martí.

Harre. Dietrich. (1983) *Teoría del Entrenamiento Deportivo*. Ciudad de La Habana, Editorial Científico Técnico.

Martín, E. (2007). *Metodología para la preparación técnico-táctica con acento en las acciones de grupo en equipos de Béisbol de alto nivel*. (Tesis de doctorado). Villa Clara: Instituto Superior de Cultura Física “Manuel Fajardo”.

Meinel. Kurts. (1977) *Didáctica del movimiento*. Ciudad de La Habana, Editorial Orbe.

Navelo, R. (2001). *Modelo Alternativo para la preparación técnico - táctica del joven voleibolista*. Santa Clara., Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. Facultad de Villa Clara.: 109.

Orosco, N. (2013) *Acciones para el perfeccionamiento del control y evaluación de los lanzadores del equipo de Béisbol de Sancti Spíritus*. (Trabajo de diploma). Sancti Spíritus. Universidad de Sancti Spíritus José Martí.

Ozolin. N. G. (1983) *Sistema Contemporáneo de Entrenamiento Deportivo*. Ciudad de La Habana, Editorial Científico Técnico.

- Quintero, J. (2013) Situaciones de juego para la selección de talento en el Béisbol en Sancti Spíritus, categoría 13 -15 años. (Trabajo de diploma). Sancti Spíritus. Universidad de Sancti Spíritus José Martí.
- Radianov. A. V. (1981) Psicología del enfrentamiento deportivo. Ciudad de La Habana, Editorial Orbe.
- Reinaldo, Franger. (2006) Del Béisbol casi todo. Ciudad de La Habana, Editorial Deportes.
- Reinaldo, F. (2011). Modelo de entrenamiento de significación táctica para deportes de Equipo. La Habana: Editorial Deportes.
- Reglas Oficiales de Béisbol. (2001) Ciudad de La Habana, INDER.
- Secretos en el Deporte Cubano: (1994) Conferencia Magistrales. La Habana, Ed. Deportes.
- Volkov. V. M. y V. P. Filin. (1989) Selección Deportiva /S.I./, Editorial Pueblo y Educación.
- Matieev. A.L. (1983) Fundamento del entrenamiento deportivo. Moscú, Editorial Raduga.
- Torre J. (1981) Sobre las pequeñas cosas que hacen grandes bateadores School Coach New York 50, 9p.27; 67ilus.
- Theund, E. John (1977) Estadística elemental moderna. Ciudad de La Habana, Editorial Pueblo y Educación.

Anexos.

Anexo # 1. Análisis de documentos

Documento

Objetivos:

1. Constatar los objetivos del proceso de preparación técnico-táctica
2. Constatar las herramientas para el proceso de preparación técnico-táctica en el Béisbol

Tareas para la revisión y el análisis del documento:

1. Efectuar una lectura del documento, analizando los objetivos y contenidos principales referidos al proceso de planificación por direcciones de entrenamiento.
2. Determinar la correspondencia entre los objetivos y contenidos de los instrumentos para el proceso de planificación por direcciones en el Béisbol.

Anexo # 2. Encuesta a lanzadores del equipo de Béisbol categoría sub 23

Lanzador, la encuesta que le mostramos a continuación tiene el objetivo de constatar como usted resuelve las diferentes las situaciones de juego que se le presentan o se le pueden presentar durante los juegos de Béisbol, de antemano agradecemos su colaboración.

Datos generales

Categoría: _____ Derecho: ___ Zurdo: ___ Provincia: _____

A continuación aparecen una serie de problemas o situaciones que con frecuencia se te presentan en tu actividad como lanzador y que requieren de un análisis inmediato y adecuado, para su correcta solución. Debe marcar con una (X) la respuesta más correcta en la situación expuesta.

1-Bateador que al realizar el swing saca hacia atrás el pie delantero. Ud lanzaría:

- 1-Rectas con zona de afuera y baja.
- 2-Rectas en zona pegada, baja o alta.
- 3-Curvas en zona de afuera y baja.
- 4-No sé.

2-Bateador que le tira a la bola de abajo hacia arriba en forma de oppercut (golfeador.). Ud le lanzaría:

- 1-Lanzamientos rectos zona alta pegada o afuera.
- 2-Curvas o lanzamientos que rompan en zona baja afuera.
- 3-Lanzamientos rectos o en curva en zona pegada baja o al centro.

3-Bateador que emplea el paso demasiado corto y mantiene el bate en posición alta antes de realizar el swing. Preferiría lanzarle:

- 1-Lanzamientos bajos zona de afuera en curva.

2-Lanzamientos altos rápidos en toda la zona alta.

3-Mezclarle lanzamientos rápidos arriba con cambios abajo.

4- No sé.

4-Bateador que emplea el paso demasiado largo, haciendo que su cuerpo al realizar el swing se impulse conjuntamente con este hacia delante. Ud. Preferiría lanzarle:

1-Lanzamientos rectos en zona baja afuera.

2-Lanzamientos rectos en zona alta pegada o afuera.

3-Lanzamientos en cambio de velocidad en recta o curva.

4-No sé.

5-Bateador que voltea la cabeza y no sigue los lanzamientos con la vista al realizar el swing. Ud. le lanzaría:

1-Lanzamientos en recta en zona de afuera.

2-Lanzamientos en curva zona afuera.

3-Lanzamientos en recta o curva zona pegada.

4-No sé.

6-Bateador que mueve o abre los hombros frecuentemente al realizar el swing. Preferiría lanzarle:

1-Lanzamientos en curva o cambio en zona afuera baja.

2-Lanzamientos rectos altos o bajos en zona afuera.

3-Lanzamientos rápidos altos y pegados.

4-No sé.

7-Bateador que no rompe sus muñecas al realizar el swing. Ud le lanzaría:

1-Lanzamientos en curva, baja, pegada.

2-Lanzamientos en recta baja o alta pegada.

3-Lanzamientos en recta o curva en zona afuera.

4-No sé.

8-Bateador que se sitúa en la parte delantera del cajón de bateo. Ud preferiría lanzarle:

1-Lanzamiento que rompe rápido hacia fuera y bajos.

2-Lanzamientos en curvas lentos o cambio de velocidad.

3-Lanzamientos rápidos altos. Siendo cada lanzamiento de estos más alto que el anterior.

4-No sé.

9-Bateador que se sitúa en la parte posterior (cajón de atrás). Ud preferiría lanzarle fundamentalmente:

1-Lanzamientos rápidos a la altura de la cintura o de las letras.

2-Cambios de velocidad en curva o recta.

3-Lanzamiento en curva o lanzamientos que rompen en zona baja afuera.

4-No sé.

10-Bateador que se encima demasiado al home. Ud prefiere lanzarle:

1-Lanzamientos rápidos que tiendan a subir o que rompan hacia adentro.

2-Lanzamientos rápidos pegados bajos o altos.

3-Recta esquina de afuera alta o baja.

4-No sé.

11-Bateador que se sitúa separado del home y al realizar el swing da el paso encimándose al home. Ud preferiría lanzarle:

- 1-Lanzamientos rápidos pegados bajos.
- 2-Lanzamientos en rectas o que rompan bajos hacia adentro.
- 3-Lanzamientos en recta o curva en zona afuera.
- 4-No sé.

12-Bateador que se sitúa separado del home y realiza el paso normal hacia delante al ejecutar el swing. Ud le lanzaría:

- 1-Lanzamientos rectos o en zona baja afuera.
- 2-Lanzamientos en curva o que rompan zona baja afuera.
- 3-Lanzamientos rectos o en curva en zona baja pegada.
- 4-No sé.

13-Bateador que se sitúa en el centro del cajón de bateo con los brazos totalmente estirados atrás. Ud le lanzaría:

- 1-Lanzamientos rápidos en zona baja pegada.
- 2-Lanzamientos en curva o que rompen en zona pegada.
- 3-Lanzamientos rápidos zona baja afuera.
- 4-No sé.

14-Bateador que adopta posición abierta al batear. Ud le lanzaría:

- 1-Lanzamientos rápidos en toda la zona alta
- 2-Lanzamientos en curva o que rompen en zona baja afuera.
- 3-Lanzamientos rápidos en zona afuera sobre todo alta.

4- No sé.

15-Bateador que posee brazos largos y al realizar el swing su bate sobrepasa aproximadamente en 5 o 7 pulgadas el borde exterior del home. Ud preferiría lanzar:

1-Lanzamientos en curva zona baja pegada o afuera.

2-Lanzamientos en recta afuera baja o alta.

3-Lanzamientos rápidos altos o bajos en zona pegada.

4-No sé.

16-Bateador de brazos cortos que al realizar el swing el recorrido del bate no cubre todo el home. Ud le lanzaría:

1-Curvas o lanzamientos que rompen en zona baja afuera.

2-Lanzamientos rápidos bajos o altos zona afuera.

3-Lanzamientos rectos zona baja o alta pegada.

4-No sé.

17-Bateador de los que al realizar el swing “barren con el bate”. Ud le lanzaría:

1-Curvas o rectas en cambio de velocidad.

2-Lanzamientos rápidos pegados tanto bajos como altos.

3-Lanzamientos rápidos zona baja pegada.

4-No sé.

18-Bateador de “bate lento” al realizar el swing. Ud preferiría lanzarle:

1-Lanzamientos que rompen en zona baja pegada.

2-Lanzamientos rápidos zona baja o alta pegada.

3-Lanzamientos que rompen en zona baja afuera.

4-No sé.

19-Con corredor en primera, bateador derecho, sin out. UD preferiría lanzarle:

1-Lanzamientos rápidos bajos, en zona pegada, combinándolos con rompimientos hacia adentro.

2-Lanzamientos que rompen en curva zona pegada.

3-Lanzamientos en curva o recta zona baja afuera.

4-No sé.

20-Con corredor en segunda sin out y bateador derecho tiene la orden de batear. Ud le lanzaría:

1-Lanzamientos en zona afuera o curva.

2-Lanzamientos rápidos pegados bajos, combinando lanzamientos de rompimientos hacia adentro.

3-Lanzamientos rápidos que rompen en zona pegada baja.

4-No sé.

21-Bateador zurdo, corredor en primera base, sin outs. Ud le lanzaría:

1-Lanzamientos rápidos o que rompen en la zona de afuera.

2-Lanzamientos rectos o curvas en zona pegada.

3-Lanzamientos en cambio tanto en recta como curva.

4-No sé.

22-Bateador que mueve constantemente el bate antes de realizar el swing, esto lo hace en forma excesiva incluso instantes antes de culminar el movimiento final del lanzador Valorando:

1-Lanzamientos en cambio en curva o recta.

2-Lanzamientos rápidos arriba, combinando lanzamientos lentos por afuera.

3-Lanzamientos rápidos en la zona de adentro.

4- No sé.

23-Corredor en tercera base, menos de dos out. Usted prefiere lanzar.

1-Lanzamientos bajos en recta o rompimiento en toda la zona baja.

2-Lanzamientos que rompen en zona afuera y baja.

3-Lanzamientos fundamentalmente en recta en la zona alta pegada.

4-No sé.

24-Bateador que adopta posición agachada (se inclina al home bastante) y en el momento final del lanzamiento adopta posición erguida. Valorando esta conducta Ud le lanzaría:

1-Lanzamiento en curva zona baja afuera.

2-Lanzamientos rápidos o que rompen en zona baja pegada o afuera.

3-Lanzamientos rápidos altos pegados afuera.

4-No sé.

25-Bateador que realiza el swing conjuntamente con el paso, valorando esto Ud lanzaría:

1-Lanzamientos que rompen con velocidad hacia la zona baja afuera.

2-Lanzamientos en curvas o quitándole y poniéndole a los lanzamientos en zona afuera baja.

3-Lanzamientos rectos zona baja pegada afuera.

4-No sé.

26-Bateador de fuerza que presenta dificultades para batear lanzamientos rápidos en zona pegada alta y se encuentra en conteo desfavorable (2 strikes sin bolas). Ante esta situación Ud generalmente lanzaría:

1-Utilizar el próximo lanzamiento en curva o que rompe en zona afuera y baja.

2-Utilizar el próximo lanzamiento en recta zona afuera baja.

3-Utilizar el próximo lanzamiento en recta rápida pegada alta.

4-No sé.

27-Bateador que tiene dificultades para conectar lanzamientos que se mueven (no sigue el lanzamiento hasta el final) y se encuentra en conteo desfavorable totalmente (2 strike sin bolas). El próximo lanzamiento Ud preferiría lanzarle:

1-En recta rápida baja pegada.

2-En recta rápida alta pegada.

3-En curva o que rompe en zona baja afuera.

4-No sé.

28-Ud prefiere tirar el cambio de velocidad fundamentalmente:

1-En conteo desfavorable al lanzador, zona afuera y baja.

2-En conteo favorable al lanzador, zona baja.

3-En conteo desfavorable al lanzador en zona baja pegada.

4-No sé.

29-Bateador ansioso, que se coloca rápidamente en el cajón de bateo, desesperado por conectar. Ante esta situación prefiere lanzar:

1-Tomarse el tiempo entre lanzamiento y lanzamiento y después lanzarle curvas y rectas (pitcheo cruzado) a diferentes velocidades.

2-Rectas y curvas en cambio zona baja afuera.

3-Lanzamientos rápidos zona pegada alta o baja.

30-Como Ud conoce el bateo es una cuestión de sincronización o coordinación de todo el sistema o cuerpo del bateador conociendo esto Ud preferiría lanzar:

1-Lanzar siempre a una misma velocidad en recta y curva.

2-Lanzar a diferentes velocidades en recta o rompimiento en diferentes zonas.

3-Lanzar rectas o rompimientos a diferentes velocidades en la zona afuera.

4-No sé.

31-Hay bateadores que tienen mucha calma y necesitan determinado tiempo para acomodar su posición de batear. Ante esta situación Ud preferiría lanzarle:

1-Abreviar el tiempo entre un lanzamiento y otro.

2-Cambiarle el tiempo entre lanzamiento y lanzamiento.

3-Dejar que se acomode y comenzar al lanzarle.

4-No sé.

32-Bateador que le hace el swing al primer lanzamiento casi siempre. Ante estos bateadores preferiría lanzar:

1-Primer lanzamiento en curva o que rompa en zona baja afuera.

2-Primer lanzamiento en recta o curva tratando de que sea strike.

3-Primer lanzamiento en recta zona baja afuera o pegada.

4-No sé.

33-Con corredor en tercera con menos de 2 outs prefiere lanzar:

1-Lanzamientos rápidos o que rompen zona alta.

2-Lanzamientos rápidos en zona baja.

3-Lanzamientos en curvas o que rompen en zona baja.

4-No sé.

34-En jugada de squess play. Ud prefiere lanzar:

1-Lanzamientos bajos y pegados rápidos.

2-Lanzamientos altos y pegados (del hombro hacia arriba) rápidos.

3-Lanzamientos en curva hacia abajo baja afuera.

4-No sé-

35-Ante situación de toque de bola y ud observa que se va a realizar un “amago de toque y bateo” Ud prefiere lanzar:

1-Lanzamientos rápidos, altos y pegados-

2-Lanzamientos rápidos altos afuera.

3-Lanzamientos en curva o que rompen bajos.

4-No sé.

36-Hombre en primera, situación de toque de bola. Ud prefiere lanzar:

1-Lanzamientos rápidos en zona alta pegada.

2-Lanzamientos rápidos en zona baja pegada.

3-Lanzamientos en curva o que rompen en zona baja.

37- Bateador que adopta una posición alta en el cajón de bateo, pero cuando viene el lanzamiento Se agacha y flexiona su tronco usted le lanzaría.

- 1-Lanzamientos bajos afuera en rectas.
- 2-Lanzamientos rápidos pegados.
- 3-Lanzamientos rápidos altos y pegados.
- 4-No se

38-Situación: bases llenas, cuadro por dentro, bateador de fuerza. Usted preferiría lanzarle

- 1-Lanzamientos altos rápidos afuera
- 2-Lanzamientos bajos en recta o rompimientos pegados o afuera.
- 3-Lanzamientos bajos pegados en recta.
- 4-No sé.

39-Bateador que en las dos primeras veces al bate usted lo ha dominado con lanzamientos de Rompimiento y viene por tercera vez al bate. UD comenzaría lanzándole.

- 1-lanzamientos de rompimiento en zona baja afuera.
- 2-lanzamientos altos rápidos pegados.
- 3-lanzamientos rápidos en zona baja pegada.
- 4-No sé.

40-Bateador que al realizar el swing levanta el codo delantero. Usted prefiere lanzarle:

- 1-Lanzamientos bajos en recta por fuera o pegada.

2-Lanzamientos altos rápidos pegados o por fuera.

3-Lanzamientos en rompimiento en zona baja afuera.

4-No sé.

41-Bateador que inicia un inning normal (conteo 0-0). Usted lanzaría

1-Lanzamiento en recta o rompimiento en la zona de duda

2-Lanzamiento en recta o rompimiento dentro de la zona de strike

3-Lanzamiento en recta en la zona de strike.

4-No sé.

42-En conteo de 1 strike 0 bolas usted preferiría lanzar.

1-lanzamientos en rectas o rompimientos en la zona de duda.

2-Lanzamientos en rectas o rompimientos en la zona de strike

3-Lanzamientos de rompimientos en la zona de duda.

43-En conteo de 1 strike y 1 bola usted lanzaría.

1-Rectas o rompimientos en el límite de la zona de strike.

2-Rectas o rompimientos dentro de la zona de strike.

3-Rectas o rompimientos en la zona de duda.

4-No sé.

44-En conteo de 3 bolas 2 strike preferiría usted lanzar:

1-Lanzamientos en rectas o rompimientos en la zona de duda.

2-Lanzamientos en rectas o rompimientos fuera de la zona de strike.

3-Lanzamientos en rectas o rompimientos dentro de la zona de strike

4-No sé.

45-En conteo de 1 bola 0 strike preferiría usted lanzar.

1-Lanzamientos en rectas o rompimientos en la zona de strike.

2-Lanzamientos en rectas o rompimientos en la zona de duda.

3-Lanzamientos en recta rápida dentro de la zona de strike.

4-No sé.

46-En conteo de 2 bolas 2 strike prefiere lanzar.

1-Rectas o rompimientos en la zona de strike.

2-Rectas o rompimientos en la zona de duda.

3-Rectas o rompimientos fuera de la zona de strike.

4-No sé.

47-En conteo de 2 strike 0 bola. Usted lanzaría

1-Rectas o rompimientos en la zona mala.

2-Rectas o rompimientos en la zona de duda.

3-rectas o rompimientos dentro de la zona de strike.

4-No sé.

48-En conteo de 3 bolas y 1 strike preferiría lanzar.

1-Rectas o rompimientos en la zona de duda.

2-Rectas o rompimientos fuera de la zona de strike.

3-rectas o rompimientos dentro de la zona de strike.

4-No sé.

49-En conteo de 1 strike y 2 bolas prefiere lanzar.

1-Rectas o rompimientos en la zona de duda.

2-Rectas o rompimientos en la zona de strike.

3-su mejor lanzamiento en la zona de strike.

4-No sé.

50-Bateador que le pega bien a los rompimientos bajos en la zona de strike afuera(es su zona fuerte), usted preferiría dominarlo con:

1-Lanzamientos rápidos en la zona pegada.

2-Lanzamientos en rompimiento en la zona de afuera en mala.

3-Rompimientos bajos fuera de la zona de strike.

4-No sé.

Anexo # 3. Entrevista a entrenadores

Entrenador, con todo el respeto que se merece y la cordialidad que lo caracteriza le solicitamos - por favor - conteste la siguiente entrevista la cual tiene como objetivo profundizar en los elementos que se tuvieron en cuenta para el trabajo por direcciones en los lanzadores del equipo sub 23 de la provincia Sancti Spíritus.

Datos generales.

Edad:

Nivel cultural:

Especialista:

Años de experiencia:

Grado de participación en la preparación de los lanzadores del equipo sub 23 de la provincia Sancti Spíritus.

Alto____.

Medio____.

Bajo____.

Cuestionario.

1. ¿Cómo planifica el trabajo a realizar por los lanzadores de su equipo?
 - Lo técnico ____.
 - Lo táctico____.
 - Lo técnico – táctico____.

Nota: si elige la 3era opción conteste la segunda y tercera interrogante.

2. ¿Qué ejercicios, acciones y/o actividades tuvo en cuenta para el trabajo técnico - táctico de los lanzadores del equipo sub 23 de la provincia Sancti Spíritus?
3. Argumente los aportes que le ofreció a los lanzadores del equipo sub 23 de la provincia Sancti Spíritus el trabajo técnico – táctico como unidad dialéctica.