

Sistematización de la acción táctica en el taekwondo de alta competición

Systematization of Tactical Action in High-Level Competition Taekwondo

CRISTINA GONZÁLEZ DE PRADO

Departament d'Expressió
IES Eduard Fontseré

XAVIER IGLESIAS I REIG

Departamento de Rendimiento Deportivo
Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya - Centro de Barcelona

JAUME ANTON MIRALLAS SARIOLA

Departament de Planificació
Centre d'Alt Rendiment Esportiu

GABRIEL ESPARZA PÉREZ

Oficina ARC
Centre d'Alt Rendiment Esportiu

Correspondencia con autora

Cristina González de Prado
cgonza22@xtec.cat

Resumen

El taekwondo ha experimentado una gran evolución en los últimos 20 años. Sus orígenes coreanos, ligados a una evolución terminológica asincrónica han contribuido a la falta de uniformidad en la definición y clasificación de algunos términos utilizados en el entrenamiento y la competición. En este trabajo se presenta una clasificación de las acciones utilizadas en el combate de taekwondo de alta competición, proponiendo, al mismo tiempo, la estructura funcional de la acción táctica. En su conjunto es el resultado de un proceso sistemático, donde los elementos tácticos se muestran claramente interrelacionados. Además, se establece una terminología específica susceptible de ser utilizada en diversos ámbitos de este deporte, y pudiendo ser una referencia para otras modalidades deportivas, con la finalidad de poder estructurar y sistematizar la terminología ya existente.

Palabras clave: taekwondo, acción táctica, acción técnica, combate, adversario, lucha

Abstract

Systematization of Tactical Action in High-Level Competition Taekwondo

Taekwondo has changed greatly over the past 20 years. Its Korean origins, associated with asynchronous terminology evolution, have contributed to the lack of uniformity in the definition and classification of certain terms used in training and competition. This paper presents a classification of the actions used in high-level competition taekwondo combat while at the same time it puts forward the functional structure of tactical action. As a whole it is the result of a systematic process in which tactical elements are clearly interrelated. In addition, it also establishes some specific terminology that can be used in various areas of the sport, and may become a reference point for other sports, in order to structure and systematize extant terminology.

Keywords: taekwondo, tactical action, technical action, combat, opponent, fight

Introducción

El combate de alta competición en taekwondo ha sufrido una evolución importante desde los JJ.OO. de Seúl 88, donde fue deporte de exhibición por primera vez, hasta el año 2000, en los JJ.OO. de Sydney, donde se incorporó a la lista de deportes Olímpicos, de la que forma parte en la actualidad.

La evolución de materiales, organización de las competiciones, equipamientos, vestuario, sistemas de seguridad, reglamento, desarrollo de nuevas tecnologías, *scouting*, medios de comunicación y sistemas de entrenamiento no ha ido ligada a una denominación común de los distintos aspectos relacionados con el taekwondo.

El hecho de que sea un deporte de origen coreano ha contribuido a que distintas acepciones en las traducciones de vocablos hayan configurado distintos significados para un mismo significado; sin embargo, el taekwondo, como deporte olímpico, requiere una terminología común para denominar las acciones realizadas en el combate.

El movimiento deportivo, como el idioma del deportista, posee un sistema léxico particular, propio. El significado de las palabras específicas de este sistema léxico está determinado por sus relaciones, es decir, por el lugar que ocupa cada una de ellas dentro del sistema léxico. Sólo se puede determinar el lugar, que corresponde a cada palabra dentro del sistema, después de haber estudiado la estructura, funciones y principios (reglas) del propio sistema (Mirallas, 2007).

Existen diferentes publicaciones que realizan un primer acercamiento a la terminología específica de este deporte (Fargas, 1990, 1993; Enciclopèdia catalana, 1992; Fernández, Gonzáles, & Simón, 2004; Gómez, 2005; Mirallas & Pagès, 2003), pero sin existir un consenso en las acepciones ni en la sistematización de las mismas. En este artículo se realizará una propuesta de definición y sistematización de las acciones realizadas en el combate de taekwondo de alta competición mediante los siguientes procesos:

- a) Estructuración de los elementos técnicos y tácticos, y de las acciones técnicas y tácticas en la alta competición.

- b) Análisis de las fases de la acción técnica.
- c) Adaptación de la terminología existente al combate de alta competición.

Las acciones en el taekwondo

Las acciones, que se realizan en taekwondo, pueden ser de dos tipos: acciones técnicas y acciones tácticas. Estas acciones tienen una relación directa con los elementos técnicos y tácticos respectivamente.

Elementos técnicos

Son las partes esenciales e imprescindibles de la estructura funcional de la acción técnica, que interrelacionados en un sistema de entrenamiento son la base de la estructura de la técnica para lograr una concreta aplicación de la misma. Los elementos técnicos son (*fig. 1*):

- Caída: acción en la fase final de la ejecución técnica, el segmento utilizado (pierna, puño) está descendiendo.
- Contacto: acción y efecto de tocarse alguna de las partes del cuerpo de un taekwondista con las de otro taekwondista (brazos, tronco) y con el propio suelo (pies). Conexión entre dos partes.
- Control: es el dominio de un taekwondista sobre otro mediante la acción de los brazos y las piernas utilizando la distancia y el contacto (en el tapiz y/o en el cuerpo a cuerpo).

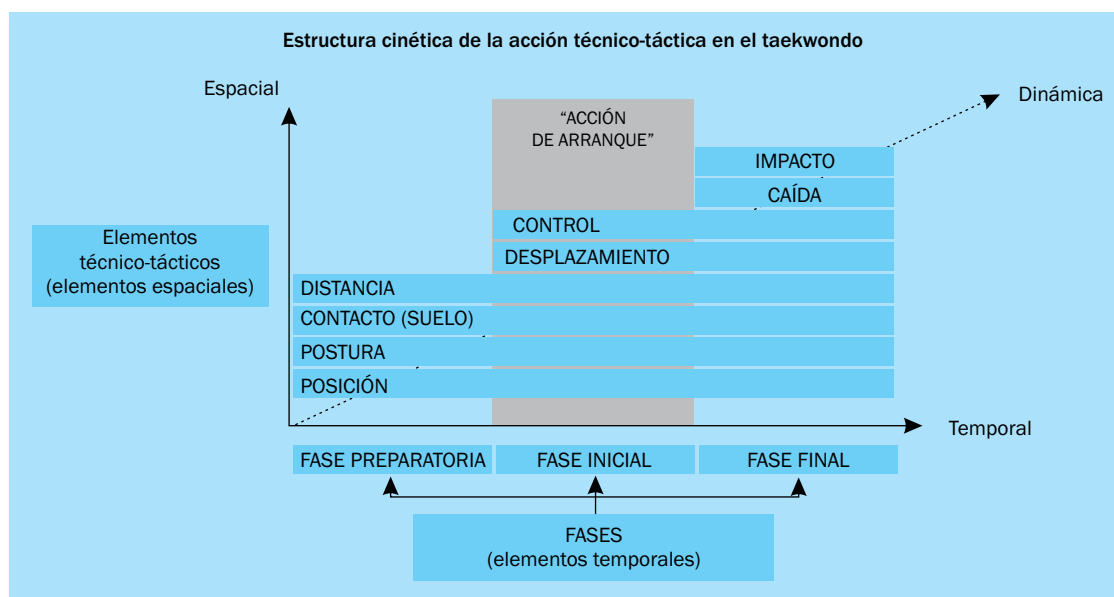


Figura 1
Elementos técnicos y tácticos (Mirallas, 2007)

- **Desplazamiento:** es un movimiento acíclico de locomoción en una determinada dirección y sentido.
- **Distancia:** es el área de vulnerabilidad del competidor, donde puede realizar las acciones técnicas con una eficacia máxima. Espacio existente entre los dos competidores.
- **Impacto:** es la fase de contacto con el oponente que se realiza en una acción con el pie o puño.
- **Postura:** es la actitud técnica aprendida y preestablecida del cuerpo del taekwondista en relación con las interacciones y variaciones de sus segmentos corporales.
- **Posición:** es la forma de colocar el cuerpo de la manera más natural posible, para facilitar la interacción de los segmentos corporales con el entorno.

La acción técnica

Es el resultado de la ejecución del gesto deportivo como modelo ideal, donde la toma de decisiones no depende de la acción del adversario, sino del mismo deportista que las ejecuta. La acción técnica tiene su modelo de ejecución básica en su estructura cinética y ésta se adapta a cada situación competitiva, convirtiéndose en una acción táctica.

En el entrenamiento, y de forma aislada, podemos ejecutar distintas acciones técnicas, como patadas y puñetazos, pero su ejecución requiere de elementos técnicos de enlace o preparación, como por ejemplo, el des-

plazamiento o la postura, o bien, la combinación entre ellos. La acción técnica es un proceso de ejecución de todos los elementos técnicos y se basa en las capacidades y condiciones individuales de cada deportista. El objetivo es aprovechar las fuerzas internas y externas, que influyen en el taekwondista para lograr la acción motora óptima.

La estructura cinética de la acción técnica del taekwondo se divide en tres fases (*fig. 2*):

- La **fase preparatoria** sirve para la predisposición óptima hacia la fase inicial y crea las condiciones de realización económica y efectiva mediante los siguientes elementos técnicos: la distancia, el contacto (suelo), la posición y la postura.
- La **fase inicial** consiste fundamentalmente en una acción de “arranque” ejercida mediante los siguientes elementos técnicos: el control, el desplazamiento, la posición, la postura, la distancia y el contacto.
- La **fase final** se caracteriza por ser la “extinción” de la acción del taekwondista mediante la consecución de los siguientes elementos técnicos: el impacto, la caída, la posición, la postura, la distancia y el contacto. Esta se divide en subfase de impacto y subfase de caída.

Estructura de la acción técnica

Las distintas acciones técnicas en el taekwondo mantienen su denominación coreana, por lo que en

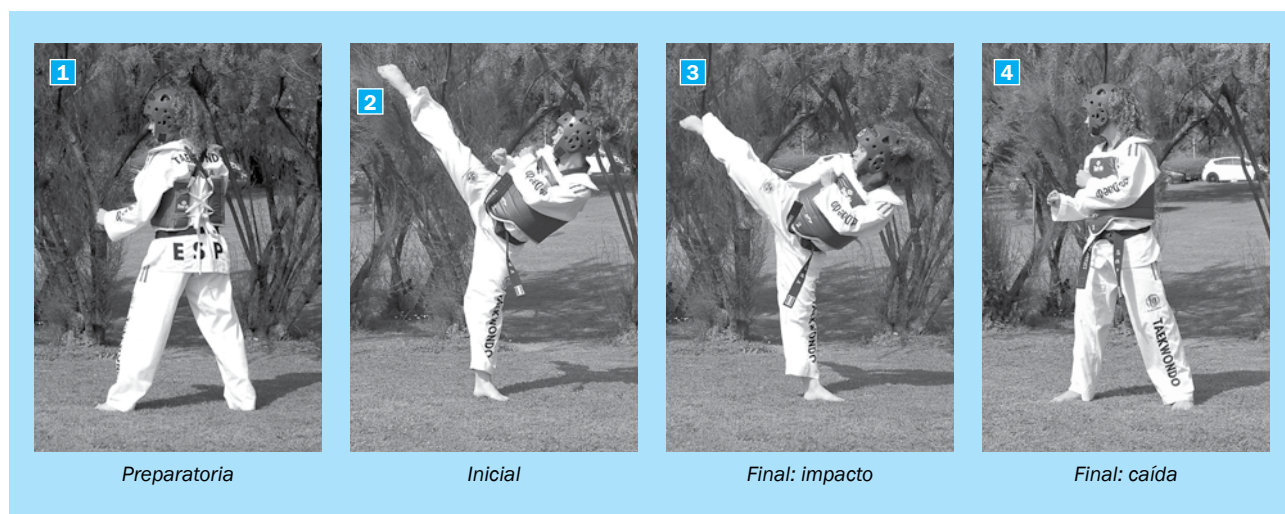


Figura 2

Fases de la acción técnica

este trabajo se respetaran las acepciones originales. Debido a la especificidad del artículo sólo mencionaremos las acciones que se emplean en el combate de alta competición. Existen muchas otras acciones técnicas en el taekwondo (Kim Boo Hyang, 1989), pero que no son utilizadas en la actualidad, bien porque no están permitidas, como por ejemplo las que se realizan con el codo o la rodilla, o porque no son efectivas dentro del combate, como por ejemplo el vituro chagui.

Según la parte del cuerpo empleada las dividimos en acciones de brazo (kwon) o acciones de pierna (dari) (fig. 3). El tipo de golpeo, si se ha usado el brazo es el puñetazo (chumok), y la patada (chagui), si se ha usado la pierna, denominada por los autores sudamericanos, como pateo (Gómez, 2005).

La única acción de brazo permitida en el entrenamiento y competición es con el puño (Colmenero, 1993), cuya zona de impacto sólo es reglamentaria* en el tronco, concretamente en el peto.

Acciones técnicas

Las acciones de brazo permitidas son:

- Checho jirugui
- Montong dollio jirugui
- Montong jirugui

La mayoría de las acciones realizadas en entrenamiento y competición son de pierna, así las patadas más usuales en competición (fig. 3) son:

- An chagui
- Ap chagui
- Bakat chagui
- Bandal chagui
- Dollio chagui
- Furio chagui (incluyendo el mom dollio furio chagui en esta categoría)
- Miro chagui
- Nako chagui (incluyendo el mom dollio nako chagui en esta categoría)
- Neryo chagui
- Tuit chagui
- Yop chagui

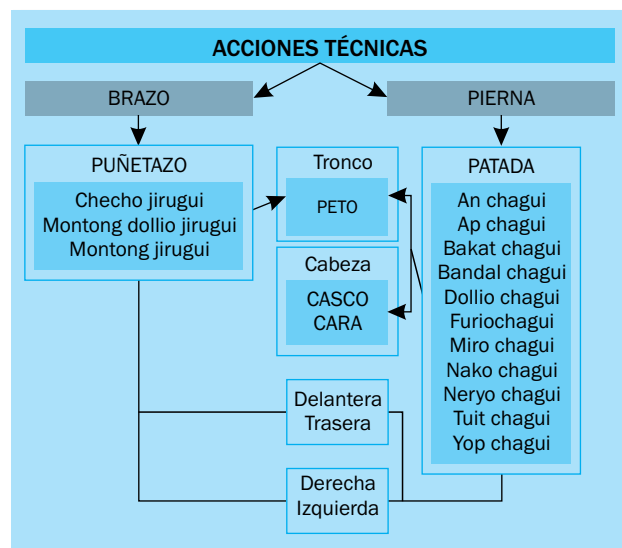


Figura 3

Acciones técnicas

En las acciones de pierna está permitido impactar en el tronco o peto y en la cabeza, en esta última pudiendo ser en el casco y/o cara. Tanto las acciones de pierna como las de brazo se pueden realizar con la posición de combate o guardia con el brazo/pierna delantera o la trasera y la derecha y la izquierda.

Desde un punto de vista semántico y con la pretensión de organizar los conceptos y su nomenclatura, hablamos de acción técnica al referirnos a los deportes en los que no se plantean problemas tácticos de oposición directa. Asimismo, se puede hablar de acción técnico-táctica al referirse a los deportes en los que sí se plantean problemas tácticos de oposición directa. Tanto las acciones técnicas, como las acciones técnico-tácticas se hallan dentro de la estructura básico-funcional de la técnica (Mirallas, 2007).

Elementos tácticos

Son las partes esenciales e imprescindibles de la acción táctica, que interrelacionadas en un sistema de competición son la base del comportamiento táctico. Los elementos tácticos son la aplicación y adaptación inteligente de los elementos técnicos (fig. 1) en situaciones de oposición real (de entrenamiento y competición). Esta situación competitiva los convierte en elementos tácticos cargados de intencionalidad.

* Reglamento de la World Taekwondo Federation. Recuperado de <http://www.fetaekwondo.es>

La acción táctica

La acción táctica es la aplicación inteligente de la acción técnica en el combate; se trata de un proceso de decisión, en el que interviene la voluntad de aplicar, o no, una acción técnica determinada, con o sin encadenamiento y engaño.

Las acciones tácticas se vinculan a la decisión de ejecutar sincrónicamente los elementos tácticos con una intencionalidad concreta.

La modificación de la decisión está condicionada a la interacción con el rival. En el entrenamiento de alta competición es aconsejable utilizar diferentes situaciones tácticas para mejorar la adaptación a las nuevas situaciones creadas (Barth, 1994, 1995; Rossi & Nougier, 1995), lo que ayudará a tomar buenas decisiones con mayor celeridad. J. Riera (1995) argumenta que sólo podemos hablar de táctica en los deportes de oposición. En cualquier deporte siempre existe algún tipo de oposición: directa, el/los adversario/s o indirecta, una marca. Así que las acciones tácticas son omnipresentes en todos los deportes y se hallan dentro de la estructura funcional de la táctica (Mirallas, 2007).

Estructura de la acción táctica

Basándonos en la elección que tiene un taekwondista de iniciar una acción o de esperar a que la realice el contrario clasificamos las acciones tácticas en el taekwondo en ofensivas y defensivas (*fig. 4*).

Se distinguen tres fases en los procesos psicomotores de una acción táctica (Mahlo, 1981):

- percepción o análisis de la situación competitiva
- solución mental del problema
- solución motora del problema

Las acciones **ofensivas** son aquellas que toman la iniciativa o surgen como respuesta a los ataques del contrario, y cuyo objetivo es puntuar o conseguir ventaja sobre el adversario mediante las tácticas propias del taekwondo. Las acciones **defensivas** son las que responden al ataque del rival con el objetivo de hacerlo fracasar mediante la aplicación coherente de las acciones de esquivas y afrontamiento.

El combate de taekwondo está dividido reglamentariamente en asaltos. Dentro de cada asalto podemos encontrar diferentes bloques de acciones separados entre sí temporalmente unos de otros. Estos bloques pueden contener solo acciones ofensivas o acciones ofensivas y defensivas.

Acción táctica ofensiva

Según Mirallas (1996) las acciones ofensivas pueden ser ataque directo, contraataque y combinación; Fernández, Gonzáles y Simón (2004) las clasifican en ataque directo, ataque combinado y ataque con finta o indirecto, mientras que Fargas (1993) las divide en ataques directos, pierna adelantada, en giro, dobles con la misma pierna, dobles en salto, apoyos y cuerpo a cuerpo.

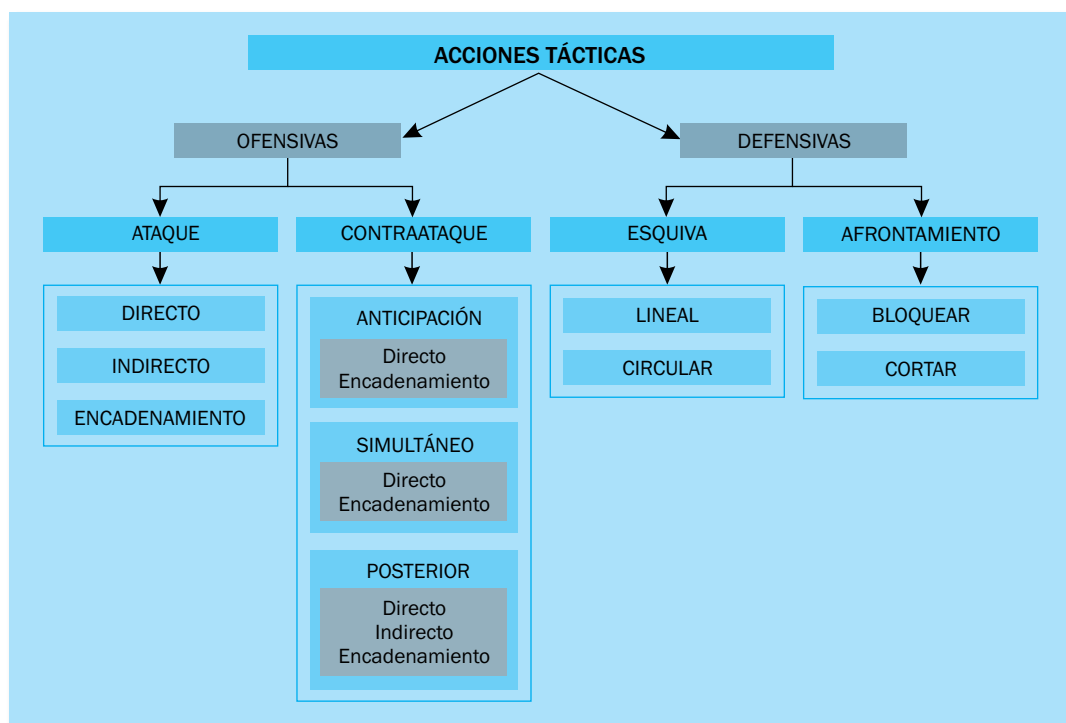


Figura 4
Acciones tácticas

Desde la perspectiva de la estructura funcional de las acciones del taekwondo de competición sistematizaremos las acciones tácticas (*fig. 4*) atendiendo a los siguientes criterios:

a) La iniciativa en la acción ofensiva:

Si el taekwondista tiene la iniciativa en la acción será un ataque, mientras que si la acción ofensiva se realiza sobre el ataque del rival, será un contraataque.

b) El momento de ejecución de la acción ofensiva:

Las acciones ofensivas ejecutadas inicialmente son los ataques. Los contraataques se ejecutan sobre la acción de ataque; en función del momento de su ejecución en relación al ataque del rival, se diferenciarán según sean acciones en anticipación, simultáneas o posteriores.

c) La presencia de recursos tácticos en la acción ofensiva:

Si existe recurso táctico es una acción ofensiva indirecta, si no existe es una acción ofensiva directa o de encadenamiento.

Atendiendo a los criterios expuestos sobre la estructura funcional del taekwondo de competición, clasificamos las acciones ofensivas en ataques y contraataques, con la siguiente sistematización:

Ataque

El ataque es la acción en la que el taekwondista toma la iniciativa, siendo el primero en realizar la acción con la intención de puntuar.

El ataque, dependiendo de su ejecución, puede ser directo, indirecto y encadenamiento (*fig. 4*):

- **Ataque directo:** se realiza una única acción aislada sin precederle ningún recurso táctico; por ejemplo neryo chagui con la pierna delantera (*fig. 5*).
- **Ataque indirecto:** también existe una sola acción, pero es posterior a la realización de un recurso táctico con el objetivo de enmascarar la acción final de impacto; por ejemplo paso dollio chagui con la delantera (*fig. 6*).
- **Encadenamiento:** es una secuencia de varias acciones enlazadas, donde todas ellas mantienen



Guardia inicial

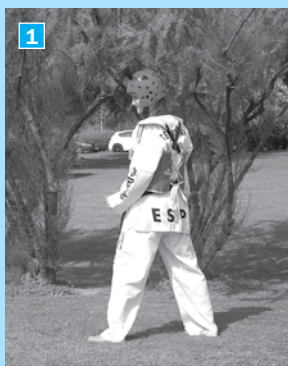


Neryo chagui



Guardia final

Figura 5
Ataque directo de neryo chagui con la pierna delantera



Guardia inicial



Paso



Dollio chagui



Guardia final

Figura 6
Ataque indirecto paso, dollio chagui con la delantera

la estructura de fase preparatoria, fase inicial y fase final, intentando impactar. Por ejemplo dollio chagui con pierna delantera, bandal chagui con pierna trasera y tuit chagui con pierna trasera (fig. 7).

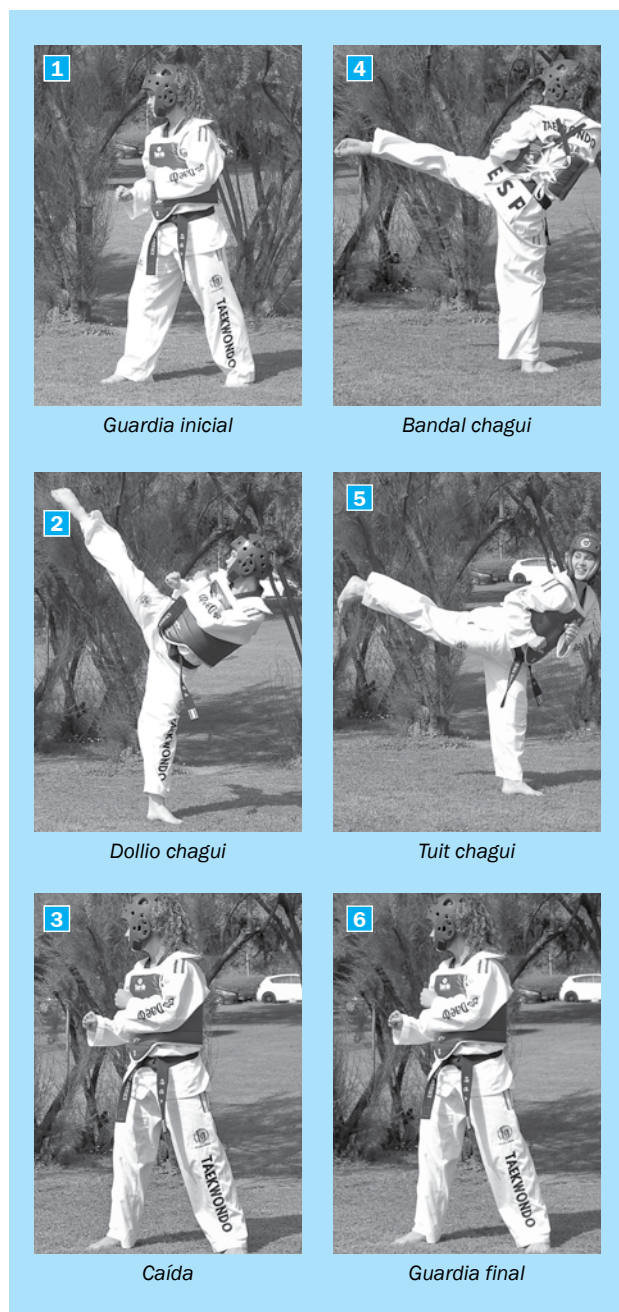


Figura 7

Encadenamiento dollio chagui con pierna delantera, bandal chagui con pierna trasera y tuit chagui con pierna trasera

Contraataque

El contraataque es la acción que surge como respuesta a la iniciativa del contrario de atacar. Son motivadas por el ataque del adversario, con el objetivo común de querer puntuar; dependen y se adaptan a las acciones del oponente teniendo en cuenta el momento de su ejecución (fig. 4).

Clasificamos los contraataques en función de la fase de la técnica en que se realizan, y pueden ser:

- **Anticipación:** el contraataque se ejecuta durante la fase preparatoria y/o al principio de la fase inicial (acción de arranque) (fig. 2) del ataque del oponente. Por ejemplo neryo chagui con la pierna delantera (izquierda) anticipándose a la acción (derecha) del atacante (fig. 8).
- **Simultáneo:** el contraataque se ejecuta durante la ejecución de la fase inicial (fase principal) y al principio de la fase final de la acción de ataque del oponente, concretamente en la subfase de impacto (fig. 2). Según Fargas (1993) se produce en el momento en el que la pierna del adversario alcanza la mayor amplitud de movimiento, pero los autores del artículo entendemos que en el combate muchas de las acciones son recortadas, sin llegar a la amplitud máxima, para tener el menor riesgo posible de recibir un contraataque efectivo. Por ejemplo bandal chagui simultáneo con la trasera (izquierda) ante un ataque de neryo chagui (derecha) con la trasera (fig. 9).
- **Posterior:** el contraataque se ejecuta cuando el ataque del oponente se encuentra en la fase final (fig. 2) de su ejecución, pudiendo ser realizada en la subfase de caída, mientras la pierna del oponente va descendiendo o en el mismo instante en que toca suelo. Normalmente requiere de un desplazamiento anterior a la acción. Por ejemplo desplazamiento hacia atrás y tuit chagui con la trasera (izquierda) al caer el ataque de bandal chagui (derecha) con la delantera (fig. 10).

Una sistematización similar ya fue utilizada por Fargas (1993), con algunas diferencias en su definición y con una denominación centrada en los tiempos de ejecución.

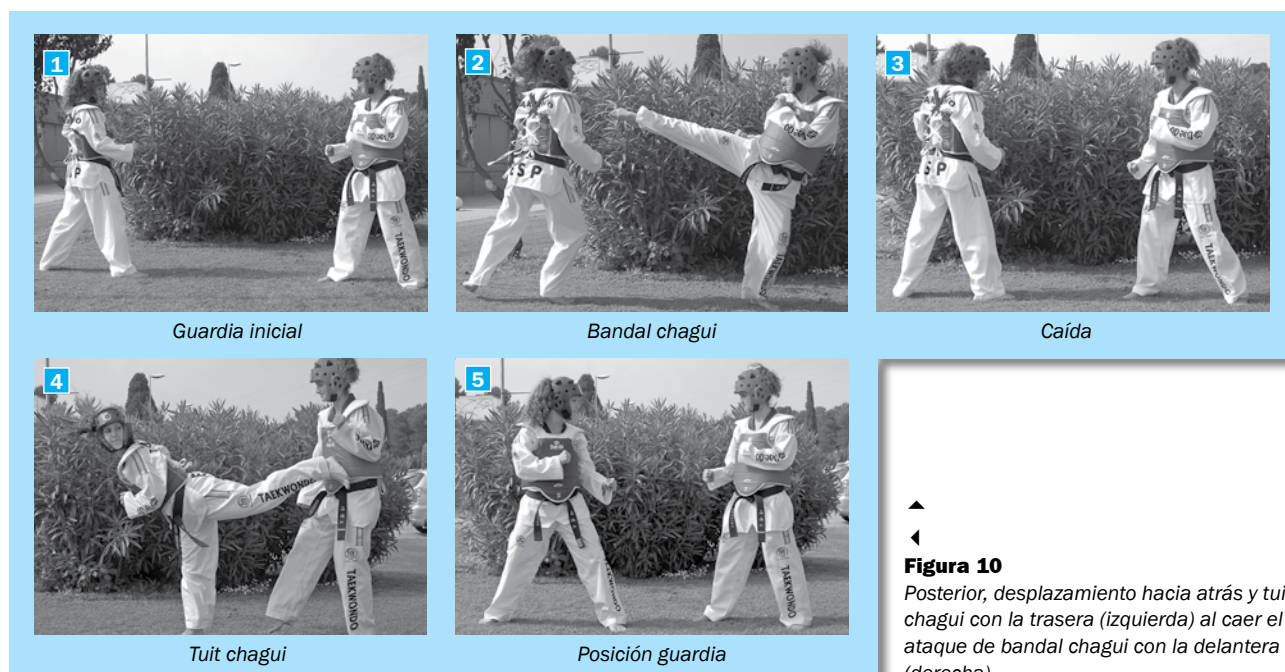
Los contraataques pueden ser realizados de la misma forma que las acciones de ataque, así pueden ser directos, indirectos y encadenamientos, entendiéndose que tanto en la anticipación como en el simultáneo los indirectos no existen ya que no da tiempo a ejecutarlos en ese mismo momento.

**Figura 8**

Anticipación de neryo chagui con la pierna delantera (izquierda) anticipándose a la acción del atacante (derecha)

**Figura 9**

Bandal chagui simultáneo con la trasera (izquierda) ante un ataque de neryo chagui con la trasera (derecha)

**Figura 10**

Posterior, desplazamiento hacia atrás y tuit chagui con la trasera (izquierda) al caer el ataque de bandal chagui con la delantera (derecha)

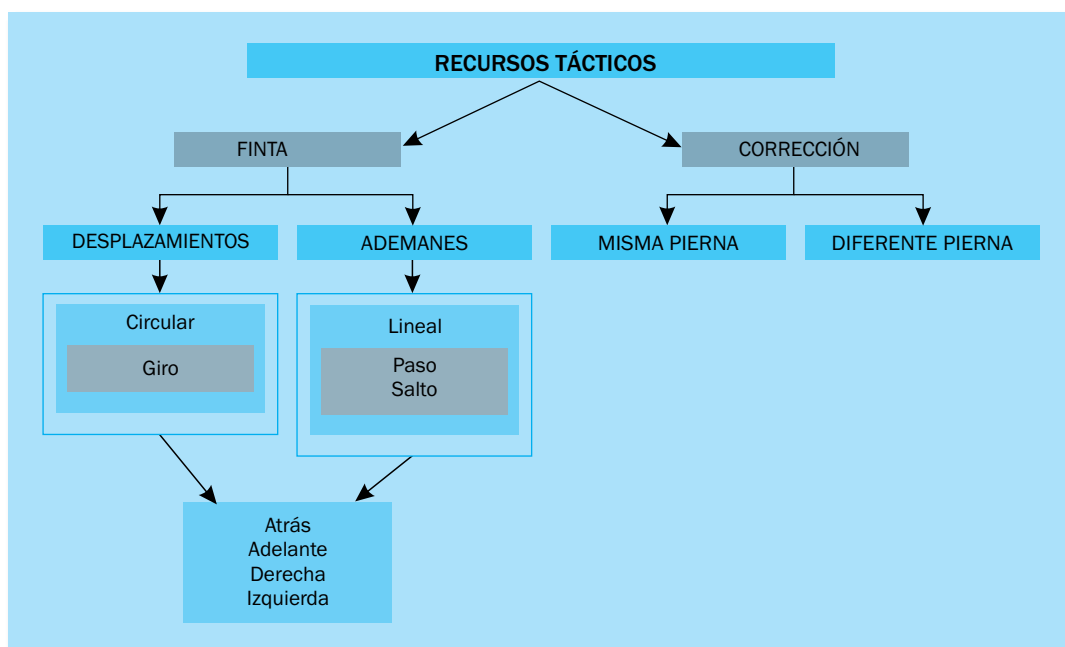


Figura 11
Recursos tácticos

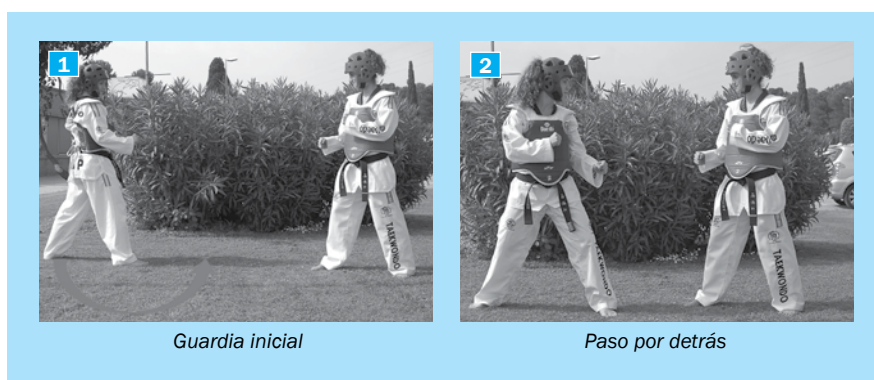


Figura 12
Finta de desplazamiento con paso por
detrás (izquierda)

El **recurso táctico** es la acción complementaria de la acción principal. Permite un desarrollo ininterrumpido de la unión de acciones con el objetivo de enriquecer el repertorio táctico y hallar soluciones más complejas a los problemas planteados por el oponente (fig. 11).

Los recursos tácticos en el combate de taekwondo en la alta competición son las fintas y las correcciones.

- **Finta** es un amago ejecutado en la fase preparatoria (fig. 2), con el objetivo de enmascarar la acción principal y engañar al adversario. Las fintas pueden ser:
 - **Desplazamiento:** movimiento acíclico de locomoción en una determinada dirección y sentido. En el combate los desplazamientos pueden ser *lineales*: paso y salto, y *circulares*: giro. Pudiendo realizarse hacia delante y atrás, hacia derecha e izquierda

(fig. 11). Generalmente se usan para acortar o alargar la distancia, para esquivar o cambiar la posición del taekwondista en el tapiz o para engañar al oponente. Es la finta más usada en taekwondo. El *paso* es el movimiento sucesivo de ambos pies al andar. El *salto* es la acción de despegar los dos pies del suelo al mismo tiempo. El *giro* es un movimiento circular en torno al eje longitudinal del taekwondista en posición vertical. Por ejemplo paso por detrás (izquierda) y hacia delante (fig. 12).

- **Ademán:** movimiento o actitud del cuerpo o de alguna parte suya con la que se manifiesta la intención de provocar al adversario, por ejemplo, un movimiento de brazos (derecha) incitando al (izquierda) adversario (fig. 13).
- **Corrección** es la combinación de dos acciones, que se pueden realizar con la misma pierna,

por ejemplo: corrección de miro chagui a dollio chagui con la pierna derecha (fig. 14) o con diferentes piernas, por ejemplo corrección de bandal chagui delantera con izquierda a tuit chagui trasera de derecha (fig. 15).

Es el hecho de rectificar una acción, que queda inacabada, a otra acción diferente que finaliza el movimiento. En la primera acción se omite la fase final y en la segunda se omite la fase preparatoria, siendo el objetivo de esta última, impactar en el adversario. La diferencia con la finta



Guardia inicial



Ademán brazos

Figura 13

Finta de ademán con movimiento de brazos (derecha) incitando al adversario



Guardia inicial



Miro chagui

Figura 14

Corrección de miro chagui a dollio chagui (derecha) con la pierna derecha



Dollio chagui



Guardia final

Figura 15

Corrección de bandal chagui delantera con izquierda a tuit chagui trasera de derecha



Guardia inicial



Bandal chagui



Tuit chagui



Guardia final

**Figura 16**

Afrontamiento con corte de puño (izquierda) ante entrada en distancia del adversario (derecha)

**Figura 17**

Afrontamiento con bloqueo con el brazo (izquierda) ante ataque de bandal chagui trasera del adversario (derecha)

radica en que la finta sólo se realiza en la fase preparatoria y que no es una acción táctica definida.

Acción táctica defensiva

Las acciones de defensa en el taekwondo son la aplicación coherente de las acciones de afrontamiento y la esquiva (fig. 4).

Afrontamiento

El afrontamiento es una acción cuyo objetivo es frenar la acción ofensiva del adversario mediante una acción opuesta de resistencia de brazos, piernas (bloqueo) y cuerpo (cortar). El afrontamiento dificulta la elaboración de acciones tácticas ofensivas con la suficiente fluidez como para conseguir encadenarlas con efectividad, porque es una actitud postural estática y limita los desplazamientos. Según el acortamiento de la distancia y la parte del cuerpo empleada, distinguimos las acciones de cortar y bloquear:

- **Cortar:** frena la acción ofensiva del adversario mediante una acción opuesta de resistencia del cuerpo. Por ejemplo afrontamiento y corte de puño (izquierda) ante entrada en distancia del (derecha) adversario (fig. 16).
- **Bloquear:** frena la acción ofensiva del adversario mediante una acción opuesta de resistencia de brazos y piernas. Por ejemplo bloqueo con el brazo (izquierda) ante ataque de bandal chagui (derecha) trasera del adversario (fig. 17).

Esquiva

La esquiva es una acción de desplazamiento, que consiste en eludir el contacto provocado por la acción táctica ofensiva del oponente. Al ser un desplazamiento puede ser lineal o circular. Por ejemplo esquiva lateral (derecha) ante ataque de bandal chagui (izquierda) delantera (fig. 18).



Posición guardia

Esquiva lateral

◀

Figura 18

Esquiva lateral (derecha) ante ataque de bandal chagui delantera (izquierda)

Agradecimientos

Los autores agradecen el material fotográfico que ilustra el artículo y que ha sido cedido por Elena Fernández y Cristina González.

Referencias

- Barth, B. (1994). Strategia e tattica nello sport. *Scuola dello Sport - Rivista di Cultura Sportiva*, SdS (31), 10-20.
- Barth, B. (1995). La preparazione alla gara attraverso un allenamento strategico-tattico complesso. *Scuola dello Sport - Rivista di Cultura Sportiva*, SdS (33), 42-52.
- Colmenero, M. (1993). *Reglamento de la WTF*. En I. Fargas (Ed.), *Taekwondo*. Madrid: COE.
- Enciclopèdia catalana (1992). *Diccionari de Taekwondo*. Barcelona: Generalitat de Catalunya, Departament de cultura (Termcat).
- Fargas, I. (1990). *Taekwondo: Alta competición*. Barcelona: Total press.
- Fargas, I. (1993). Colección "Los deportes olímpicos". Taekwondo (13). Madrid: COE.
- Fernández, R., Gonzáles, L., & Simón, P. (2004). Las acciones de ataque en taekwondo y su relación con algunas de las características más generales del proceso evolutivo de la categoría de 11-12 años en el campeonato provincial masculino, celebrado en la ciudad de la Habana en el año 2003. *Educación física y deporte, Revista Digital - Buenos Aires, Año 10*(72). Recuperado de www.efdeportes.com/efd72/taek.htm
- Gómez, P. E. (2005). Análisis técnico-táctico del taekwondo latino comparado con el competidor asiático. *Educación física y deporte, Revista Digital - Buenos Aires, Año 10*(90). Recuperado de www.efdeportes.com/efd90/taek.htm
- Kim Boo Hyang. (1989). *Taekwondo: fundamentos y pumse*. Barcelona: Daedo internacional. Federación Mundial de Taekwondo.
- Mahlo, F. (1981). *La acción táctica en el juego*. Ciudad de la Habana: Pueblo y educación.
- Mirallas, J. A. (1996). *Bases didácticas del judo. Biomecánica para el estudio y aprendizaje de la técnica y la táctica del judo*. San Salvador: JME Impresos gráficos.
- Mirallas, J. A. & Pagès, O. (2003). *Dossier para entrenadores de taekwondo*. Técnico deportivo elemental CAR, 14 al 27 de abril de 2003. Barcelona: Federación Catalana de Taekwondo.
- Mirallas, J. A. (2007). *El movimiento deportivo. Teoría general*. Barcelona: Ergon.
- Riera, J. (1995). Estrategia, táctica y técnica deportivas. *Apunts. Educación Física y Deportes* (39), 45-56.
- Rossi, B. & Nougier, V. (1995). Processi mentali, tattica e comportamenti di finta. *SdS, Rivista di Cultura Sportiva* (35), 2-8.