

Vol. 12 No.24 julio-diciembre 2016

Acción, Revista Cubana de la Cultura Física, continuadora de Cultura Física, fundada en el año 1985, es editada por la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte «Manuel Fajardo», en coordinación con el Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación (INDER).

Con una frecuencia semestral, la revista acepta la colaboración nacional y extranjera siempre que estas se ajusten a las instrucciones para su publicación. Los artículos publicados son total responsabilidad de sus autores.

COMITÉ EDITORIAL

Director

Dr.C. Alejandro López Rodríguez

Editor Jefe

Dr.C. Lázaro de la Paz Arancibia

Editor Ejecutivo

Dr.C. Santiago René León Martínez

Asistente de Edición

MsC. María Elena Frías Llanes

Diseño e Informática

Ing. Eidel Parada Guerra

Traducción

Lic. Edith Martínez Scotland

Consejo Asesor

Dr.C. Antonio Eduardo Becali Garrido,

Dr.C. Héctor Noa Cuadro, Dr.C. Iván Román

Suárez, Dr.C. Domingo Blázquez Sánchez,

Dr.C. María Luisa Zagalaz, Dr.C. Francisco

García Ucha, Dr.C. Uvencio Blanco, Dr.C.

Armando Forteza de la Rosa, Dr.C. Félix

Guillén García, Dr.C. Italo Monetti, Dr.C.

Rosa López de D'Amico, Dr.C. Armando

Pérez Fuentes, Dr.C. Edgardo Romero

Frómeta, Dr.C. Eduardo Espoza

Coordinador General Comité Científico

Dr.C. Jerry Bosque Jiménez

Coordinadores

Dr.C. Aldo Pérez Sánchez, Dr.C. Beatriz

Sánchez Córdova, Dr.C. Carlos Cuervo Pérez,

Dra.C. Ana María Morales Ferrer,

Dr.C. Hermenegildo José Pila Hernández

Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte «Manuel Fajardo», Santa Catalina No. 12453, entre Boyeros y Primelles, Cerro, La Habana, Cuba.

E-mail: accion@uccfd.cu

Fax: (53) 76499560

Telef.: (53) 76203239

RNPS 2046

ISSN (Electrónica) 1812-5808

SUMARIO



DEPORTE, RECREACIÓN Y SOCIEDAD

La precisión de los lanzamientos en los pitchers, un desafío inminente / 4

Lic. Meilinj Hernández Gácita, Dr.C Marta Cañizares Hernández

Actividades físico-recreativas para fomentar el valor responsabilidad en adolescentes del Estado de Carabobo, Venezuela / 10

Lic. Antonio Luis Aparicio Torres, MsC. Dania Díaz Martínez, MsC. Hernán Jesús Weeks Calistre, MsC. Jorge S. García Conill

Estudio de la motivación en atletas de Futsal, categoría juvenil, del Municipio Habana Vieja / 14

MsC Matilde González García, Dr.C Jorge Pensado Delgado, MsC Leonel Russell González

Estudio predictivo de la actividad competitiva en SAMBO / 18

Lic. Yesika Montenegro Labrada, Lic. Noreyli Gavilán Pozo, Dr.C.Manuel Copello Janjaque

ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

Lactatemia y frecuencia cardíaca en el ciclismo de triatletas de la Selección Nacional de Cuba / 22

MsC Ángel Merched López Rojas, Dr.C Lázaro la Paz Arancibia, MsC Juan Alfredo Ranzola Ribas, MsC Medardo Duarte Verde

FORMACIÓN PROFESIONAL

Modo de actuación profesional. Implicaciones para la asignatura Fundamentos Biológicos del Ejercicio Físico / 27

MsC. Walquiria de la C. Dorta Romero

EDUCACIÓN FÍSICA

Juegos didácticos: una opción para estimular la creatividad motriz / 30

Lic. Yisel Álvarez Álvarez, MsC. Boris Romero Turro

Propuesta de estrategia de superación para metodólogos de Educación Física de La Habana / 35

Lic. Raúl Alberto Reyes Santiesteban, Ms.C.Yolanda Valdés Andrés

ACTIVIDAD FÍSICA Y PROMOCIÓN DE SALUD

Efectividad de un programa de ejercicios físicos en el tratamiento de la hipertensión arterial / 38

MsC Luis Lázaro Arias Rodríguez

Estudio diagnóstico del nivel de actividad física en personal civil de gerencia administrativa de la Universidad de las Fuerzas Armadas, ESPE, Ecuador / 43

MsC. Mayra Aracely Burbano Benavides, Lic. Thalia Fernanda Rubio Villalba, Dr.C Edgardo Romero Frómeta

SOBRE LOS AUTORES/ 48

EVENTOS / 50



Vol.12

No. **24**

julio-diciembre

2016

Nuestra Portada



El Cerro Pelado fue el buque que transportó a la delegación cubana a los X Juegos Centroamericanos y del Caribe, Puerto Rico 1966.

“Desde que nos llevaron al muelle y vimos el barco, intuimos que sería un trayecto signado por riesgos. Y así fue: no cesó el acecho de lanchas y aviones sobrevolándonos. Algunos con el afán de intimidar, otros con el propósito de lanzar propaganda incitando al abandono. Pero eso no nos amilanó. En la misma cubierta del barco hacíamos ejercicios de equilibrio y preparación. Fuimos al evento con la certeza de que esos Centroamericanos trascendían el sentido estrictamente deportivo para tener un alcance político. Era un compromiso inmenso y creo que lo cumplimos. Abí están las 35 medallas de oro alcanzadas y el segundo lugar en la lid.” (Entrevista a Idolo Gilberto Herrera).

SUMMARY

SPORTS, RECREATION AND SOCIETY

The accuracy of the pitchers pitches in an imminent challenge / 4

Lic. Meilinj Hernández Gácita, Dr.C Marta Cañizares Hernández

Physical Activities and recreational value to promote responsibility in adolescents in the State of Carabobo, Venezuela / 10

Lic. Antonio Luis Aparicio Torres, MsC. Dania Díaz Martínez, MsC. Hernán Jesús Weeks Calistre, MsC. Jorge S. García Conill

Study of motivation in athletes Futsal, junior category, the Municipality Old Havana / 14

MsC Matilde González García, Dr.C Jorge Pensado Delgado, MsC Leonel Russell González

Predictive study about competitive activity in SAMBO / 18

Lic. Yesika Montenegro Labrada, Lic. Noreyli Gavilán Pozo, Dr.C.Manuel Copello Janjaque

SPORT TRAINING

Lactatemia and heart rate triathletes cycling National Team of Cuba / 22

MsC Ángel Merched López Rojas, Dr.C Lázaro la Paz Arancibia, MsC Juan Alfredo Ranzola Ribas, MsC Medardo Duarte Verde

PROFESIONAL FORMATION

Professional performance. Implications for Biological course Fundamentals of Physical Exercise / 27

MsC. Walquiria de la C. Dorta Romero

EDUCACIÓN FÍSICA

Didactical games: an option to stimulate motor creativity / 30

Lic. Yisel Álvarez Álvarez, MsC. Boris Romero Turro

Proposal for coping strategy for Physical Education methodologists Havana / 35

Lic. Raúl Alberto Reyes Santiesteban, Ms.C.Yolanda Valdés Andrés

PHYSICAL ACTIVITY AND HEALTH PROMOTION

Effectiveness of an exercise program in the treatment of hypertension / 38

MsC Luis Lázaro Arias Rodríguez

Workup of physical activity in civil administrative management of the University of the Armed Forces, Ecuador / 43

MsC. Mayra Aracely Burbano Benavides, Lic. Thalía Fernanda Rubio Villalba, Dr.C Edgardo Romero Frómata

ABOUT THE AUTHORS / 48

EVENTS / 50