PREPARACIÓN FÍSICA INDIVIDUAL PARA LANZADORES DE ALTO RENDIMIENTO EN EL BÉISBOL DEL MUNICIPIO NUEVITAS DURANTE LA COVID 19

Autores. Lic. Felipe Jesús Bencomo Torres e-mail: felipe.bencomo@reduc.edu.cu

Dr. C. José Ignacio Ruíz Sánchez e-mail: jose.ruiz61182@gmail.com

Institución. Universidad de Camagüey “Ignacio Agramonte Loynaz”. Facultad de Cultura Física “Manuel Fajardo”

País. República de Cuba

RESUMEN

En estos tiempos invadidos por la poderosa pandemia Covid 19, que ha afectado física, psicológica y económicamente a todos los países del mundo, para el béisbol resulta importante utilizar de forma racional los recursos humanos y materiales, fomentando la creación de medios que permitan evolucionar nuevos métodos de entrenamientos a distancia, con un uso acertado de la información que disponemos y a la vez una ejecución armónica y eficaz de las actividades a desarrollar. Los nuevos escenarios deportivos y los niveles alcanzados estimulan a obtener altos aspectos en la preparación física, con la misión de buscar mejores resultados competitivos, lo que impone un perfeccionamiento de la preparación para los atletas de béisbol hasta niveles máximos, por tanto obliga a someternos en la búsqueda de información actualizada, valorar opciones, tomar decisiones en un universo cada vez más complejo y variable, revisar y hacer más factible las estrategias a desarrollar, evaluar constantemente el proceso de dirección y conducción del entrenamiento deportivo. En este estudio se utilizaron métodos y técnicas investigativas del nivel teórico y empírico, que permitieron fundamentar el objeto en cuestión y determinar las regularidades existentes. Es por ello que esta investigación se traza como objetivo fundamental organizar la preparación física individual en lanzadores de alto rendimiento en el béisbol del municipio Nuevitas para el mantenimiento de la forma deportiva, durante la Covid 19.

Palabras claves: preparación física, béisbol, lanzadores, organización del entrenamiento.